

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Fenomena perasaan tidak nyaman atau rasa insecure yang dialami khalayak pengguna media sosial ketika melihat unggahan status teman atau kolega di berbagai platform media sosial, marak terjadi seiring dengan meningkatnya ketergantungan individu dalam penggunaan aplikasi media sosial dalam kesehariannya (Astra, 2019). Dalam penggunaan media sosial, tentunya pengguna dapat menerima dan mengakses berbagai jenis konten yang diterima, seperti konten Sosial, Ekonomi, Politik, bahkan konten Hiburan sekali pun. Berbagai jenis konten yang diterima oleh penggunanya pun dapat memberikan dua aspek yang dapat mempengaruhi manusia sebagai pengguna media sosial, yaitu aspek negatif dan juga positif. Untuk sebagian masyarakat, dirinya merasa hanya sekedar ingin memberikan hal positif dan hal baik mengenai kehidupannya, seperti suasana hatinya, hobi, tempat atau tokoh yang mereka sukai, dan sebagainya. Tidak perlu membagikan masalah atau pun penderitaannya, namun kembali lagi pada setiap pengguna terhadap pandangan dalam menilai sebuah postingan yang ada. Sayangnya, penggunaan media sosial sering kali memberikan sisi negatif yang sulit dihindari oleh penggunanya.

Terdapat berbagai jenis kasus yang terjadi pada setiap jenis-jenis konten yang diterima oleh penggunanya. Berdasarkan literature yang telah didapatkan, misalnya untuk konten Sosial, dimana banyaknya sejumlah orang yang mengunggah barang-barang mewah yang mereka miliki. Tanpa disadari hal ini dapat berdampak negatif bagi penonton yang melihatnya, seperti timbulnya rasa insecure serta menimbulkan perbandingan sosial. Lalu untuk jenis konten Ekonomi, banyaknya postingan-postingan terkait iklan produk atau munculnya berbagai iklan toko online, yang membuat pengguna ingin membelinya, hingga memutuskan melakukan pinjaman online. Lalu untuk jenis konten Politik, banyaknya informasi atau berita terkait politik, dimana hal ini juga dapat terjadinya perbedaan persepsi sehingga menimbulkan unsur kejahatan online. Lalu untuk jenis konten Hiburan,

banyaknya konten menghibur dapat mempengaruhi mood pengguna, sehingga dapat dengan mudah berganti dengan rentan waktu yang sangat cepat (KPAI, 2016).

Dengan adanya kasus-kasus yang terjadi dari berbagai postingan yang ada, hal ini juga dapat berdampak bagi kesehatan mental khalayak pengguna media sosial. Sehingga penting bagi setiap individu sejak usia dini memiliki kemampuan dalam menilai serta membedakan dengan cara mandiri dalam bermacam-macam hal yang bisa berpengaruh dari adanya dunia online. Agar nantinya setiap individu yang baru memasuki kategori aktif dalam dunia online mampu mengantongi kemampuan yang memadai serta bisa membedakan berbagai tanggapan yang harus diberikan untuk konten yang memiliki unsur positif maupun negative, sehingga bisa mengurangi aksesibilitas seseorang terhadap konten yang tidak baik. Kemampuan ini bisa menolong seseorang dalam memberikan sikap terhadap situasi bahaya serta efek dunia online yang sering disebut dengan resiliensi online.

- Resiliensi online menurut Przybylski et al (2014) ialah suatu ketahanan yang dimiliki seseorang supaya bisa memiliki penyesuaian dan bertahan dengan akurat untuk segala kondisi lingkungan yang sarat akan pengaruh yang didapat, sehingga seseorang bisa lebih bertenaga dalam memilah dan menanggapi berbagai macam hal yang didapatkan saat bertentangan dengan dunia online (Hendriani, 2019). Individu yang tidak memiliki kemampuan resiliensi online terhadap berbagai jenis konten yang diterpanya, maka individu tersebut tidak mampu untuk menghadapi masalah, tidak mampu mengontrol diri, dan kurang bisa pula untuk mengelola stress dengan baik. Dengan arti, individu ini kurang dapat menangani suatu pengalaman negatif dalam hidupnya ketika beraktivitas pada media sosial yang dimilikinya. Maka jika individu tidak mempunyai kemampuan resiliensi, hal ini sangat berdampak terhadap kesehatan mental yang berujung timbulnya rasa insecure secara berkelanjutan.

Namun resiliensi ini bukanlah sekedar kekuatan atau kegigihan individu dalam menghadapi sebuah tekanan dan berbagai tantangan hidup dalam dunia online saja, melainkan juga bisa memberikan perubahan kondisi terhadap situasi yang menyeramkan dan juga tantangan, seperti suatu emosi negatif yang dapat berubah kembali menjadi emosi positif. Mempunyai kemampuan resiliensi adalah kemampuan yang perlu dan penting dikantongi oleh seseorang di tengah kondisi

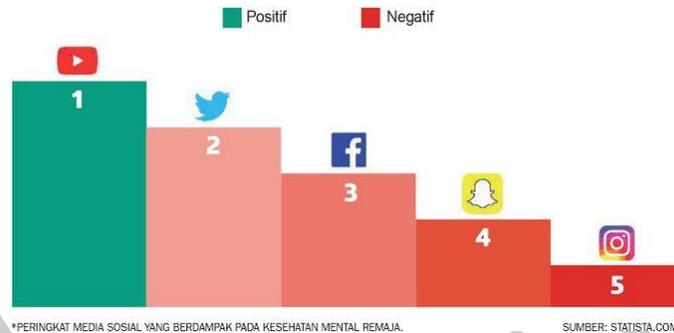
teknologi digital yang sangat pesat demi menjaga kesehatan mental. Literasi digital untuk saat ini suatu hal yang penting bagi pengguna media sosial, khususnya dewasa awal, dimana hal ini dibuktikan bahwa 71% dewasa awal dengan mudahnya menerima seluruh bentuk informasi pada media sosial (Yudha Pradana, 2018). Masa dewasa awal adalah masa transformasi seorang remaja yang tadinya berada pada tahapan remaja memasuki tingkatan usia dewasa.

Santrock (2013) mengatakan dewasa awal berlangsung antara usia 18 hingga 25 tahun. Dimana, masa ini adalah masa perkembangan transisi seseorang, baik transisi secara fisik (physical transition), transisi secara intelektual (cognitive transition), serta transisi peran sosial (social role transition). Tempo ini juga seseorang memiliki kematangan emosi yang menjadi peranan penting. Karena dalam hal ini, penting untuk dewasa awal membutuhkan kestabilan emosi yang baik. Secara umum, rata-rata resiliensi online usia 18-25 tahun masih tergolong kurang, dimana seseorang sering kali tidak dapat bertahan sepenuhnya untuk tuntutan dan juga rasa sakit serta lebih condong putus asa terhadap masa depan, khususnya ketika sedang berada di posisi yang sulit dan menekan (Ketua Laboratorium Cognition, Affect, & Well-Being Fakultas Psikologi UI).

Dalam kesehariannya, masa dewasa awal sering kali mencari identitas dan jati diri dengan memanfaatkan platform media sosial yang dimilikinya, salah satunya Instagram. Berdasarkan data yang dihimpun oleh NapoleonCat per Januari 2022, tercatat kalangan dewasa awal menduduki peringkat pertama dalam penggunaan media sosial Instagram yaitu dengan golongan umur 18-25 tahun, dimana sejumlah 37.5% orang. Paparannya, sejumlah 20.6% pemakai aplikasi Instagram adalah perempuan, sementara 16.9% ialah laki-laki. Berdasarkan laporan dari We Are Social per Januari 2022 mengatakan, sejumlah pengguna Instagram menghabiskan waktu 60 sampai 180 menit lebih dalam sehari dalam menggunakannya, dan usia 18 hingga 25 tahun merupakan golongan terlama. Dengan adanya data tersebut menunjukkan bahwa makin muda umur pemakai media sosial, sehingga makin lama pula durasi dalam pemakaiannya. Namun, makin banyak durasi dalam pemakaian media sosial Instagram, sehingga lebih banyak pula cekaman dari dampak positif atau negatif yang akan diterima oleh penggunanya.

Parameter | Dampak Media Sosial bagi Kesehatan Remaja

MENURUT survei Royal Society for Public Health yang berbasis di Inggris, Instagram adalah platform media sosial yang memiliki pengaruh paling negatif terhadap kesehatan mental remaja. Sedangkan YouTube justru memiliki dampak positif. Survei dilakukan pada 1.479 remaja berusia 14-24 tahun.



Gambar 1.1. Peringkat Media Sosial yang Berpengaruh pada Kesehatan Mental (Stastika.com, 2019)

Royal Society for Public Health pada September 2019 melakukan survei pada remaja dan dewasa awal mengenai peringkat media sosial yang berpengaruh pada kesehatan mental. Survey tersebut menunjukkan Instagram adalah platform media sosial paling berdampak tidak baik/buruk terhadap kenyamanan mental penggunanya. Dimana, Instagram berhubungan kuat pada tahap kecemasan yang tinggi, seperti depresi, bullying, dan juga FOMO (fear of missing out-fobia tertinggal berita pada media sosial). Selain itu, ahli kesehatan masyarakat Prof.Siswanto Agus Wilopo pada penerbitan ilmiah Universitas Gadjah Mada mengenai media sosial, menunjukkan bahwa media sosial Instagram sering kali menjadi pemicu depresi, dimana pengguna sering kali menerima berbagai informasi, sehingga banyaknya informasi yang dengan mudah tidak disaring dengan baik, hal tersebut bisa membagikan dampak buruk bagi kesehatan psikologis. Dengan adanya data tersebut menunjukkan bahwa Instagram menjadi sarana dalam memberikan berbagai informasi yang bisa ditemui oleh banyaknya golongan usia, dengan arti jika akun tidak ditutup, semua orang bisa menerima akun dengan gampang, sehingga ini bisa mengabaikan privasi yang dapat berpengaruh langsung terhadap kesehatan mental pengguna-nya (Kamilah, 2020).

Pengguna Instagram khususnya dewasa awal dapat mengakses berbagai jenis konten yang disuguhkan pada media sosial Instagram. Berdasarkan data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia sejak 2019, menunjukkan bahwa pengguna Instagram khususnya dewasa awal 18-25 tahun lebih banyak mengakses jenis konten yang bersifat Hiburan dan juga Sosial, seperti lifestyle atau gaya hidup

dan juga konten-konten menghibur lainnya. Tercatat, pengguna Instagram sering kali mengakses dengan tujuan untuk menghilangkan rasa penat yang dialami. Terdapat hasil survey yang didapatkan dari Kominfo per 2016, disebutkan bahwa penggunaan media sosial Instagram ini didominasi oleh daerah Urban, selain karena berada pada daerah perkotaan, hal ini juga didasari oleh penetrasi penyebaran internet serta pemakaian media sosial yang cukup tinggi, sehingga penggunaan internet khususnya pada media sosial Instagram di daerah urban merayap banyak digunakan.

Terdapat banyak karakteristik yang membantu pengguna Instagram dalam melihat makna/kesan yang dibagikan, sehingga dengan hal itu secara sadar atau pun tidak, pengguna Instagram memiliki trik saat sedang melakukan aktivitas online. Khalayak dewasa awal dapat membubuhkan karakteristik yang disuguhkan pada media sosial Instagram, yakni melihat suatu unggahan Foto, Video, Story, Live IG, IG TV, maupun kolom komentar ataupun Direct Message. Dimana fitur yang disuguhkan oleh Instagram ini dapat dimanfaatkan oleh pengguna khususnya khalayak dewasa awal ketika sedang melakukan aktivitas online. Saat ini Instagram menjadi platform yang tentunya mengasahi serta memberikan keluasaan kepada penggunanya. Berbagai foto ataupun video, tentunya mempunyai kesannya tersendiri. Namun kesan untuk kedua belah pihak pun pasti berbeda, melihat dari kesan yang diberikan oleh masing-masing pihak (Alim, 2014).

Jika terlibat dalam aktivitas online, memungkinkan pengguna memberikan atau mencari segala hal di media sosial Instagram miliknya masing-masing. Tetapi hal tersebut juga bisa memberikan efek tersendiri bagi penggunanya ketika sedang melakukan aktivitas online. Karenanya media sosial Instagram ini memiliki kaitan yang cukup erat dengan teori Uses and Effects, dimana adanya aktivitas penggunaan Instagram tersebut dapat menghasilkan banyaknya efek yang didapat oleh penggunanya. Efek yang didapatkan tersebut dapat berupa negatif maupun positif, namun efek tersebut juga bisa didapatkan sesuai dengan bagaimana cara seseorang dalam menilai setiap postingan konten yang ada. Secara tidak langsung, pengguna Instagram memiliki kuasa penuh atas pengendalian diri sendiri sebagai pengguna.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori Uses and Effects, guna melihat pemahaman terkait dengan penggunaan media yang akan memberikan penjelasan terkait dengan efek dari suatu proses komunikasi massa. Lalu menggunakan konsep Instagram sebagai media baru, karena Instagram merupakan salah satu aktivitas dari adanya penggunaan media baru, serta resiliensi online, psikologi kalangan dewasa awal berusia 18 sampai 25 tahun, serta karakteristik dewasa awal di Kawasan Urban yang menjadi fokus dalam penelitian ini.

Kajian terkait resiliensi online sejauh ini belum jamak dilakukan, terutama dengan menggunakan metode kualitatif. Adapun sejumlah penelitian resiliensi online berikut ini merupakan kajian dengan menggunakan metode kuantitatif. Pertama, penelitian dari Pradipta (2020) dengan judul “Resiliensi Online Siswa SMP yang dilihat dari Gaya Komunikasi Guru dan juga Regulasi Moral Siswa ketika Masa Pandemi Covid di Kota Yogyakarta”. Temuan penelitiannya menjelaskan bahwa Siswa SMP kota Yogyakarta dalam resiliensi onlinenya termasuk tinggi, yakni 94 orang, dimana adanya keterkaitan antara resiliensi online dengan gaya komunikasi guru, namun tidak adanya keterkaitan antara resiliensi online dengan regulasi moral. Kedua, penelitian dengan judul “Self Disclosure pada Resiliensi untuk Remaja dan Orang Tua Tunggal oleh Mustafa (2019). Temuannya menjelaskan tidak adanya tautan positif yang besar terkait self disclosure dengan resiliensi. Ketiga, penelitian terkait Self Disclosure dengan Resiliensi pada Wanita di Panti Asuhan oleh Kristianti (2021). Penelitiannya menghasilkan ada koelasi positif yang sebesar mengenai self disclosure dengan resiliensi pada Wanita di panti asuhan.

Merujuk pada tiga penelitian terdahulu, maka kebaruan yang ditawarkan penelitian ini antara lain : pertama, terkait dengan signifikansi metodologis, pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pengambilan data wawancara mendalam. Berbeda seperti ketiga penelitian sebelumnya yang menggunakan metode kuantitatif. Kedua, informan yang dipilih untuk digunakan dari kalangan dewasa awal (18-25 tahun). Selama ini kebanyakan penelitian terkait penggunaan media sosial, lebih memilih menggunakan kalangan remaja sebagai informan atau responden. Ketiga, penelitian ini menggunakan konsep penggunaan media (uses) dalam teori Uses and Effects.

1.2. Rumusan Masalah

Dengan adanya latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, dapat diketahui bahwa rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana resiliensi online khalayak dewasa awal (18-25 tahun) pengguna Instagram di Kawasan Urban?

1.3. Tujuan Penelitian

Dengan rumusan masalah yang telah tertera di atas, dapat diketahui bahwa tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan Resiliensi online khalayak dewasa awal (18-25 tahun) pengguna Instagram di Kawasan Urban.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang diperoleh di harapkan bisa memberikan 3 manfaat, baik secara akademis maupun praktis.

1.4.1. Manfaat Akademis

Secara akademis di harapkan hasil penelitian ini bisa menambah kajian literature penelitian terkait resiliensi online. Kajian resiliensi online khalayak pengguna media sosial tidak begitu banyak dijalani. Untuk itu, penelitian bermaksud melihatnya pada khalayak dewasa awal pengguna Instagram.

1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis di harapkan hasil penelitian ini pertama, bisa menggambarkan situasi dan kondisi penggunaan media sosial di masyarakat, khususnya Instagram di kalangan dewasa awal. Kedua, sebagai bentuk perhatian terkait literasi media dan kegiatan penggunaan media sosial di masyarakat. Ketiga, dapat menjadi bahan penyusunan strategi literasi media untuk kalangan dewasa awal dengan memperhatikan karakteristik usia khalayak pengguna Instagram.

