

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sejarah perkembangan Internet merupakan modus baru dalam pendistribusian informasi dan ilmu pengetahuan. Akses ke jaringan ini sedang menjadi trend bagi masyarakat. Hal ini disebabkan begitu gencarnya pemberitahuan di media massa. Media ini masih akan terus berkembang pesat. Oleh karena itu, berbagai aspek yang menyangkut mengenai pengenalan sistem, pemanfaatan dan penguasaan teknologi ini sangat patut dipelajari dan dikembangkan terus. Di zaman globalisasi saat ini perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) begitu cepat, apabila tidak bisa memanfaatkannya disebut orang yang ketinggalan zaman. Menurut (Main, 2008) teknologi informasi dapat diartikan sebagai teknologi yang digunakan untuk menyimpan, menghasilkan, mengolah serta menyebarkan informasi. Salah satu pemanfaatan TIK yang paling populer saat ini adalah internet. Dengan internet, pengguna dapat mengenal dan menjelajahi dunia, walaupun terkadang lebih dikenal dengan dunia maya.

Melalui internet pengguna bisa menemukan atau mencari informasi apapun yang dibutuhkan, mulai dari informasi seseorang, perusahaan, pekerjaan, pemerintahan, pendidikan, budaya, musik, gambar, film, berkomunikasi dengan video streaming, bahkan tindakan kejahatan pun bisa dilakukan di internet. Khusus mengenai jejaring sosial atau pertemanan melalui dunia internet, atau lebih dikenal dengan *social network* pertumbuhannya sangat mencengangkan. Meluasnya jaringan internet menyebabkan internet menjadi salah satu media untuk

meningkatkan produktifitas dalam bekerja, meningkatkan kemampuan, sebagai sumber pustaka tanpa batas dan bahkan menjadikan internet sebagai lahan bisnis. Jejaring sosial adalah sebutan lain terhadap web community. Jejaring sosial adalah tempat untuk para netter berkolaborasi, mencari teman, saling mengirim email, saling memberi penilaian, saling bertukar dengan netter lainnya. Bentuk kalaborasi antara lain adalah saling bertukar pendapat atau komentar file dan lain sebagainya. Intinya dari situs jejaring sosial adalah interaktifitas.

Pada awal perkembangannya, media sosial dibangun dengan asumsi dasar sebagai platform yang berfungsi sebagai “Open Diary” pada akhir 1990-an oleh Bruce dan Susan Abelson (Machin- Mastromatteo, 2011; Mastromatteo, 2017). Pengembangan ini dimaksudkan agar pengguna platform lain dapat membaca diary yang dituliskan seseorang di satu komunitas yang sama (Bosoteanu, 2013; Kohli & Gupt, 2015). Dengan perkembangan internet yang sangat signifikan, sehingga pengembangan model dan platform juga terjadi, sehingga pengguna yang awalnya hanya bisa membaca, telah bisa memberikan komentar, seperti berbagi saran dan lain sebagainya. Pergerakan ekonomi global saat ini juga salah satunya dimotori oleh perkembangan internet (Castells, 2015; Poushter, 2016; Van Bergeijk, 2014), khususnya media sosial. Misalnya jika dahulu sulit untuk memberikan komentar atau testimonial terhadap suatu produk yang dipasarkan, melalui media sosial kegiatan tersebut sangat mudah terjadi, sehingga dinamika pasar akan lebih beragam (Leung, Law, Van Hoof, & Buhalis, 2013; Luo, Zhang, & Duan, 2013; E. W. Ngai, Tao, & Moon, 2015b). Selain itu, pergerakan dinamika sosial di masyarakat juga mulai berubah dari forum komunitas konvensional menjadi komunitas online, dimana individu bisa membuat suatu perkumpulan

terbuka ataupun rahasia melalui media sosial (Bontcheva & Rout, 2014; Dekker & Engbersen, 2014; Hensby, 2017). Pembahasan berbagai hal dapat dilakukan melalui media ini dengan sangat efektif tanpa harus bertemu dan bertatap muka.

Dengan kata lain, media sosial dapat dikatakan sebagai aplikasi berbasis internet yang memungkinkan penggunanya untuk melakukan pertukaran konten-konten umum dan pribadi (Brooks, 2015). Konten-konten di media sosial sangat berbeda dengan konten-konten profesional yang tersedia dalam bentuk koran online, situs official dan semacamnya (Castells, 2015; Van Bergeijk, 2014). Konten pada media sosial bergantung pada kreativitas pengguna dan berkaitan dengan kehidupan pribadi penggunanya.

Banyak yang menyadari, pengguna yang mengabaikan aktifitas sosial dan kegiatan waktu luangnya tapi tidak mampu keluar dari jeratan dunia virtual. Pengguna tidak bisa lagi mengendalikan konsumsinya akan internet. Semenjak situs jejaring sosial banyak diminati oleh semua kalangan pengguna rela menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk mengunjungi situs tersebut, tanpa mengetahui alasan yang sesungguhnya, terutama pada kalangan remaja dan dewasa awal seperti mahasiswa. Data hasil survey yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2016 menemukan bahwa statistik pengguna internet di Indonesia berdasarkan profesi atau pekerjaan, didominasi oleh mahasiswa.

Jakarta, CNN Indonesia – Ketua APJII Jamalul Izza mengatakan bahwa, generasi muda dalam rentang usia 20-24 tahun dan 25-29 tahun memiliki angka penetrasi hingga lebih dari 80 persen pengguna internet di Indonesia. Angka tersebut relatif tinggi ketimbang penduduk kelompok usia lainnya berdasarkan riset

terbaru yang dirilis Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Pada kategori 20-24 tahun ditemukan 22,3 juta jiwa yang setara 82 persen dari total penduduk di kelompok itu. Sedangkan pada kelompok 25-29 tahun, terdapat 24 juta pengguna internet atau setara 80 persen total jumlah jiwa. Temuan itu didukung dengan diketahuinya profesi mahasiswa sebagai profesi yang paling banyak menggunakan internet ketimbang sektor lain. Kedua kelompok usia itu meninggalkan jauh kelompok usia lainnya yakni kategori usia 30-34 tahun dan 35-39 tahun. Kedua kelompok ini punya jumlah pengguna internet yang relatif tak jauh beda dengan mereka yang lebih muda di angka 20-an juta. Namun dibanding jumlah penduduknya, pengguna internet di kelompok itu hanya sekitar 72 persen dan 63 persen.

Diungkapkan pula oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pengguna internet Indonesia hingga tahun 2016 mencapai 132,7 juta orang. Ditambah lagi oleh APJII, menurut survey pengguna sosial media di Indonesia yang mereka lakukan, ada tiga sosial media yang paling banyak dikunjungi oleh masyarakat Indonesia. Menurut survey pengguna sosial media tersebut, Facebook menempati posisi pertama sebagai sosial media yang paling banyak dikunjungi masyarakat Indonesia. Total masyarakat Indonesia yang mengunjungi [Facebook](#) mencapai 71,6 pengguna atau mencapai 54%. Di tempat kedua menurut survey pengguna sosial media diduduki oleh media sosial dengan fitur utamanya untuk berbagi foto dan video pendek yakni, [Instagram](#). Pengguna sosial media menyebutkan bahwa Instagram berhasil menempati posisi kedua dengan jumlah pengguna mencapai 19,9 juta orang atau mencapai 15%. Media sosial di posisi ketiga yang paling banyak dikunjungi oleh masyarakat Indonesia

adalah Youtube. Menurut hasil APJII di Indonesia, layanan video [Youtube](#) mendapatkan 14,5 juta pengguna atau mencapai 11% pada tahun 2016.

Terbukanya pengembangan konten dan inovasi di bidang internet telah membuka kesempatan pada media sosial untuk melangkah ke era baru (Benkler, Roberts, Faris, Solow-Niderman, & Etling, 2015; Lyytinen, Yoo, & Boland Jr, 2016; Simula, Töllmen, & Karjaluoto, 2015). Media sosial merupakan wilayah baru pada pemakaian internet yang lebih banyak dituju oleh pengguna internet di seluruh dunia. Kondisi ini membuat media sosial sebagai platform yang menyediakan berbagai konten-konten tertentu di internet dengan kapasitas besar dan terus berkembang karena sangat aktifnya interaksi antar pengguna di dalamnya (Loeb, 2015; Pittman & Reich, 2016; Seltzer, Jean, Kramer-Golinkoff, Asch, & Merchant, 2015; Thoma et al., 2015).

Secara harfiah, istilah media sosial merupakan suatu aktivitas yang dilakukan banyak orang dalam satu lini masa tertentu melalui teknologi berbasis internet, sehingga terdapat suatu koneksi antar pengguna dan membentuk suatu komunitas tertentu (Carley & Spapens, 2017; Xiang et al., 2015). Kini pengembangan media sosial berfokus pada berbagai aktivitas tingkah laku individu yang terlibat di dalamnya, seperti berbagi pengaruh pribadi, membagikan info-info pribadi, saling berbagi identitas dan sebagainya (E. W. Ngai, Tao, & Moon, 2015a; Roth, Bobko, Van Iddekinge, & Thatcher, 2016).

Bashir dkk (2008) mengatakan bahwa mayoritas mahasiswa menggunakan internet dan mereka merasa bahwa internet merupakan alat fungsional yang berperan banyak dalam memberikan fasilitas untuk berinteraksi dengan orang lain

dan memperoleh informasi terkait dengan pendidikan mereka. Niemz dkk (2005 dalam Sari & Aydin 2014) juga mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa menggunakan internet untuk tujuan akademis dan sosial seperti berkomunikasi dengan keluarga dan teman-teman. Manfaat yang diperoleh dari internet memang dapat membantu mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan dan kemudahan akan interaksi dengan keluarga dan teman-temannya serta mendapatkan berbagai informasi dan pengetahuan terkait dengan pendidikan. Namun ketika individu merasa bahwa internet dapat membuat mereka lebih nyaman dan percaya diri dalam melakukan interaksi sosial daripada interaksi tatap muka serta motivasi dalam menggunakan internet ialah untuk meregulasi suasana hati (mood).

Menurut para ahli, ada beberapa dampak negatif dari penggunaan sosial media. Antara lain seperti bisa menimbulkan stress, perubahan mood atau suasana hati yang signifikan, kecemasan, depresi, kesehatan, kecanduan, penurunan tingkat kepercayaan diri, kesejahteraan jiwa, menurunnya kemampuan berelasi, timbulnya rasa iri kepada orang lain karena membandingkan hidup kita dengan orang lain, dan perasaan kesepian.

Pada 2015, peneliti di *Pew Research Center* yang berbasis di Washington DC berupaya untuk mengetahui apakah media sosial lebih menyebabkan stres dan bukannya menguranginya. Ditemukan bahwa Twitter menjadi "penyumbang penting" karena meningkatkan kesadaran mereka akan tekanan yang dialami orang lain. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa sosial media menimbulkan kecemasan. Seseorang akan sulit tidur, khawatir berlebih, dan sulit konsentrasi karena ingin terus terkoneksi dengan sosial media. Selain itu depresi juga menjadi salah satu dampaknya, karena menurut studi di Harvard University menemukan

bahwa pengguna sosial media memiliki kemungkinan tiga kali lebih besar untuk depresi diakibatkan konten-konten negatif yang ada di sosial media. Menghabiskan banyak waktu untuk mengakses sosial media juga dapat menghambat produksi hormon melatonin diakibatkan paparan cahaya dari smartphone atau benda elektronik lainnya, dimana hormon ini dibutuhkan untuk memudahkan seseorang tidur. Penelitian lain yang dilakukan di Swedia ditemukan bahwa membangun relasi di sosial media maupun secara langsung, sama-sama menghasilkan kebahagiaan. Bahkan lebih banyak yang merasa bahagia ketika berelasi secara online. Di sebuah universitas di Amerika menemukan bahwa tingkat kebahagiaan yang diterima dari mengakses sosial media tergantung persepsi tiap penggunanya. Ada yang menyebutkan bahwa penggunaan sosial media membuatnya lebih bahagia karena dirasa lebih mudah terkoneksi dengan orang lain dibanding hubungan secara langsung, ada yang merasa lebih kesepian jika membangun hubungan melalui sosial media dibanding secara langsung karena dirasa tidak *real*.

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memunculkan kondisi kecanduan pada diri individu. Berdasarkan hasil survey Cengage Learning (2014) mengungkapkan bahwa lebih dari 59% pelajar mengakses media sosial pada saat pembelajaran berlangsung, sehingga hal ini berakibat pada tidak fokusnya siswa mengikuti pembelajaran, kurangnya partisipasi dalam kegiatan diskusi, kurang fokus dalam pengerjaan tugas, dan terganggunya proses transfer dalam pembelajaran kepada siswa (Jin, Liu, & Austin, 2014; Perloff, 2014; Uche & Obiora, 2016). Perubahan mood individu karena komentar-komentar dari media sosial juga akan mempengaruhi kondisi mentalnya (Best, Manktelow, & Taylor, 2014; Sengupta & Chaudhuri, 2014; Whittaker & Kowalski, 2015). Keinginan

untuk diperhatikan juga ditunjukkan oleh pengguna media sosial, seperti membagikan kisah-kisah pribadi kepada publik dan berharap adanya respon yang diharapkan dari orang lain (Naslund, Grande, Aschbrenner, & Elwyn, 2014; Uche & Obiora, 2016).

Interaksi dalam kehidupan sehari-hari merupakan wujud nyata dari hubungan sosial manusia. Hubungan sosial antara manusia berkaitan dengan kebahagiaan. Kondisi tersebut dapat dilihat dari bagaimana emosi memainkan peran penting dalam interaksi sehari-hari, yang berguna dalam menjalin komunikasi atau mediasi hubungan antar individu (Pânișoarâ, Pânișoarâ, & Sandu, 2015). Pada media sosial, emosi hanya bisa ditunjukkan dengan fitur yang terdapat di dalam aplikasi tersebut. Wujud tanggapan individu akan suatu hal seperti memberikan respon berupa komentar, like, dan fitur sejenisnya (Kaplan & Haenlein, 2010).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kehadiran media sosial merupakan suatu hal yang dilematis. Di satu sisi kehadiran media sosial dapat memberikan manfaat seperti memudahkan manusia berkomunikasi secara luas tanpa batasan ruang dan waktu. Akan tetapi kehadiran media sosial juga dapat mengubah bentuk interaksi dalam berhubungan sosial, menjadi hubungan sosial secara tidak langsung atau maya. Pada akhirnya muncul paradigma masyarakat, jika media sosial mendekatkan yang jauh dan menjauhkan yang dekat (Loop, 2016).

Hasil penelitian Longstreet dan Brooks (2017) menunjukkan bahwa kepuasan hidup mempengaruhi kecanduan internet secara umum dan kecanduan spesifik terhadap media sosial. Bagi pengguna yang mengalami tekanan dan bermasalah dalam kehidupannya, maka kepuasan hidupnya menurun yang pada akhirnya membawa peningkatan kecanduan media sosial dan internet. Artinya, individu yang

sudah tidak merasa puas akan kehidupannya cenderung akan menggunakan situs jejaring sosial dengan cara membandingkan dirinya dengan individu lain yang memiliki kehidupan lebih baik (Frison & Eggermont, 2016).

Carr (2004), menyebutkan kebahagiaan adalah keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingkat kepuasan hidup dan afek positif yang tinggi, dan tingkat afek negatif yang rendah. Hasil penelitian Shayan dan Gatab (2012), menjelaskan bahwa individu yang bahagia akan berperilaku baik dalam kehidupan sosialnya terhadap keluarga, pekerjaan, pendidikan maupun dirinya sendiri. Selain itu, individu yang bahagia juga lebih menyenangkan, lebih mudah percaya, dan responsif terhadap lingkungan sekitar (Myers, 2012). Penelitian lain yang menyebutkan bahwa penggunaan internet dikaitkan secara positif dengan kepuasan hidup adalah penelitian Bozoglan, Demirer, dan Sahin (2013), penelitian tersebut menemukan bahwa meskipun tidak berhubungan langsung, kecanduan internet salah satunya dipengaruhi oleh kepuasan hidup.

Stepanikova, dkk (2010) dan Mahadi, dkk (2016) mengungkapkan bahwa cara individu menunjukkan ketidakpuasan akan hubungan sosial yaitu dengan menghabiskan waktu dengan internet. Individu yang tidak puas adalah individu yang merasakan depresi dan kesepian. Depresi dan kesepian merupakan afek negatif yang akan menghambat perkembangan remaja karena pada umumnya individu yang depresi maupun kesepian tidak hanya mempengaruhi individu secara fisik maupun psikis yakni berpikiran negatif, merasakan tidak berharga, serta tidak tertarik dalam berhubungan dengan teman maupun keluarga (Myers, 2012).

Peneliti dari School of Informatics and Computing Indiana University, Amerika Serikat, Johan Bollen, melakukan riset untuk menganalisis interaksi para

mahasiswa di media sosial. Pengguna twitter dan berbagai sosial media lainnya cenderung berisi sentimen positif yang lebih tinggi yang bisa didefinisikan sebagai perasaan bahagia. Mereka yang memiliki banyak koneksi di sosial media cenderung lebih bahagia, seperti memiliki banyak *followers* dan sering berinteraksi, begitupula sebaliknya.

Studi awal dilakukan peneliti untuk mengetahui penghayatan para mahasiswa terhadap sosial media yang mereka gunakan, dengan menggunakan metode wawancara dan observasi. Hasil yang didapat dari observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 50 orang mahasiswa secara random, seluruhnya memiliki sosial media seperti *instagram*, *twitter*, dan sebagian diantaranya memiliki akun *facebook* bahkan *youtube*. Beberapa mahasiswa mengakses sosial media melalui *smartphone* pribadi, dan ada juga mahasiswa yang menggunakan laptop atau *tablet* untuk mengaksesnya. Waktu penggunaannya pun bervariasi dari satu mahasiswa ke mahasiswa yang lain, ada mahasiswa yang online hanya ketika benar-benar diperlukan, ada yang kira-kira menghabiskan waktu untuk mengakses sosial media selama total 2-5 jam setiap harinya, ada juga yang menyatakan terhubung secara online hingga sehari penuh., setidaknya mereka hampir pasti membuka sosial media terutama *instagram* dan *twitter* bahkan disela-sela kesibukan. Pada saat hari libur dan tidak ada kegiatan, biasanya mereka bisa mengakses sosial media lebih lama dari biasanya. Mereka juga menjadi pengguna sosial media sudah cukup lama, kira-kira 5 hingga 8 tahun. Hal yang umumnya dilakukan mahasiswa saat sedang mengakses internet meliputi mencari informasi jadwal kuliah atau tugas-tugas yang berhubungan dengan perkuliahan, *chatting*, membaca berita yang sedang trend, mencari hiburan (menonton video di *youtube*

dan mendengarkan musik), bermain game, terlebih mengakses sosial media seperti instagram, line, twitter, facebook, dan lain sebagainya.

Menurut hasil observasi dan wawancara lainnya ditemukan bahwa sebagian besar dari mereka lebih mendapatkan kesenangan ketika menggunakan atau mengakses sosial media. Keaktifan mereka seperti seringnya membalas komentar yang ditujukan kepada mereka, menjalin pertemanan dengan orang lain secara lebih luas bahkan dengan orang lain di belahan dunia manapun, dan selalu mengamati perkembangan yang ada pada sosial media. Mereka menghayati penggunaan sosial media sebagai media edukasi, memperluas jaringan pertemanan, membangun relasi dengan berbagai macam individu lain, mempermudah mereka mencari teman yang memiliki ketertarikan yang sama di bidang tertentu sehingga mereka dapat mengaktualisasikan diri dengan hobinya masing-masing, mempermudah mereka mendapat informasi diperkuliahan sebagaimana profesi mereka sebagai mahasiswa, dan sebagai media untuk dapat selalu mempermudah mereka mengikuti perkembangan zaman yang serba digital.

Beberapa mahasiswa mengungkapkan bahwa penggunaan sosial media yang diakses secara terus-menerus biasanya dilakukan untuk menghilangkan rasa bosan, dan mengisi waktu luang. Terlebih sebagian besar dari mereka merasa bahwa sosial media adalah sebuah kebutuhan yang harus dipenuhi. Sehingga ketika mereka sedang tidak terkoneksi mereka merasa cemas dengan berbagai alasan seperti, tidak ingin ketinggalan berita dari dunia maya, merasa harus membalas semua pesan yang diterima dengan segera, merasa harus selalu terkoneksi karena bisa membuat mereka dipandang mengikuti perkembangan zaman sebagaimana yang dilakukan orang-orang pada generasi saat ini.

Hasil wawancara kepada sejumlah mahasiswa tersebut ditemukan bahwa sebagian dari mereka merasakan dampak negatif yang dialami, seperti *overtime* dari rencana awal yang seharusnya mereka pakai untuk mengakses internet sehingga lupa waktu, mengabaikan kewajiban-kewajiban mereka sebagai mahasiswa yang harus menyelesaikan berbagai macam tugas namun seringkali teralihkan karena dorongan yang besar untuk selalu terkoneksi, berkurangnya kualitas hubungan dengan orang lain di dunia nyata karena mereka merasa bahwa dunia maya bisa lebih menumbuhkan perasaan yang menyenangkan. Beberapa orang dari mereka memanfaatkan sosial media sebagai bentuk pelarian dari sulitnya menjalin hubungan dengan orang lain di dunia nyata. Mereka memiliki banyak *followers* di sosial medianya namun di kehidupan nyata mereka kesulitan membangun relasi. Hal lain yang dapat dihayati oleh mahasiswa pengguna aktif sosial media adalah *feedback* yang diberikan *followers* terhadap mereka sangat mempengaruhi mood. Seperti apabila postingan mereka memiliki *likes* yang banyak dan mendapat komentar yang baik, membuat mereka akan berusaha untuk terus memposting hal yang dianggap menarik agar lebih banyak mendapat komentar yang baik sesuai harapan mereka, hal tersebut juga jadi menimbulkan kecanduan terhadap sosial media dan terus-menerus mengaksesnya hingga lupa dengan kewajibannya. Hal lain yang dirasakan juga seperti timbulnya rasa iri kepada orang lain ketika melihat postingan mereka lebih bagus atau terlihat menyenangkan. Selain itu mereka merasa gelisah jika kuota internet yang mereka miliki habis dan ingin segera membelinya kembali. Ada pula yang beralasan bahwa mereka memang dirasa sulit untuk membangun pertemanan di dunia nyata, sehingga mereka memilih untuk

lebih aktif di sosial media, dan kemudian merasa lebih nyaman berinteraksi secara online.

Kenyataan tersebut memungkinkan bahwa terjadinya perubahan-perubahan kondisi psikologis dalam diri individu saat melakukan akses ke media sosial. Pada taraf tertentu, media sosial dapat menimbulkan reaksi positif dalam diri individu (Hudson, Roth, Madden, & Hudson, 2015; Maier, Laumer, Eckhardt, & Weitzel, 2015; Utz, Schultz, & Glocka, 2013), seperti perasaan senang saat postingannya direspon oleh orang lain, mendapatkan wawasan penting melalui konten yang dibagikan orang lain, bertemu dengan individu lain dengan minat yang sama, mendapatkan hal-hal baru untuk mengembangkan diri, serta hal-hal positif lainnya.

Peneliti berasumsi bahwa dari hasil dan observasi yang dilakukan kepada 50 orang mahasiswa di Bandung, dengan berbagai penghayatan yang mereka kemukakan, mengindikasikan kebahagiaan seseorang. Hal tersebut terlihat dari adanya emosi yang timbul akibat penggunaan sosial media tidak hanya positif namun ada juga yang negatif, seperti mengisi waktu luang, memudahkan dalam mengerjakan berbagai hal, memudahkan mereka untuk mengikuti perkembangan zaman, lupa waktu karena terlalu lama terkoneksi di dunia maya, menimbulkan rasa iri hati ketika melihat kehidupan orang lain lebih terlihat bahagia sehingga dapat timbul depresi. Kemudian pula sosial media sangat mempengaruhi kualitas hubungan seseorang di dunia nyata yang berbeda dengan dunia maya. Keterikatan seseorang dengan sosial media yang mereka miliki sehingga ingin terus terkoneksi. Pemakaian terhadap sosial media sebagai *tools* mereka dan seberapa penting

perannya. Hal-hal tersebut merupakan beberapa perilaku serta penghayatan mereka terhadap sosial media yang mengindikasikan elemen pada teori *Happiness*.

Berdasarkan paparan tersebut, ditunjukkan bahwa kebahagiaan merupakan keadaan emosi yang subjektif, yang ditentukan masing-masing individu. Ketika individu menunjukkan ketidakhagiaannya dengan merasa kesepian atau tidak puas akan kehidupan dan hubungan sosialnya, maka hal tersebut dapat berpengaruh salah satunya dalam mengekspresikan diri melalui media sosial (Mahadi dkk, 2016). Sebaliknya, jika kebahagiaan dapat menjadikan seseorang lebih baik dalam berperilaku di kehidupan sosialnya, maka kebahagiaan dapat membuka kesempatan serta memberikan jalan bagi mereka untuk memodifikasi perilaku agar dampak negatif dari penggunaan media sosial dapat diminimalkan (Shayan & Gatab, 2012).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melihat tingkat *happiness* pada mahasiswa pengguna sosial media. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber acuan demi pengembangan ilmu psikologi, khususnya *positive psychology*.

1.2 Identifikasi Masalah

Data hasil survey yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2016 menemukan bahwa statistik pengguna internet di Indonesia berdasarkan profesi atau pekerjaan, didominasi oleh mahasiswa. Diungkapkan pula oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pengguna internet Indonesia hingga tahun 2016 mencapai 132,7 juta orang. Ditambah lagi oleh APJII, menurut survey pengguna sosial media di Indonesia yang mereka lakukan, ada tiga sosial media yang paling banyak dikunjungi oleh

masyarakat Indonesia, yaitu facebook, instagram, dan youtube. Mahasiswa menjadi profesi terbanyak yang menjadi pengguna sosial media. Banyak hal yang menjadi motif mereka mengakses sosial media, antara lain mencari hiburan, menjalin pertemanan yang lebih luas, mencari informasi tentang berbagai hal, sebagai gaya hidup, dan lain sebagainya. Perasaan dan penghayatan positif yang mereka rasakan membuat mereka senang untuk tetap mengakses sosial media, merasa puas ketika mereka mendapat respon positif dari *followersnya*, meningkatkan mood menjadi lebih baik, dan membuat mereka lebih merasakan perasaan yang menyenangkan. Hal lain yang dapat dihayati oleh mahasiswa pengguna aktif sosial media adalah *feedback* yang diberikan *followers* terhadap mereka sangat mempengaruhi mood. Seperti apabila postingan mereka memiliki *likes* yang banyak dan mendapat komentar yang baik, sehingga mereka akan berusaha untuk terus memposting hal yang mereka anggap menarik agar lebih banyak mendapat komentar yang baik sesuai harapan mereka.

Namun ada sebagian kecil dari mereka yang menganggap bahwa sosial media memberikan dampak buruk untuk mereka, terlebih mereka adalah mahasiswa yang fokus utama kegiatannya adalah belajar. Waktu penggunaan dan hal-hal apa saja yang diakses memang sangat memudahkan mereka dalam segi perkuliahan, tetapi jika mereka teralihkan dengan mengakses sosial media seperti facebook, instagram, youtube, dan lain sebagainya, mereka akan lupa waktu dan lalai dengan kegiatan utama yang lebih *urgent*, hal tersebut juga jadi menimbulkan kecanduan terhadap sosial media dan terus-menerus mengaksesnya hingga lupa dengan kewajibannya.

Berbagai dampak pun muncul dari penggunaan sosial media. Beberapa penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa sosial media dapat membuat

seseorang menjadi cemas, depresi, stress, merasa iri dengan kehidupan orang lain yang dilihatnya hanya dari sosial media serta menjadi berkurangnya kepercayaan diri, berkurangnya kualitas hubungan dengan orang lain di dunia nyata karena sulitnya membangun relasi, menurunnya kesehatan karena terlalu lama bermain dengan telepon genggam maupun perangkat elektronik lainnya demi terus terkoneksi, serta munculnya kecanduan pada penggunaan sosial media.

Dari banyaknya dampak dan berbagai penghayatan yang dikemukakan oleh mahasiswa yang menjadi sampel penelitian, peneliti berasumsi bahwa apa yang telah dijabarkan dari hasil penelitian, teori, serta hasil observasi dan wawancara, hasilnya berindikasi pada teori kebahagiaan dari Seligman, seperti munculnya emosi positif dan negatif dari penggunaan sosial media, keterikatan mereka terhadap sosial media, hubungan dengan orang lain di dunia nyata maupun dunia maya, pemaknaan mereka terhadap sosial media yang dimiliki, dan pencapaian suatu hal yang bisa diraih melalui sosial media. Dampak yang mereka rasakan tidak mengurangi penggunaan mereka terhadap sosial media karena dirasa sudah menjadi kebiasaan dalam kegiatan sehari-hari. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui mengenai gambaran dan tingkat kebahagiaan mahasiswa pengguna sosial media di Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat *happiness* pada Mahasiswa pengguna sosial media.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran *happiness* pada mahasiswa pengguna sosial media.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis, yaitu sumbangan pemikiran khususnya bagi Psikologi Klinis dalam kajian Psikologi Positif mengenai *Happiness* pada mahasiswa pengguna sosial media di Kota Bandung.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- 1) Dapat memberikan informasi mengenai hal positif dan negatif dari penggunaan sosial media, agar penggunanya bisa lebih bijak lagi dalam mengakses segala konten yang ada di dalamnya.
- 2) Untuk memberikan pemahaman mengenai *Happiness* terkait penggunaan sosial media, agar penggunanya bisa memiliki tingkat *happiness* yang tinggi.