

Tingkat Adiksi Penggunaan Media Sosial Remaja: Studi Deskriptif

Hasgimianti¹, suci habibah², Alfiah³, Deceu Berlian Purnama⁴

¹²³⁴⁵Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: hasgimianti@uin-suska.ac.id

Abstrac: Development in adolescence is a transitional period between childhood and adolescence. The development of social media contributes to the process of interaction between individuals and their social environment. This study aims to describe (1) an overview of the level of addiction in adolescents using social media, (2) an overview of the content that adolescents frequently open in using social media. This study uses a descriptive quantitative approach. The population in this study were all students at SMP Negeri 23 Pekanbaru, the sample in this study were 118 students at SMP Negeri 23 Pekanbaru. The data collection technique in this study used a social media questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis techniques use percentages. The results in the study showed that: (1) analysis of the level of addiction to social media use for adolescents for the very high category 21%, high 37%, medium 26%, low 12%, and very low 4%. From the data above, it can be concluded that the level of addiction to using social media is highest in the high and medium categories, (2) the content that is most accessed through social media is found that teenagers open social media videos of Tiktok with a total of 86%, open social media gossip of artists or viral news with 55%, photos of friends with 78% and viewing instastories, WA status, and live Facebook with 56%, games online 46 %.

Keywords: Addiction, Social Media, Youth

Abstrak: Perkembangan pada masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak menuju masa remaja. Perkembangan media sosial memberikan andil dalam proses interaksi antara individu dengan lingkungan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan (1) gambaran tingkat adiksi penggunaan media sosial remaja, (2) gambaran konten yang sering dibuka remaja dalam penggunaan media social. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa di SMP Negeri 23 Pekanbaru, sampel dalam penelitian ini adalah 118 orang siswa SMP Negeri 23 Pekanbaru. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket media social yang telah dilakukan uji coba validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data menggunakan presentase. Hasil dalam penelitian menunjukkan bahwa : (1) analisis gambaran tingkat adiksi penggunaan media sosial bagi remaja untuk kategori sangat tinggi 21%, tinggi 37%, sedang 26%, rendah 12%, dan sangat rendah 4%. Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat adiksi penggunaan media sosial pada terbanyak pada kategori tinggi dan sedang, (2) konten yang paling banyak dibuka melalui social media ditemukan bahwa remaja membuka social media video Tiktok dengan jumlah 86%, membuka social media gossip artis atau berita viral dengan jumlah 55%, foto teman-teman dengan jumlah 78% dan untuk melihat instastory, status WA, maupun live facebook dengan jumlah 56%, games online 46 %.

Kata kunci: Adiksi, Media Sosial, Remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal yang penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Dua hal tersebut adalah, pertama, hal yang bersifat eksternal, yaitu

adanya perubahan lingkungan. Dan kedua, adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat remaja relatif lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya (storm and stress period). Perubahan eksternal salah satunya perkembangan teknologi.

Perkembangan teknologi di era sekarang ini sangat pesat. Berbagai kemajuan teknologi dapat kita peroleh dengan sangat mudah. Seiring dengan perkembangan zaman dan pesatnya perkembangan teknologi komunikasi antar manusia dapat dilakukan dengan berbagai alat sarana, salah satunya alat komunikasi yang banyak digunakan saat ini adalah internet, handphone, twitter, facebook, dan kompasiana. Remaja sangat identik dengan pemanfaatan teknologi dalam berhubungan sosial. Salah satunya dalam penggunaan media sosial.

Media sosial merupakan salah satu media instan yang saat ini memang memiliki berbagai fungsi dalam perannya. Selain berfungsi sebagai alat berkomunikasi, media massa juga menjadi sarana untuk penggunaannya dalam menggali berbagai informasi. Definisi media sosial tidak serta merta merupakan gagasan yang tidak berdasar yang dikemukakan oleh para ahli tersebut. media sosial memiliki peran dan dampak bagi kehidupan masyarakat yang harus didesain sedemikian rupa agar media sosial tetap pada fungsi dan tujuan media sosial itu sendiri dan memiliki manfaat dalam kehidupan setiap individu. Seperti yang dikemukakan oleh Henderi (2007) bahwa pengertian media sosial adalah situs jaringan sosial berbasis web yang memungkinkan bagi setiap individu untuk membangun profil publik ataupun semi public dalam sistem terbatas, daftar pengguna lain dengan siapa mereka terhubung, dan melihat serta menjelajahi daftar koneksi mereka yang dibuat oleh orang lain dengan suatu system, Sedangkan menurut Phillip Kotler dan Kevin Keller media sosial adalah sarana bagi konsumen untuk berbagi informasi teks, gambar, video dan audio dengan satu sama lain dan dengan perusahaan dan sebaliknya (Kotler, Keller 2012: 568).

Media sosial yang satu ini memang sudah tidak bisa lagi diragukan akan ke populerannya di dunia pada saat ini. Young (2009) menyatakan bahwa ketidakmampuan seseorang mengontrol penggunaan dari teknologi sehingga memberikan kerugian baik secara fisik maupun psikis terhadap penggunaannya merupakan konsep dari kecanduan internet. Penelitian yang dilakukan oleh Griffith, Davis, dan Darren (2004) menunjukkan bahwa pemain game online remaja lebih mendominasi dari pada pemain game online dewasa. Penelitian lain oleh Brian dan Wiemer-hastings (2005) menunjukkan 88% pengguna internet adalah laki-laki dimana 44% nya adalah pelajar dengan lama waktu yang dihabiskan untuk bermain adalah 21-40 jam per minggu.

Survei oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2014, menyebutkan pengguna internet aktif tahun 2014 mencapai 107 juta pengguna atau sekitar 24% dari total populasi Indonesia. Dari data pengguna internet aktif pada tahun 2014, diperkirakan pemain game online di Indonesia berkisar 10,7 juta orang atau sekitar 10% dari total pengguna (APJII, Kusumawati, Aviani & Molina, Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi). Berdasarkan hasil survey APJII (2014) juga menunjukkan penduduk berusia 12-34 tahun (64%) mendominasi pengguna internet di Indonesia dan penduduk berusia 20-24 tahun (15%).

Berdasarkan penelitian Rizki Aprilia, Aat Sriati, Sri Hendrawati (2020) berdasarkan hasil penelitian sebagian besar remaja atau sebanyak 51,4% mengalami kecanduan media sosial tingkat rendah, sedangkan hampir setengah dari remaja atau sebanyak 48,6% mengalami kecanduan media sosial tingkat tinggi penggunaan media sosial adalah proses atau kegiatan yang dilakukan seseorang dengan sebuah media yang dapat digunakan untuk berbagi informasi, berbagi ide, berkreasi, berfikir, berdebat, menemukan teman baru dengan sebuah aplikasi online yang dapat digunakan melalui smartphone (telepon genggam). Menurut Lometti, Reeves, dan Bybee (1977) penggunaan media sosial bagi individu dapat dilihat dari tiga hal yaitu: (1) waktu yang berkaitan dengan frekuensi, intensitas, dan durasi yang digunakan dalam mengakses situs; (2) isi media, yaitu memilih media dan cara yang tepat agar pesan yang ingin disampaikan dapat dikomunikasikan dengan baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan bagaimana: (1) gambaran tingkat adiksi penggunaan media sosial remaja, (2) gambaran konten yang sering dibuka remaja dalam penggunaan media social.

KAJIAN LITERATUR

Media Sosial

Menurut Phillip Kotler dan Kevin Keller media sosial adalah sarana bagi konsumen untuk berbagi informasi teks, gambar, video dan audio dengan satu sama lain dan dengan perusahaan dan sebaliknya (Kotler, Keller 2012: 568)

Media sosial adalah sebuah media online dimana para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, sosial network atau jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial dan wiki mungkin merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia (Kurniawan 2017). Media sosial online merupakan media yang didesain untuk memudahkan interaksi sosial bersifat interaktif dengan berbasis teknologi internet yang mengubah pola penyebaran informasi dari sebelumnya bersifat broadcast media monologue (satu ke banyak audiens) ke media sosial dialogue (banyak audiens ke banyak audiens).

Media sosial mengacu pada penggunaan teknologi berbasis web dan seluler untuk mengubah komunikasi menjadialog interaktif. Media sosial mengambil berbagai bentuk media termasuk majalah, forum internet, blog, blog sosial, microblogging, wiki, podcast, foto atau gambar, video, peringkat dan bookmark sosial. Dengan dunia di tengah-tengah revolusi media sosial, lebih dari jelas bahwa media sosial seperti facebook, twitter, instagram dll, digunakan secara luas untuk tujuan komunikasi. Bentuk komunikasi ini dapat dengan seseorang atau sekelompok orang. Saat ini sebagian besar orang khususnya anak-anak itu terhubung ke media sosial yang berbeda untuk tetap berhubungan dengan teman sebaya mereka. Media sosial digunakan untuk interaksi sosial sebagai superset di luar komunikasi sosial.

Fungsi Media Sosial

Media sosial telah membangun sebuah kekuatan besar dalam membentuk pola perilaku dan berbagai bidang dalam kehidupan masyarakat. hal ini yang membuat fungsi media sosial sangat besar. Adapapun fungsi media sosial diantaranya sebagai berikut : Media sosial mendukung demokratisasi pengetahuan dan informasi. Mentransformasi manusia dari pengguna isi pesan menjadi pembuat pesan itu sendiri, Media sosial adalah media yang didesain untuk memperluas interaksi sosial manusia dengan menggunakan internet dan teknologi web, Media sosial berhasil mentransformasi praktik komunikasi searah media siaran dari dari satu institusi media ke banyak audience ke dalam praktik komunikasi dialogis antara banyak audience.

Selain itu terdapat pendapat lain menurut Puntoadi (2011), yaitu pengguna media sosial berfungsi sebagai berikut : Keunggulan membangun personal branding melalui sosial media adalah tidak mengenal trik atau popularitas semu, karena audensilah yang menentukan. Berbagai media sosial menjadi media untuk orang berkomunikasi, berdiskusi dan bahkan memberikan sebuah popularitas di media social, Media sosial memberikan sebuah kesempatan yang berfungsi untuk berinteraksi lebih dekat dengan konsumen. Media sosial menawarkan sebuah konten komunikasi yang lebih individual. Melalui media sosial pula berbagai para pemasar dapat mengetahui kebiasaan dari konsumen mereka dan melakukan suatu interaksi secara personal, serta dapat membangun sebuah ketertarikan yang mendalam.

Karakteristik Media Sosial

Menurut Rulli Nasrullah & Siti Nubaya(2016) Media sosial memiliki karakteristik khusus yang tidak dimiliki oleh beberapa jenis media lainnya. Media social memiliki batasan-batasan dan ciri khusus tertentu yang hanya dimiliki apabila dibanding dengan media lainnya. Adapun karakteristik media sosial yaitu jaringan (Network) antar pengguna, informasi (information), arsip (archive), interaksi (Interactivity), simulasi (Simulation) sosial, konten oleh pengguna (User Generated Content), Penyebaran (Share/ Sharing).

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa di SMP Negeri 23 Pekanbaru, sampel dalam penelitian ini adalah 118 orang siswa SMP Negeri 23 Pekanbaru. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket media sosial yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data menggunakan presentase dan data interval.

TEMUAN

Data tingkat pengguna media social media

Untuk mengetahui Data tentang analisis Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penggunaan media sosial bagi remaja, peneliti menyajikan 44 item pernyataan untuk setiap angket, untuk pernyataan negatif telah penulis sesuaikan dalam membuat tabulasi. untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel.1

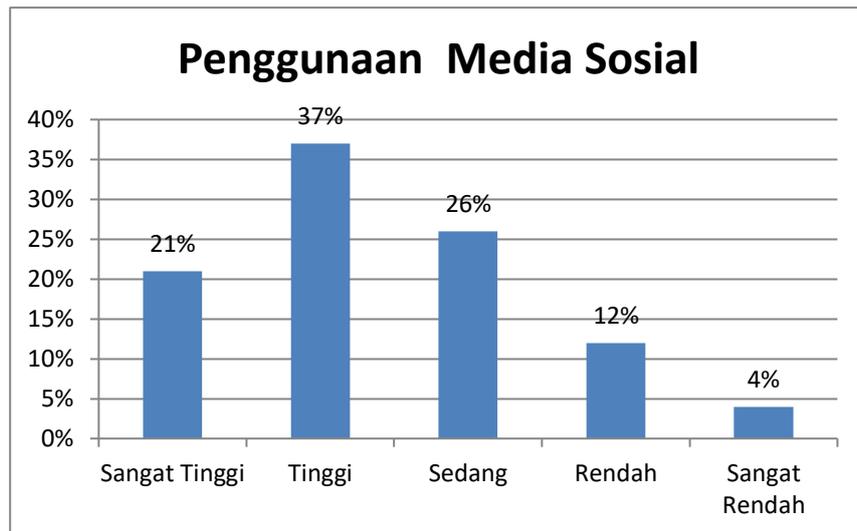
Tingkat Adiksi Penggunaan Media Sosial Remaja

No	Kategori	Frekuensi	Persentasi	
1	192-227	Sangat Tinggi	25	21%
2	152-191	Tinggi	44	37%
3	116-151	Sedang	31	26%
4	80-115	Rendah	14	12%
5	44-79	Sangat Rendah	4	4%
N		118	100%	

Sumber: Data Olahan Angket 2022

Berikut gambaran data analisis tingkat adiksi penggunaan social media remaja

pada grafik dibawah ini:



Berdasarkan Tabel.1 dan diagram.1 di atas data analisis gambaran tingkat adiksi penggunaan media sosial bagi remaja untuk kategori sangat tinggi 21%, tinggi 37%, sedang 26%, rendah 12%, dan sangat rendah 4%. Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat adiksi penggunaan media sosial pada terbanyak pada kategori tinggi dan sedang.

Data konten yang sering dibuka melalui social media

Data tentang konten yang paling banyak dibuka melalui media social yang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel. 2

Konten yang Dibuka Melalui Media Sosial

No	Pernyataan	Persentase (%)
1	Video Tiktok	86 %
2	Gossip artis atau berita viral	55 %
3	Melihat status, dan foto teman-teman	78 %
4	Instastory, Status WA, Maupun live Facebook	56%
5	Game online	46 %

Berdasarkan tabel 2 data mengenai konten yang paling banyak dibuka melalui social media ditemukan bahwa remaja membuka social media video Tiktok dengan jumlah 86%, membuka social media gossip artis atau berita viral dengan jumlah 55%, foto teman-teman dengan jumlah 78% dan untuk melihat instastory, status WA, maupun live facebook dengan jumlah 56%, games online 46 %.

DISKUSI

Deskripsi data dalam penelitian ini terdiri dari data analisis gambaran tingkat adiksi penggunaan media sosial bagi remaja untuk kategori sangat tinggi 21%, tinggi 37%, sedang 26%, rendah 12%, dan sangat rendah 4%. Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa penggunaan

media social pada terbanyak pada kategori tinggi dan sedang. Remaja banyak menggunakan media social dalam kegiatan sehari-hari.

Sejalan dengan penelitian Berdasarkan Nursiyah, Sri Sulistiowati (2022) sebagian besar remaja dengan rata rata usia 16,9 tahun mengalami adiksi gadget dengan kategori kecanduan sedang pada frekuensi 111 siswa (85,3%) dan interaksi sosial dengan kategori kurang baik sebanyak 97 siswa (74,6%). Di era globalisasi ini, media sosial memberikan dampak bagi kehidupan individu sehingga memegang peranan yang sangat penting dalam kebutuhan bersosialisasi dan komunikasi. Tidak menggunakan waktu yang lama individu dapat bertukar informasi, mengakses gambar atau video, hingga pengetahuan baru tanpa celah. Beberapa media sosial yang kita gunakan karena kemudahannya adalah Instagram, Twitter, YouTube, Facebook, WhatsApp, dan lain-lain. Saking mudahnya, kita jadi sering lupa diri dan malah menghabiskan waktu dengan scrolling medsos.

Data mengenai konten yang paling banyak dibuka melalui social media ditemukan bahwa remaja membuka social media video Tiktok dengan jumlah 86%, membuka social media gossip artis atau berita viral dengan jumlah 55%, foto teman-teman dengan jumlah 78% dan untuk melihat instastory, status WA, maupun live facebook dengan jumlah 56%, game online 46 %. Berdasarkan data tersebut banyak remaja yang menghabiskan waktu menggunakan media social.

Penggunaan media sosial whatsapp paling dominan digunakan karena pada media sosial ini dilengkapi oleh fitur foto, video, pesan suara dan juga dokumen yang dapat lebih memudahkan seseorang untuk berkomunikasi dengan keluarga dan sahabat serta menyebarkan berbagai informasi berupa pengumuman hingga membagikan materi pelajaran oleh guru melalui chat group (Pangestika, 2018). Berdasarkan Sella Yunfahnur, Farah Dineva, Martina Martina (2022) media sosial yang sering diakses sebagian besar responden menggunakan media sosial untuk hiburan (membuka Instagram, Tiktok, Facebook, dll) yaitu sebanyak 134 responden (93,05%).

Efek dari penggunaan sosial media tersebut oleh individu-individu seringkali sudah melenceng jauh dari manfaat sosial media itu sendiri yang sejatinya sangat berguna untuk hal yang positif seperti menjalin tali silaturahmi dan sebagainya. Hari ini kita dapat melihat banyak sekali pihak-pihak yang memanfaatkan sosial media untuk sarana melancarkan aksi-aksi propaganda, fitnah, bahkan yang bertujuan memecah belah banyak disebar luaskan melalui sosial media.

Salah satu tingkat adiksi yang tinggi pada penggunaan game online. Yee (Young & De Abreu, 2011) menyatakan bahwa remaja memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami kecanduan games online dari pada dewasa dan efek negatif yang ditimbulkan juga lebih besar pada remaja yang bermain secara intensif karena mereka cenderung menjadikan games sebagai fokus utamanya. Berdasarkan penelitian ini menunjukkan remaja laki-laki lebih mendominasi permainan games online sejalan dengan penelitian Chandra (2006).

Berdasarkan penelitian Intan Risma Juliani, Imanuel Sri Mei Wulandari Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecanduan gadget dengan gangguan emosi dan perilaku remaja kelas 8. Kecanduan media sosial tingkat tinggi harus ditangani secara serius dan sesegera mungkin untuk meminimalisir terjadinya dampak negatif yang dapat ditimbulkan pada remaja. Cognitive Behavioral Therapy (CBT) adalah suatu perawatan yang didasarkan bahwa pikiran dapat menentukan perasaan (Fuggle, Dunsmuir & Curry, 2013). CBT digunakan untuk membantu remaja untuk mengganti isi pikirannya menjadi lebih rasional dan dapat membuat remaja memiliki perilaku adaptif dalam menggunakan media sosial, seperti adanya perilaku mengontrol penggunaan media sosial. CBT dapat dilakukan oleh perawat yang sudah mendapatkan pelatihan terkait terapi ini, sehingga perawat tersebut dapat memberikannya secara benar dengan proses berkelompok pada remaja (Young, 2007).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kecanduan (adiksi) penggunaan media social remaja, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut : (1) analisis gambaran tingkat adiksi penggunaan media sosial bagi remaja untuk kategori sangat tinggi 21%, tinggi 37%, sedang 26%, rendah 12%, dan sangat rendah 4%. Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat adiksi penggunaan media social pada terbanyak pada kategori tinggi dan sedang, (2) remaja membuka social media video Tiktok dengan jumlah 86%, membuka social media gossip artis atau berita viral dengan jumlah 55%, foto teman-teman dengan jumlah 78% dan untuk melihat instastory, status WA, maupun live facebook dengan jumlah 56%, games online 46 %.

REFERENSI

- APJII. (2014). Google. Dipetik Desember 01, 2014, dari <http://Asosiasi%20Penyelenggara%20Jasa%20Internet%20Indonesia.htm>
- Brian, David, and Wiemer Peter Hastings. (2005). Addiction to the Internet and Online Gaming. *Cyber Psychology and Behavior* VIII: 110-113.
- Chandra, A. N. (2006). Gambaran perilaku dan motivasi pemain games online. *Jurnal Penabur*
- Dewa Ketut sukardi. 2000. *Proses Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Jakarta: Rinneka Cipta.
- Fuggle, P., Dunsmuir, S., & Curry, V. (2013). *CBT with children, young people & families*. New Delhi: Sage Publications Ltd. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4135/9781473914858>.
- Griffiths, M., Davies, M., & Chappell, D. (2004). Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of adolescence*, 27(1), 87-96
- Henderi, Muhammad Yusup, Yuliana Isma Graha. 2007. Pengertian Media Sosial, (Online),(<http://wlipurn.blogspot.co.id/2017/04/wlipurn.html>, diakses pada 19 Februari 2017)
- Mitchcell, M.H. & Gibson, R.L. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: PustakaPelajar.
- Intan Risma Juliani, Imanuel Sri Mei Wulandari. 2022. HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN GADGET DENGAN GANGGUAN EMOSI DAN PERILAKU REMAJA KELAS 8
- Kurniawan, Puguh. 2017. "Pemanfaatan Media Sosial Instagram Sebagai Komunikasi Pemasaran Modern Pada Batik Burneh". *Dalam Kompetensi*, No. 2, Vol. 11.
- Kotler, Philip, Kevin Lane Keller. 2012. *Marketing Management*, 14th Edition. United States of America : Pearson.
- Lometti, Guy E. Reeves, Byron. Bybee, Carl R. 1977. *Investigating Assumptions of Uses and Gratifications Research*. *Penelitian Komunikasi*.
- Nursiyah, Sri Sulistiowati. 2022. GAMBARAN TINGKAT ADIKSI TERHADAP GADGET DAN INTERAKSI SOSIAL PADA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19
- Odagiri, M., Cronin, A. A., Thomas, A., Kurniawan, M. A., Zainal, M., Setiabudi, W., ... & Pronyk, P. (2020). Achieving the Sustainable Development Goals for water and sanitation

in Indonesia—Results from a five-year (2013–2017) large-scale effectiveness evaluation. *International journal of hygiene and environmental health*, 230, 113584.

Pangestika, N.L. (2018). Pengaruh pemanfaatan media sosial whatsapp terhadap penyebaran informasi pembelajaran di SMA Negeri 5 Depok. Retrieved from <http://repository.uinjkt.ac.id/>

Puntoadi, Danis. 2011. Meningkatkan Penjualan Melalui Media Sosial. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Rizki Aprilia, Aat Sriati, Sri Hendrawati. 2020. Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.

Rulli Nasrullah & Siti nurbaya. 2016, Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, Sosioteknologi, Cet.kedua, Simbiosis Rekatama Media, Bandung

Sella Yunfahnur, Farah Dineva, Martina Martina. (2022). ADIKSI MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA

Young, K.S. (2007). Treatment outcomes with internet addicts. clinical center for internet addiction recovery. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 671–679. Retrieved from <http://netaddiction.com/articles/Treatment.pdf>.