

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pemanfaatan internet pada kehidupan manusia bisa menimbulkan beberapa manfaat contohnya seperti pemanfaatan sosial media, kecenderungan penggunaan sosial media banyak memberikan kita kemudahan dalam berinteraksi, berkomunikasi, memberi edukasi, dan berbisnis. Menurut hasil survei 2019 – 2020 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia adalah bahwa pengguna internet di Indonesia ada kurang lebih 196,21 juta jiwa dari 266,91 juta jiwa, sekitar 21,04 juta jiwa meningkat dari tahun 2018. Penggunaan internet terbanyak di Indonesia ada di rentang usia 18 – 34 tahun. Perkiraan pengguna internet menghabiskan waktunya kurang lebih 8 jam dalam sehari (24 jam), alasan utama dalam lamanya menggunakan internet adalah karena penggunaan dari sosial media.<sup>1</sup>

Penggunaan sosial media dan internet banyak dilakukan pada generasi milenial dan generasi z yang lebih cenderung up to date dengan kehidupan seputar internet dibandingkan generasi sebelumnya. Bisa dikatakan bahwa Gen Z yang cenderung lebih memilih untuk menjadikan sosial media sebagai wadah untuk mencari jati diri mereka daripada di kehidupan nyata. Dibandingkan laki-laki, perempuan lebih aktif dalam penggunaan sosial media sebagai wadah untuk mencari jati diri atau mengunggah kehidupan pribadinya.

Pesatnya penggunaan sosial media pasti akan mempengaruhi cara berpikir kita terhadap teman, keluarga, serta orang asing. Dengan mudahnya menjelajah sosial media membuat seseorang menjadi sering menggunakan sosial media yang akhirnya menimbulkan menjadi berlebihan atau ketagihan. Menurut Burns (2017:69-117) bahwa dampak negatif dari penggunaan sosial media yang banyak terjadi di kalangan remaja maupun dewasa awal, yaitu banyaknya pengguna yang tidak bertanggung jawab dan berbuat negatif terhadap sesama pengguna dengan menyebarkan berita palsu atau hoax, melakukan

---

<sup>1</sup> (Agustina, Dwi, Dkk, 2020, <https://apjii.or.id/survei>, 24 Maret 2021)

*cyberbullying, sexting, online shaming* dengan memberikan tekanan untuk memproyeksikan diri yang ideal di kolom komentar dan kecemburuan sosial dengan mengunggah postingan foto atau video yang berlebihan. Lalu dampak negatif pada penggunaan sosial media yang berlebihan juga akan mengakibatkan seseorang mengalami gangguan jam tidur, kurang disiplin waktu, menunda pekerjaan, lebih mudah merasakan insecure karena adanya kecemburuan sosial dengan melihat postingan foto atau video orang lain di sosial media yang akhirnya mulai memiliki rasa untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

Kecemburuan sosial dapat memberikan dampak buruk pada kehidupan contohnya seperti, membandingkan diri dengan orang lain dari segi penampilan atau gaya hidup yang dilihatnya penuh dengan kesempurnaan, lalu segi kesuksesan yang dilihatnya tidak ada kegagalan dalam perjalanannya. Sehingga hal itulah yang akan membuat seseorang merasa insecure atau kurang percaya diri pada dirinya. Menurut psikolog dari Personal Growth, Marissa Meditania menyatakan bahwa membandingkan diri atau social comparison tidak selalu buruk karena dapat menjadi motivasi supaya dapat merubah diri menjadi lebih baik, tetapi untuk mengatasi rasa social comparison apalagi yang sudah berdampak buruk, memerlukan proses yang cukup panjang dan jika perlu mendapatkan pertolongan yang intensif, serta dukungan dari teman atau keluarga di sekitarnya.<sup>2</sup>

Dalam merasakan insecure bahwa laki-laki kurang peka terhadap perasaan dan emosi sedangkan perempuan kebalikannya, kesimpulannya kemungkinan besar perempuan akan lebih mudah merasakan insecure dibandingkan laki-laki, karena banyak perempuan yang membandingkan diri mereka dengan orang lain di sosial media yang mengakibatkan rasa insecure tersebut muncul. Rasa insecure dapat memberikan rasa cemas dan takut yang berlebih sehingga akan berdampak pada kesehatan fisik. Secara bertahap penderita insecure akan merasakan overthinking, gangguan kecemasan, depresi, paranoid, gangguan

---

<sup>2</sup> (Shalihah, N.F., 2020, <https://www.kompas.com/tren/read/2020/11/28/093400865/-insecure-melihat-unggahan-orang-lain-di-media-sosial-kok-bisa-?page=all>, 24 Maret 2021)

makan dan tidur, serta hubungan sosialnya menjadi terganggu, bahkan yang lebih parahnya lagi akan berakibat bunuh diri karena depresi yang berlebihan.

Penggunaan sosial media yang berlebihan akan berdampak buruk bagi penggunanya, khususnya perempuan dewasa awal yang beradaptasi untuk beranjak dewasa akan lebih peka terhadap perasaan dan emosi sehingga dapat lebih mudah menimbulkan rasa insecure dalam dirinya, dengan adanya rasa insecure dalam diri pun akan memberikan dampak buruk yang mengakibatkan kehidupan sosial dan kesehatan fisik terganggu, serta dapat menghambat kesuksesan seseorang. Masalah yang sederhana jika tidak diatasi lama kelamaan akan menjadi buruk jika tidak ditangani atau tidak bisa menanganinya sendiri dengan baik dan akan merugikan diri sendiri. Maka dari itu dibutuhkan solusi dari keilmuan desain komunikasi visual tentang permasalahan tersebut yang berupa media informasi berupa website mengenai permasalahan insecure di kalangan perempuan dewasa awal karena terlalu berlebihan dalam penggunaan sosial media supaya dapat membantu mereka dalam mengatasi permasalahan insecure sebelum menjadi lebih buruk. Dengan memberi bantuan berupa ruang untuk mereka bercerita tentang permasalahannya kepada ahlinya serta mendapatkan pertolongan yang intensif untuk membantu mereka mengurangi penggunaan yang berlebihan dalam menggunakan sosial media, serta mereka akan jauh lebih mudah untuk menerima diri mereka dan banyak berpikir positif.

## **1.2 Permasalahan**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah pada perancangan ini, yaitu:

1. Kurangnya media informasi tentang penanganan masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal dalam penggunaan sosial media.
2. Kurangnya pengetahuan pada perempuan dewasa awal tentang dampak buruk dari *insecure*.
3. Minimnya pemberdayaan perempuan supaya bisa membantu menjadi percaya diri dan menerima diri apa adanya.

### **1.2.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana cara membuat rancangan media informasi untuk mengatasi masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal?

### 1.3 Ruang Lingkup

- a. Apa  
Perancangan media informasi yang mampu mengatasi masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal.
- b. Dimana  
Penelitian akan dilakukan di Bekasi.
- c. Siapa  
Target dari penelitian ini yaitu perempuan dewasa awal yang merasa *insecure* dalam penggunaan sosial media dan berusia 18 - 22 tahun yang berada di daerah Jakarta.
- d. Kapan  
Penelitian akan dilakukan dari bulan Maret - Juli 2021.
- e. Bagaimana  
Membuat perancangan media informasi untuk mengatasi masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal.

### 1.4 Tujuan Perancangan

Tujuan dari perancangan ini, yaitu:

1. Merancang sebuah media informasi tentang penanganan masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal dalam penggunaan sosial media.
2. Memberikan informasi tentang dampak buruk dari *insecure* kepada perempuan dewasa awal.
3. Memberikan ruang untuk memberdayakan perempuan supaya bisa membantu menjadi percaya diri dan menerima diri apa adanya.

### 1.5 Cara Pengumpulan Data dan Analisis

#### 1.5.1 Cara Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan campuran antara kualitatif dan kuantitatif, yaitu:

##### 1. Studi Pustaka

Studi pustaka adalah merupakan sebuah metode penelitian yang penelitiannya dilakukan di pustaka, dokumen, arsip dan lainnya sebagai bahan penelitiannya (Prastowo, 2012 dalam Imah dan Purwoko, 2018:11). Penulis akan mengumpulkan buku teks, e-book, dan jurnal yang berkaitan dengan insecure dan penggunaan sosial media, berpikir positif, penerimaan diri, serta perihal desain komunikasi visual termasuk warna, layout, dan lain-lain.

## **2. Wawancara**

Wawancara adalah percakapan yang dapat memberikan informasi dari narasumber tentang beberapa kejadian yang tidak peneliti alami secara langsung, atau peristiwa yang sudah terjadi di masa lalu (Soewardikoen, 2019:53). Wawancara akan dilakukan penulis adalah dengan Psikolog, dan perempuan dewasa muda yang merasa insecure di daerah Jakarta.

## **3. Kuesioner**

Kuesioner adalah perolehan data yang didapat dalam waktu yang singkat, karena akan ada banyak orang yang diminta mengisi pilihan jawaban tertulis yang disediakan (Soewardikoen, 2019:59). Kuesioner akan disebarakan penulis untuk perempuan dewasa awal yang merasa insecure di daerah Jakarta.

### **1.5.2 Cara Analisis**

Metode analisis yang akan digunakan adalah metode analisis matriks dan analisis deskriptif.

#### **1. Analisis Matriks**

Matriks sangat berguna untuk membuat perbandingan data, seperti, mengidentifikasi persamaan maupun perbedaan data penelitian (Soewardikoen, 2019:104). Dengan menggunakan tabel perbandingan yang akan dilakukan adalah dengan membandingkan karya sejenis.

#### **2. Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif Analisis deskriptif memberikan gambaran pada objek yang diteliti melalui data atau sampel yang sudah

dikumpulkan tanpa melakukan analisis (Sugiyono, 2014 dalam Mahendra, 2015:72).

## 1.6 Kerangka Berpikir

### Fenomena

Banyaknya perempuan dewasa awal yang merasa *insecure* setelah menggunakan sosial media dan akibatnya menjadi membandingkan kehidupan dirinya dengan orang lain di sosial media.

### Latar Belakang

Dampak buruk pada penggunaan sosial media yang berlebihan dapat mengakibatkan seseorang menjadi membandingkan diri mereka dengan orang lainnya, sehingga menimbulkan rasa *insecure*.

### Identifikasi Masalah

1. Kurangnya media informasi tentang penanganan masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal dalam penggunaan sosial media.
2. Kurangnya pengetahuan pada perempuan dewasa awal tentang dampak buruk dari *insecure*.
3. Minimnya pemberdayaan perempuan supaya bisa membantu menjadi percaya diri dan menerima diri apa adanya.

### Rumusan Masalah

Bagaimana cara membuat rancangan media informasi untuk mengatasi masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal?

### Asumsi

Perlunya media informasi tentang pentingnya menangani masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal.

### Prakiraan Solusi

Merancang media informasi untuk mengatasi masalah *insecure* pada perempuan dewasa awal.

Metode

Perancangan

DLL

### E - book

Dampak negatif dari penggunaan sosial media di kalangan remaja, yaitu banyaknya pengguna yang tidak bertanggung jawab menyebarkan berita palsu atau hoax, melakukan *cyberbullying*, *sexting*, *online shaming* di kolom komentar, kecemburuan sosial dengan mengunggah postingan foto atau video yang cenderung seperti memamerkan kehidupan yang berlebihan dan akan mengakibatkan kecemburuan pada pengikutnya.  
Burns (2017:69-117)

### Internet

Membandingkan diri atau *social comparison* tidak selalu buruk karena dapat menjadi motivasi supaya dapat merubah diri menjadi lebih baik, tetapi untuk mengatasi rasa *insecure* itu perlu proses yang cukup panjang serta dukungan dari teman atau keluarga disekitarnya.  
(Marissa Meditania, Psikolog, 2020, <https://www.kompas.com/insecure-melihat-unggahan-orang-lain-di-media-sosial-kok-bisa-?page=all>, 24 Maret 2021)

## **1.7 Pembabakan**

Penulisan seminar ini disusun berdasarkan sistematika penulisan yang telah ditetapkan, seperti berikut:

### **BAB I Pendahuluan**

Bab ini berisikan latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, fokus permasalahan, tujuan dari perancangan, metode pengumpulan data, metode analisis data, kerangka perancangan dan pembabakan dari tiap bab dalam tugas akhir ini.

### **BAB II Dasar Pemikiran**

Bab ini berisikan penjelasan dari teori-teori yang relevan yang digunakan sebagai pijakan atau acuan dalam proses perancangan objek penelitian.

### **BAB III Data dan Analisis**

Bab ini berisikan uraian hasil survey dan pengumpulan data dilapangan terhadap objek penelitian secara terstruktur. Serta menganalisis data yang diperoleh menggunakan landasan teori untuk mendapatkan simpulan berupa konsep ideal yang akan digunakan dalam perancangan.

### **BAB IV Konsep dan Hasil Perancangan**

Bab ini berisikan penjelasan mengenai konsep yang telah dibuat seperti konsep pesan, konsep komunikasi, konsep media, dan konsep visual sesuai dari hasil analisis disertai dengan hasil rancangan yang telah dibuat mulai dari sketsa hingga penerapan pada media media yang telah ditentukan.

### **BAB V Penutup**

Bab ini berisikan kesimpulan atas rancangan yang telah dibuat, saran terhadap karya yang dihasilkan dan direkomendasikan yang dapat diterapkan untuk perencanaan selanjutnya.