

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

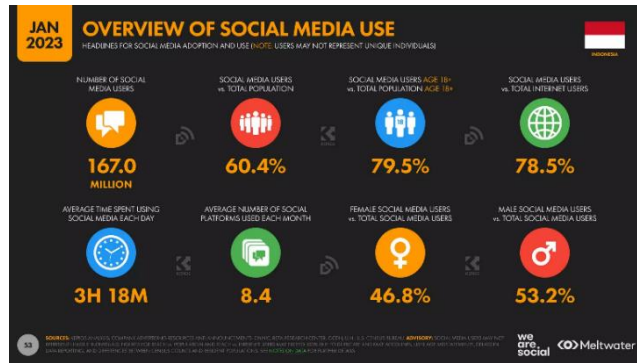
Perkembangan dunia yang semakin pesat kini menjadikan teknologi semakin dekat dengan kehidupan manusia. Salah satunya dengan berkembangnya teknologi komunikasi yang dapat membantu manusia dalam melakukan banyak pekerjaan dan kegiatan sehari-hari. Bukti nyata dari adanya perkembangan teknologi komunikasi yang paling terlihat adalah internet. Internet atau *Interconnected Network* merupakan jaringan global yang berfungsi menyambungkan atau memberi koneksi pada satu perangkat dengan perangkat lainnya secara tidak terbatas. Kemunculan internet memberikan kemudahan dan inovasi yang terus melesat hingga dapat memberikan banyak kemudahan bagi penggunanya. Perkembangan ini membuat masyarakat dapat dengan mudah memperoleh segala informasi di dunia maya, baik hiburan hingga berita terkini secara menyeluruh. Sayangnya, kemudahan yang diberikan juga secara tidak langsung membuat masyarakat terlena dan bahkan bergantung akan kehadiran dari internet.

Internet menurut Afriani (2011) adalah jaringan longgar yang terdiri dari ribuan jaringan komputer yang menghubungkan jutaan individu di seluruh dunia. Awalnya, tujuannya adalah untuk memfasilitasi akses peneliti ke data dari banyak komputer. Namun, mengingat statusnya saat ini sebagai media komunikasi yang sangat efisien, internet telah menyimpang secara signifikan dari tujuan awalnya (Kurniawan 2017). Dari perkembangan yang terus melaju, melalui survei yang dijalankan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), penggunaan internet di Indonesia mencapai 215,63 juta jiwa dari total populasi 275,77 juta jiwa dan setiap tahunnya selalu mengalami kenaikan (APJII, 2023)

Adanya kenaikan dalam penggunaan internet secara tidak langsung terus memberikan inovasi dan perubahan. Seperti hadirnya media sosial atau yang biasa kita kenal 'medsos' mempunyai definisi sebagai portal atau tempat dimana kita dapat mengumpulkan gambar, video hingga tulisan

dan dapat disebarluaskan. Platform media sosial berfungsi sebagai sumber inspirasi, kreativitas, persahabatan, dan peluang jaringan yang berharga bagi individu di seluruh dunia. Dengan menghilangkan hambatan komunikasi, pengguna dapat menemukan banyak prospek bisnis dan tetap mendapatkan informasi terkini tentang urusan global dengan lebih mudah (Widada, 2018). Hingga sekarang ini sudah banyak media sosial yang berkembang, meliputi Instagram, Twitter, Whatsapp, YouTube, Facebook, hingga Pinterest. Menurut Baidu (Baidu, 2014) mengungkapkan bahwa interaksi sosial manusia berdampak dari adanya teknologi dan kini menjadi sarana media sosial. Platform media sosial memfasilitasi interaksi dengan sejumlah besar individu, memungkinkan perluasan koneksi pribadi, menghilangkan batasan jarak dan waktu, menyederhanakan ekspresi diri, dan mempercepat penyebaran informasi (Anang, 2016).

Informasi yang didapat dari media sosial memudahkan manusia dalam melakukan interaksi satu sama lainnya. Beragamnya media sosial yang ada memiliki banyak macam dan kegunaan. Mirip seperti Instagram yang memungkinkan penggunanya berbagi informasi melalui foto, gambar, dan *caption* di platform media sosialnya (Atmoko, 2012). TikTok yang digunakan guna membuat video pendek dengan dibantu musik yang digemari banyak orang dan Twitter yang digunakan untuk menyebarkan informasi secara singkat dan dapat dibaca oleh semua orang di dunia (Sambas, 2021). Tak hanya itu, media sosial juga dapat diakses oleh semua kalangan tanpa batasan usia. Dilansir dari riset yang dilakukan pada tahun 2023 oleh *Hootsuite (We are Social)*, pengguna aktif media sosial di Indonesia hingga 167 juta (60,4% dari total populasi yakni 267,4 juta) dengan rentang waktu penggunaan media sosial per harinya mencapai 3 jam 18 menit.



Gambar 1. 1 Penggunaan Media Sosial di Indonesia

Sumber : Hootsuite (We are Social), 2023

Perkembangan pengetahuan akan teknologi semakin menyebar hingga ke provinsi-provinsi di Indonesia, salah satunya adalah Bali. Perkembangan ini menyebar pada era digital. Badan Pusat Statistika Republik Indonesia (2021) mengungkapkan bahwa Bali masuk kedalam urutan ke 7 dari 10 daerah pengguna internet tertinggi di Indonesia yakni sebesar 67,75%. Menurut Badan Pusat Statistika Provinsi Bali (BPS), populasi penduduk Bali saat ini mencapai 4,4 juta jiwa dan penggunaan internet di Bali pada tahun 2022 mencapai 70,59% dan Kota Denpasar menjadi daerah tertinggi dalam penggunaan internet di Bali (Termasuk Facebook, Twitter, Youtube, Instagram, Whatsapp) mencapai 84,51% dan dari hasil survei BPS Kota Denpasar menunjukkan penggunaan media sosial masyarakatnya mencapai 8 jam per harinya.

Tabel 7.4. Persentase Penduduk Berumur 5 Tahun ke Atas yang Mengakses Internet (Termasuk Facebook, Twitter, Youtube, Instagram, Whatsapp) dalam 3 Bulan Terakhir menurut Kabupaten/Kota dan Jenis Kelamin, 2022
 Table Percentage of Population Aged 5 Years and Over who Accessed The Internet (Including Facebook, Twitter, Youtube, Instagram, Whatsapp) during The Last 3 Months by Regency/Municipality and Sex, 2022

Kabupaten/Kota Regency/Municipality (1)	Laki-laki Male (2)	Perempuan Female (3)	Laki-laki + Perempuan Male + Female (4)
1. Jembrana	75,43	64,75	70,10
2. Tabanan	73,29	59,00	66,16
3. Badung	84,06	75,25	79,68
4. Gianyar	72,65	61,91	67,28
5. Klungkung	72,22	59,48	65,85
6. Bangli	69,80	55,44	62,66
7. Karangasem	61,20	46,76	54,08
8. Buleleng	66,85	52,95	59,91
9. Denpasar	86,76	82,20	84,51
Bali	75,82	65,30	70,59

Sumber/Source: Susenas Maret 2022/The March 2022 Susenas

Gambar 1. 2 Persentase Penduduk Berumur 5 Tahun ke atas yang Mengakses Internet

Sumber : Susenas (Survei Sosial Ekonomi Nasional) BPS Provinsi Bali, 2022

Gambar 1.2 menunjukkan angka yang tinggi dalam penggunaan internet dan menunjukkan bahwa internet sudah menjadi integritas diri di hampir setiap aspek kehidupan. Penggunaan internet dan media sosial yang

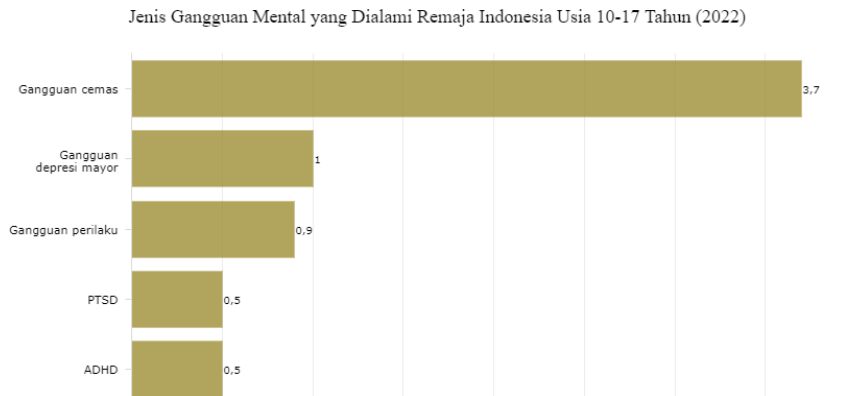
tinggi mencerminkan bagaimana perubahan cara berinteraksi dengan satu sama lain dan bagaimana cara menciptakan peluang dan tantangan baru pada kehidupan sehari-hari.

Salah satu hal yang menjadi tantangan saat ini marak terjadi ialah kecemasan sosial. Kecemasan ini lahir karena kemudahan pada media sosial yang secara tidak langsung disalahgunakan tanpa memperhatikan efek yang terjadi setelahnya. Menurut Brecht (2000) kecemasan sosial ialah rasa kekhawatiran dan ketakutan yang melampaui batas normal ketika bertemu orang lain dalam situasi sosial. Kecemasan sosial dapat muncul dari adanya kekhawatiran yang hadir dari penilaian sosial yang bersifat negatif antar masyarakat. Berdasar pada La Grecca dan Lopez (1998) kecemasan sosial ialah rasa ketidaknyamanan yang dirasakan individu ketika berhadapan dengan orang lain sehingga mengakibatkan rasa kekhawatiran akan mendapatkan penghinaan. Kecemasan sosial ini muncul dalam berbagai bentuk, termasuk kecemasan sosial terkait interaksi sosial dan tekanan sosial. Seiring dengan banyak munculnya media sosial yang berkembang, membuat banyak orang kini merasa tertekan dan masih ada anggapan bahwa media sosial adalah satu-satunya cara untuk mencapai keinginan, seolah-olah individu tidak memiliki hak pilihan dalam situasi di mana platform tersebut tidak ada dalam kehidupan mereka (Azka, et al., 2018)

Seseorang yang mempunyai tingkat kecemasan sosial yang tinggi dapat dikatakan lebih mampu mengekspresikan diri dan dapat mengetahui diri mereka lebih dalam daripada mereka yang memiliki tingkat kecemasan rendah (Kang dan Gratch, 2012). Selain itu, menurut survei yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2022, ditunjukkan bahwa seseorang yang mempunyai intensitas pemakaian media sosial ialah orang yang memiliki pendidikan yang tinggi. Mahasiswa merupakan kelompok demografis yang paling rentan mengalami kecanduan internet, menurut Young (2017), karena mereka didorong untuk menggunakan komputer, tinggal di asrama dengan akses internet, dan membawa perangkat internet *mobile*. Saat ini, tingkat kecemasan sosial pada remaja terus meningkat, sejalan dengan hasil *databooks*, remaja Indonesia berusia 10-17 mengalami gangguan cemas, gabungan antara fobia sosial serta gangguan cemas menyeluruh senilai 3,7%

dan menjadi yang tertinggi sehingga ditunjukkan bahwa tingginya gangguan kecemasan yang di alami remaja di Indonesia.

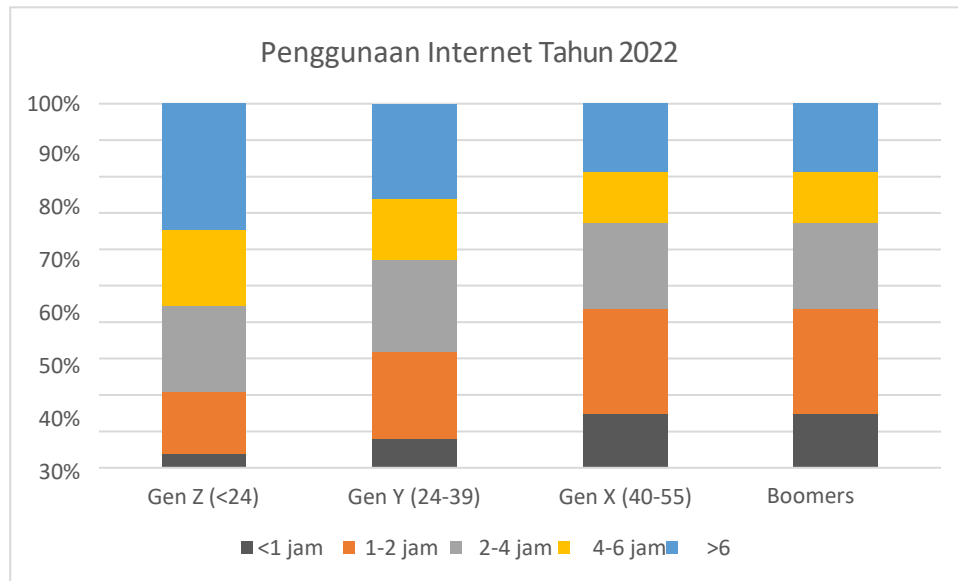
Remaja atau yang biasa disebut generasi Z merupakan generasi yang tumbuh seiring dengan adanya kemajuan teknologi. Stillman (2017)



Gambar 1. 3 Jenis Gangguan Mental yang Dialami Remaja Indonesia Usia 10-17 Tahun

Sumber : Website Databoks, 2022

menyatakan bahwa generasi Z yang lahir antara tahun 1997-2012 merupakan generasi kerja terkini. Penelitian ini menunjukkan bahwa generasi Z beda dengan generasi Y serta generasi milenial. Salah satu aspek perbedaan antara generasi Y serta generasi Z yang dijelaskan dalam buku Stillman (2017) *“How the Next Generation Is Transforming the Workplace”* adalah bahwa generasi Z lebih paham teknologi, lebih mudah menerima ide-ide baru, dan kurang peduli dengan konvensi sosial. Dikutip dari situs Alodokter (<https://www.alodokter.com/benarkah-terlalu-sering-mengakses-media-sosial-bisa-membuat-tidak-percaya-diri>, diakses 2023) Tanpa kita sadari, penggunaan media sosial juga memiliki dampak yang buruk pada penggunanya, seperti gangguan pada kesehatan mental karena kecemasan sosial yang lahir selama menggunakan media sosial. Menurut Survei Status Literasi Digital Indonesia 2022, generasi Z merupakan generasi yang paling lama dalam penggunaan internet per hari yakni lebih dari 6 jam per hari. Dilihat dari persentase, gen Z mencapai 35% serta gen Y 26% yang mempergunakan internet lebih dari 6 jam per hari. Sementara gen X dan boomer hanya 19% yang mempergunakan internet lebih dari 6 jam per hari dan 29% dari mereka hanya menggunakan internet 1-2 jam per hari.



Gambar 1. 4 Penggunaan Internet Tahun 2022

Sumber : Report Survei Status Digital Literasi Indonesia, 2022

Mengakses media sosial secara terus-menerus melalui internet dapat menyebabkan penurunan tingkat kepercayaan diri seiring berjalannya waktu. Menurut Bali Soul Society, sebuah komunitas yang berfokus pada kesehatan mental, kesejahteraan psikologis & pengembangan diri pada kampanye kesehatan mental 2019 menunjukkan bahwa remaja di Kota Denpasar mengalami gangguan mental hingga 9,8% (gejala depresi, hingga gangguan kecemasan) dan menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilaksanakan oleh Badan Litbang Kemenkes RI, didapatkan bahwa prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional berupa stress, kecemasan hingga depresi dengan usia >15 tahun terutama usia 15-24 tahun di Kota Denpasar pada tahun 2013 sebesar 4,3% dan mencapai 8,21% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Ditunjukkan bahwa adanya peningkatan kecemasan terutama pada generasi Z. Hal ini merupakan isu yang penting untuk ditangani karena dapat berdampak pada perilaku dan interaksi sosial serta berkontribusi dalam penurunan tingkat kepercayaan diri (Ellen, 2023)

Hasil penelitian terdahulu dengan judul “Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur, Kestabilan Emosi dan Kecemasan Sosial pada Remaja di SMAN 20 Surabaya” yang dilakukan pada tahun 2017

menunjukkan hasil bahwa penggunaan media sosial (*Line, Instagram, Twitter, Facebook, Path, Youtube*) mempunyai hubungan dengan kualitas tidur, kestabilan emosi serta kecemasan sosial. Semakin tinggi penggunaan media sosial, maka semakin tinggi akan mengakibatkan kecemasan sosial. Penelitian ini mengambil 3 fokus yakni kualitas tidur, kestabilan emosi serta kecemasan sosial, sedangkan penelitian ini mempergunakan satu fokus yakni kecemasan sosial.

Penelitian yang dilakukan tahun 2023 “Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Mahasiswa: Pengaruh Mediasi Kapasitas Komunikasi” menunjukkan hubungan antar berbagai jenis penggunaan media sosial dan kecemasan di kalangan mahasiswa, serta efek mediasi kapasitas komunikasi. Jadi semakin tinggi penggunaan media sosial secara aktif berkorelasi negatif dengan kecemasan sosial. Penelitian ini menggunakan subjek yang luas karena mengambil sampel besar hingga 1.740 mahasiswa dari tujuh perguruan tinggi di Tiongkok. Penelitian ini berfokus di negara Tiongkok dan berfokus pada mahasiswa, sedangkan pada penelitian ini, peneliti fokus meneliti generasi Z di Kota Denpasar dengan usia 15-24 tahun

Penelitian ini memiliki urgensi yang signifikan dalam konteks kesehatan mental remaja terutama generasi Z, dimana berdasarkan data yang ditemukan, terdapat prevalensi yang cukup tinggi dari adanya gangguan kecemasan pada generasi Z di Kota Denpasar mencapai 9,8% hingga dan penggunaan media sosial di Denpasar menjadi yang tertinggi di Bali mencapai 84,51%, dan dengan pemahaman yang lebih baik mengenai hubungan antar penggunaan media sosial dengan kecemasan sosial dapat dikembangkan strategi intervensi yang lebih efektif sehingga dapat mendukung kesehatan mental generasi Z.

Kebaruan dari penelitian ini ialah populasi serta lokasi penelitian, dimana sebagian besar peneliti terdahulu melakukan penelitian hanya pada lingkup mahasiswa saja sebagai populasi penelitiannya (Fenghia dkk., 2023 ; Farras dkk., 2021 ; Ramadhanti dkk., 2022 ; Soliha, 2015) dan pada penelitian ini, peneliti berfokus pada generasi Z berusia 15-24 tahun (SMA, mahasiswa, PNS, Wiraswasta, dan lain sebagainya). Hingga saat ini,

sebagian besar penelitian yang mengangkat permasalahan ini telah dilakukan di China (Fenghia dkk., 2023), Semarang (Soliha, 2015), Kalimantan Timur (Triandini dkk., 2021) dan ini merupakan penelitian pertama yang mengambil lokasi di Denpasar, Bali. Pemilihan lokasi penelitian dilandasi dari adanya karakter yang berbeda tiap kota atau daerah sehingga dapat menghasilkan hasil temuan atau informasi yang baru dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai dampak media sosial terhadap kesehatan mental generasi Z.

Berlandaskan pemaparan permasalahan diatas, penulis tertarik untuk menjalankan penelitian berjudul “Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Kecemasan Sosial pada Generasi Z di Kota Denpasar”.

1.2 Identifikasi Masalah

Sesuai pemaparan latar belakang yang sudah ditampilkan peneliti, maka dapat dirumuskan masalah di penelitian ini yakni :

1. Apakah terdapat pengaruh dari penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial pada generasi Z di Kota Denpasar?
2. Seberapa besar pengaruh penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial pada generasi Z di Kota Denpasar?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan atas penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial pada generasi Z di Kota Denpasar
2. Untuk mengukur seberapa besar pengaruh penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial pada generasi Z di Kota Denpasar.

1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diinginkan bisa menjadi bahan informasi, baik dalam bagian teoritis ataupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis atas penelitian ini bisa memperkaya kajian pada ilmu komunikasi, terkhusus pada kajian komunikasi sosial mengenai teknologi komunikasi media sosial terkait kecemasan sosial pada remaja

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Akademisi

Peneliti berharap hasil dari penelitian ini bisa menjadi referensi bagi peneliti kajian ilmu komunikasi atas melaksanakan penelitian berikutnya.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini bisa memperluas informasi pada khalayak luas mengenai bagaimana pentingnya mengakses sosial media secara bijak. Hal ini dapat dilihat dari efek yang ditimbulkan dari media sosial tersebut.

1.5 Waktu dan Periode Penelitian

Kegiatan	Okt 2023	Nov 2023	Des 2023	Jan 2024	Feb 2024	Mar 2024	April 2024	Mei 2024	Juni 2024
Menentukan Topik Penelitian	■								
Menyusun BAB I – BAB III	■								
Pengajuan Desk Evaluation (DE)		■							
Revisi Desk Evaluation (DE)		■							
Melakukan Pengumpulan Data			■	■	■				
Menyusun BAB IV – BAB V						■	■	■	
Sidang Skripsi									■

1.6 Sistematika Penulisan

Ringkasan sistematis penulisan yang digunakan untuk menulis penelitian ini ialah :

BAB I PENDAHULUAN

- 1.1 Latar Belakang
- 1.2 Identifikasi Masalah
- 1.3 Tujuan Penelitian
- 1.4 Kegunaan Penelitian
- 1.5 Waktu dan Periode Penelitian
- 1.6 Sistematika Penelitian

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

- 2.1 Rangkuman Teori
- 2.2 Penelitian Terdahulu
- 2.3 Kerangka Penelitian
- 2.4 Hipotesis Penelitian
- 2.5 Ruang Lingkup Penelitian

BAB III METODE PENELITIAN

- 3.1 Jenis Penelitian
- 3.2 Operasionalisasi Variabel dan Skala Pengukuran
- 3.3 Populasi dan Sampel
- 3.4 Teknik Pengumpulan Data
- 3.5 Uji Validitas dan Reliabilitas
- 3.6 Teknik Analisis Data

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

- 4.1 Pengumpulan Data
- 4.2 Karakteristik Responden
- 4.3 Hasil Penelitian

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

- 5.1 Kesimpulan
- 5.2 Saran