



JCC
jogjakarta
communication
conference



KOMUNIKASI DAN MULTIKULTURALISME DI ERA DISRUPSI:

Tantangan dan Peluang

Editor:

Filosa Gita Sukmono, Fajar Junaedi, dan Erwin Rasyid



KOMUNIKASI DAN MULTIKULTURALISME DI ERA DISRUPSI:

Tantangan dan Peluang

KOMUNIKASI DAN MULTIKULTURALISME DI ERA DISRUPSI: *Tantangan dan Peluang*

Editor :

Filosa Gita Sukmono, Fajar Junaedi, Erwin Rasyid



UMY

JCC

jogjakarta
communication
conference

Komunikasi dan Multikulturalisme di Era Disrupsi : Tantangan dan Peluang

Copyright © penulis

Hak cipta pada penulis dan dilindungi oleh Undang-undang (All Rights Reserved).
Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Penulis : Ulfa Yuniat, et.all
Editor : Filosa Gita Sukmono, Fajar Junaedi, Erwin Rasyid
Desain Cover : Ibnu Teguh
Tata Letak : Ibnu Teguh

Cetakan I : 2019
334 (x+ 324 hlm) halaman, 21 x 29 cm
ISBN: 978-602-5681-32-5

Penerbit:
Buku Litera Yogyakarta
Minggiran MJ II/1378, RT 63/17 Suryodiningratan, Mantrijeron, Yogyakarta
Telp. 0274-388895, 08179407446. Email: bukulitera3@gmail.com
dan
Program Studi Ilmu Komunikasi
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Universitas Ahmad Dahlan

Pengantar

Jogyakarta Communication Conference (JCC) 2019 adalah program kolaborasi antara Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) dan Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Ahmad Dahlan (UAD). Pada perkembangannya kegiatan ini mendapat dukungan dari Asosiasi Pendidikan Tinggi Ilmu Komunikasi Perguruan Tinggi Muhammadiyah (APIK PTM), sehingga dirangkaikan dengan Kongres II APIK PTM.

Kolaborasi dalam ranah publikasi juga dijalin dengan pengelola Jurnal The Messenger, Jurnal Komunikator, Jurnal Channel dan Jurnal Aristo. Paper yang terpilih, mendapat kehormatan untuk dipublikasikan di jurnal-jurnal tersebut. Selain publikasi di jurnal-jurnal terkemuka tersebut, paper yang dikirimkan oleh para pemakalah dipublikasikan melalui sebuah naskah prosiding berbentuk buku.

Sebagai institusi pendidikan tinggi Ilmu Komunikasi yang berada di kota pendidikan, Program Studi Ilmu Komunikasi UMY dan UAD berniat untuk memberi kontribusi dalam perkembangan riset komunikasi melalui kegiatan program JCC. Hal ini dilatarbelakangi juga bahwa di Indonesia khususnya di Yogyakarta, dalam beberapa tahun terakhir menggeliat industri media yang berbasis digital. Maka dari sinilah tema yang dipilih adalah Komunikasi dan Multikulturalisme di Era Disrupsi : Tantangan dan Peluang.

Prosiding berbentuk buku ini terbagi dalam dua tema besar yaitu pertama Multikulturalisme, Media Baru dan Masyarakat Digital, kedua Marketing dan PR Digital. Para pemakalah-pun berasal dari berbagai daerah di Indonesia, tercatat kurang lebih 45 artikel terpilih untuk terbit baik di Jurnal maupun dalam Prosiding.

Kami mengucapkan terima kasih kepada pemakalah yang telah mengirimkan paper terbaiknya untuk dipresentasikan di JCC. Semoga apa yang dipresentasikan bisa mewarnai riset komunikasi kontemporer.

Yogyakarta, 10 Februari 2019

DAFTAR ISI

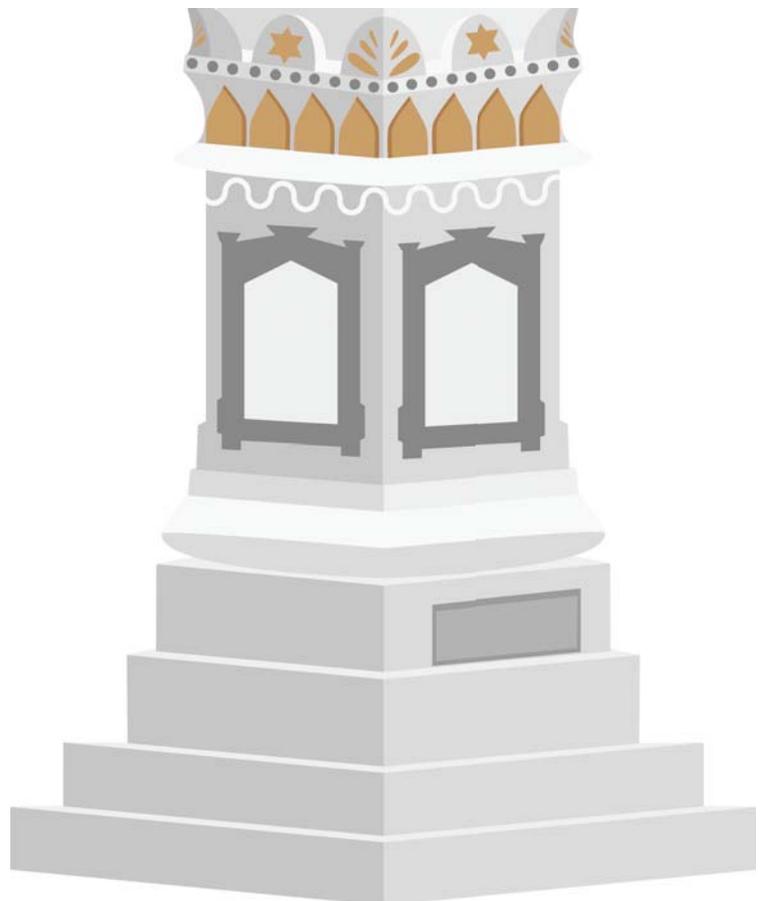
Pengantar	v
DAFTAR ISI	
Chapter 1	
Multikulturalisme, Media Baru dan Masyarakat Digital	1
Mencari Model Jurnalisme Warga dalam Media Digital Muhammadiyah (Studi Kasus pada pwmu.co)	
<i>Filosa Gita Sukmono, Fajar Junaedi</i>	3
Penggunaan <i>Clickbait</i> sebagai Kualitas dan Profesionalisme Wartawan Studi Kasus pada Media Daring	
<i>Ulfa Yuniat, Euis Evi Puspitasari, Nora Meilinda Hardi</i>	11
Pengaruh Media Sosial terhadap Perkembangan Pola Pikir, Kepribadian dan Kesehatan Mental Manusia	
<i>Nurul Haniza</i>	21
Modal Sosial dalam Komunikasi Masyarakat Sekitar Hutan di Era Digital	
<i>Wuri Rahmawati</i>	33
Pencitraan Politik melalui Media Sosial terhadap Sikap Pemilih di Kota Medan	
<i>Akhyar Anshori</i>	41
Manajemen Konflik Transportasi Berbasis Daring dengan Konvensional di Yogyakarta	
<i>Muhammad Najih Farihanto, Gunawan Setiyadi</i>	47
Analisis Tekstual Iklan Prostitusi <i>Online</i> di Media Sosial Twitter	
<i>Ari Susanti</i>	63
Fenomena Pekerja Seks Komersial (PSK) <i>Online</i> di Yogyakarta	
<i>Suciati, Nur Sofyan</i>	73
Persepsi Orangtua tentang Fitur Parental Kontrol dalam <i>Smartphone</i> di Kabupaten Cianjur dan Kabupaten Bogor Jawa Barat	
<i>Yessi Sri Utami, Arina Rubyasih</i>	85
Advokasi Literasi Media Sosial untuk Remaja Generasi Z	
<i>Said Romadlan, Dini Wahdiyati</i>	95
Interpretasi Pegawai tentang Konsumerisme Digital <i>Online Go Food</i> di Kota Padang (Studi Deskriptif Pengguna <i>GO-FOOD</i> pada Pegawai Pascasarjana FISIP Universitas Andalas)	
<i>Elva Ronaning Roem, Sarmiati, Rinaldi</i>	103
Bagian yang Hilang dari Ilmu Komunikasi di Era Digital Jurnalisme (Studi Deskriptif tentang Matinya Ilmu Komunikasi di Era Digitalisasi)	
<i>Fajar Dwi Putra</i>	111
Strategi Komunikasi Satuan Pembinaan Masyarakat (Sat Binmas) Polresta Surakarta : Kajian Komunikasi Organisasi Pemerintahan	
<i>Joko Sutarso, Helena Dwi Octaviani Andrias</i>	119

Konstruksi Sosial di Media <i>Online</i> terhadap Citra Pemerintah Kota Makassar <i>Harry Fajar Maulana, Ansar Suherman, Hastuti, Muhammmad Rizal Ardiansyah Putra</i>	127
Komunitas Tanoker Membangun Permainan Tradisional Melawan Permainan Digital Video Games <i>Juariyah</i>	137
Pembukaan Diri Pada <i>Website</i> melela.org <i>Rambu Naha</i>	145
Pengaruh Komunikasi Politik Calon Kepala Desa terhadap Pilihan Politik Masyarakat dalam Pemilihan Kepala Desa di Desa Sasampen Kecamatan Tinangkung Selatan Kabupaten Banggai Kepulauan <i>Falimu Imu</i>	155
Reyog Obyogan dalam <i>Photo Essay</i> <i>Oki Cahyo Nugroho, Deny Wahyu Tricana</i>	163
Selebgram <i>Endorser</i> di Instagram : Suatu Komodifikasi Identitas Individu <i>Sovia Sitta Sari, Nathania Lavita K</i>	179
Chapter 2 <i>Digital Marketing dan Public Relations</i>	189
Implikasi Media Baru terhadap Strategi Kreatif Iklan (Studi Kasus pada Iklan <i>Web Series</i> Pertamina) <i>Dini Wahdiyati, Faizal Rizky Arfandi</i>	191
Desain Karakter Etnik “Chibi Gandrung” sebagai Media Promosi Visual Pendukung Pariwisata Kabupaten Banyuwangi <i>Achmad Oddy Widyantoro</i>	201
<i>Brand Awareness</i> Bank Wakaf Mikro (BWM) pada Media Sosial Instagram di Indonesia <i>Ida Ri’aeni, Uun Machsunah</i>	215
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Iklan Shampo Sunsilk terhadap Pembelian Shampo bagi Remaja Putri pada Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 2 Luwuk Kabupaten Banggai <i>Ken Amasita Saajad, Kisman Karinda</i>	227
Budaya Wisata dalam Era Media Digital <i>Muhamad Nastain</i>	237
Strategi Radar Jember (Jawa Pos Group) Menghadapi Era Disrupsi <i>Suyono</i>	243
Strategi Media Relations Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta dalam Perubahan Nama Perguruan Tinggi <i>Muhammad Najih Farihanto, Sodhik Jadmiko</i>	253
Strategi Media Relations PT Angkasa Pura I dalam Proses Pembangunan Bandara Kulonprogo (NYIA) <i>Choirul Fajri, Alan Kusuma</i>	265
Perencanaan Even Sembalun <i>Honeymoon Festival Halal Tourism Destination</i> <i>Trisna Risani Karya, Aswad Ishak</i>	273

Relevansi Persepsi Masyarakat dengan Kegiatan Tanggung Jawab Sosial Perusahaan PT. Kalbe Farma, Tbk (Studi laporan Tahunan Bab Tanggung Jawab Sosial Perusahaan 2006-2016)	
<i>Raditia Yudistira Sujanto</i>	283
<i>Personal Branding dan Corporate Image</i>	
(<i>Personal Branding Anita Roddick dan Corporate Image The Body Shop</i>)	
<i>Meutia Fajarini Paridasetyaputri, Yeni Rosilawati</i>	297
<i>Corporate Social Responsibility, diantara Kewajiban atau Kebutuhan?</i>	
<i>Krisna Megantari, Ayub Dwi Anggoro, Eli Purwati</i>	305
Media Sosial sebagai <i>Tools Personal Branding</i> Era 4.0	
<i>Riski Apriliani, Yeni Rosilawati</i>	317

Chapter 1

Multikulturalisme, Media Baru dan Masyarakat Digital



Pengaruh Media Sosial terhadap Perkembangan Pola Pikir, Kepribadian dan Kesehatan Mental Manusia

Nurul Haniza

Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Sahid Jakarta

✉ nurulhaniza09@yahoo.co.id

081385498803

Abstrak

Manusia telah dihodratkan sebagai makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa orang lain. Setiap manusia pasti memerlukan komunikasi untuk berinteraksi. Dengan berkembangnya zaman dan fenomena yang terjadi adalah berkomunikasi dengan menggunakan teknologi media, biasa disebut dengan media social. Seperti menggunakan smartphone atau media gadget lainnya. Tanpa disadari terkadang media social juga menjadi boomerang bagi diri sendiri. Penggunaan media social terlalu sering akan mengganggu perkembangan psikologi manusia. Penelitian yang berjudul "Pengaruh Teknologi Media Sosial Terhadap Perkembangan Pola Pikir, Kepribadian dan Kesehatan Mental Manusia", dilakukan atas dasar pertanyaan yang muncul dari masalah yang dibahas yaitu pengaruh dari media sosial yang mana jika tidak disikapi dengan baik akan menimbulkan dampak negatif pada perkembangan pola pikir manusia, kepribadian dan kesehatan mental manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh, dampak, dan cara menyikapi masalah tersebut. Berdasarkan pada teori komunikasi massa yaitu keberadaan media social yang mempengaruhi perilaku dan sikap manusia. Salah satu teori komunikasi massa yang paling tepat dalam masalah ini adalah hypodermic needle model dimana media merupakan sesuatu yang kuat yang disuntikan kepada audiens yang pasif. Hasil penelitian adalah media social yang telah menjadi salah satu komponen dalam kehidupan manusia dan memiliki pengaruh yang sangat besar bagi pembentukan dan perkembangan pola pikir, kepribadian dan kesehatan mental manusia. Hal tersebut harus disikapi dengan baik agar dampak yang diterima adalah positif, bukan negatif. Cara menyikapinya harus berpikir secara kritis, hati-hati, cermat, dan cerdas dalam menyaring informasi agar terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan.

Kata kunci : komunikasi massa, media sosial, pola pikir, kepribadian, kesehatan mental

Pendahuluan

Teknologi merupakan keseluruhan sarana untuk menyediakan barang-barang yang diperlukan bagi kelangsungan dan kenyamanan hidup manusia. Teknologi telah berkembang sejak awal peradaban manusia dan akan terus berkembang di masa depan. Sebagai salah satu aspek yang telah bersama dengan manusia sejak awal, keberadaan teknologi telah merambah kedalam berbagai segi kehidupan manusia, salah satunya adalah komunikasi. Komunikasi sendiri merupakan bentuk interaksi yang paling utama dimana dengan berkomunikasi, manusia dapat memenuhi kebutuhannya, mengenal orang banyak, dan sebagainya. Dahulu, komunikasi hanya dapat dilakukan dengan cara bertatap muka. Di era modern seperti sekarang, komunikasi dapat dilakukan tanpa bertatap muka dan praktis. Jarak bukan lagi hambatan manusia untuk melangsungkan komunikasi.

Selain dalam komunikasi antar pribadi, teknologi juga berkembang dalam komunikasi dengan massa. Komunikasi massa sendiri merupakan komunikasi yang dilakukan kepada khalayak banyak dengan tujuan menyampaikan informasi secara luas. Komunikasi massa menggunakan sebuah media yang disebut media sosial untuk menyampaikan informasi tersebut. Dahulu, untuk menyampaikan informasi kepada khalayak banyak, digunakan koran, mengumpulkan warga lalu melakukan sebuah pidato tentang sebuah informasi, atau informasi tersebut akan disampaikan lewat mulut ke mulut. Dengan kemajuan teknologi pada bidang media sosial, informasi dapat

disampaikan dengan lebih mudah, praktis, dan efisien. Dibarengi dengan fenomena globalisasi, informasi tentang sesuatu akan dengan mudah tersebar secara global melalui media sosial.

Saat ini berbagai jenis media sosial ada dan tersedia dengan mudah. Dari tahun ke tahun pun media sosial ini semakin banyak, semakin canggih dan banyak menyediakan fitur – fitur tambahan yang bagus. Oleh karena itu semakin canggihnya media sosial akan memungkinkan orang untuk haus dan penasaran terhadap info – info yang ada di media sosial.

Media sosial juga biasanya digunakan sebagai sarana alat komunikasi, yang dapat mempererat hubungan satu sama lain. Dengan media sosial kita juga bisa menambah teman. Banyak yang mengakses media sosial hanya untuk berbagi informasi, berbagi foto atau video. Media sosial memang dirancang sedemikian rupa untuk digunakan seperti itu. seperti halnya Facebook, awalnya pengguna facebook hanya di kalangan universitas itu sendiri, kemudian semakin berkembang hingga yang ada sekarang ini dan pemakainya pun mencapai jutaan orang dari seluruh dunia.

Maraknya media sosial di Indonesia disambut baik oleh masyarakat yang kebanyakan penggunanya adalah remaja. Penggunanya pun dari tahun ke tahun semakin meningkat, mulai dari dewasa dan orang tua, bahkan anak kecil pun sekarang sudah bisa mengakses yang namanya media sosial. kebanyakan alasan para remaja ini menggunakan media sosial adalah ingin mendapatkan info tentang gaya hidup yang terbaru. Apalagi sekarang penggunaan media sosial di dukung oleh teknologi terbaru yang kini sudah banyak dipakai, misalnya *smartphone* atau *pc tablet*.

Banyaknya situs media sosial yang populer dan semakin berkembangnya teknologi, makin banyak pula masyarakat yang menggunakannya. Karena kebutuhan manusia tidak ada habisnya dan era saat ini masyarakat selalu sadar akan informasi yang terbaru. Tahun ke tahun pun pengguna situs media sosial di Indonesia semakin marak. Tidak sedikit juga yang menggunakan media sosial sebagai media promosi, seperti berbisnis dan promosi dagangannya lewat media sosial.

Akibat perkembangan teknologi inilah banyak produsen teknologi yang bersaing di Indonesia karena kesempatan pasar yang sangat besar akibat yang namanya rasa haus akan *gadget* terbaru. Produsen pun semakin inovatif membuat produk yang diminati banyak konsumen. Harga yang ditawarkan pun bisa dikatakan tidak mahal dan terjangkau, masalah kualitas pun tidak perlu ditanyakan lagi. Hanya dengan *handphone* mereka bisa mengakses internet, membuka situs media sosial yang disediakan. Media sosial yang banyak di akses adalah situs pertemanan. Mereka bisa menghabiskan bermenit – menit bahkan berjam – jam di depan komputer, atau *handphone* yang didukung untuk mengakses internet. Banyak fitur yang diberikan, seperti *game*, *videocall*, *chatting*, berbagi foto atau video, *update* status, dan masih banyak lagi. Menjelajah media sosial memang tidka ada habisnya. Hal ini bisa dikatakan bahwa ketergantungan masyarakat terhadap media sosial sudah sangat mewabah.

Dengan berkembang pesatnya media sosial, banyak dari manusia yang mampu duduk seharian, tidur seharian, menghadap layar *gadget* menelusuri akun media sosial yang dimilikinya. Media sosial sendiri merupakan situs dimana seseorang dapat membuat *webpage* pribadi dan terhubung dengan setiap orang yang tergabung dalam media sosial yang sama untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Jika media tradisional menggunakan media cetak dan media *broadcast*, maka media sosial menggunakan internet. Media sosial mengajak siapa saja yang tertarik untuk berpartisipasi dengan memberi feedback secara terbuka, memberi komentar, serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas. Sangat mudah dan tidak membutuhkan waktu yang lama bagi seseorang dalam membuat akun di media sosial. Maka dari itu, media sosial kerap digunakan untuk menimbulkan perasaan baik. Namun tanpa disadari, terkadang media sosial juga menjadi bumerang bagi diri sendiri sehingga tidak jarang sering muncul hal-hal bersifat buruk. Dan tidak bisa dipungkiri lagi bahwa perkembangan teknologi di era globalisasi memiliki peran penting dalam perubahan gaya hidup manusia modern di dunia, ditinjau dari beragam aspek yang mendukungnya. Adanya media sosial ternyata memberikan efek kuat bagi kualitas hidup serta kebiasaan manusia dan mengorbankan kesehatan mental dan waktu kita karena bermain media sosial. Rumusan masalah dalam penelitian ini

adalah Apakah hubungan perkembangan teknologi dengan media social serta bagaimana pengaruh teknologi media social dalam perkembangan pola pikir, kepribadian dan kesehatan mental manusia? Kemudian yang terakhir bagaimana pengaruh positif dan negatif dari teknologi media sosial terhadap perkembangan pola pikir manusia, kepribadian dan kesehatan mental manusia.

Pembahasan

2.1 Pengertian Teknologi

Teknologi sudah muncul sejak awal peradaban kehidupan manusia. Penggunaan teknologi pada awalnya berasal dari pembuatan alat-alat bantu yang menunjang kehidupan dari bahan-bahan alam sekitar. Dapat dibuktikan dengan penemuan-penemuan prasejarah seperti kapak perimbas, tombak, dan lain-lain yang membantu manusia dalam menjalani kehidupannya.

Seiring berkembangnya zaman dan peradaban, berkembanglah juga teknologi. Manusia menggunakan akal dan pikirannya untuk menciptakan terobosan-terobosan baru yang dapat mempermudah dan menunjang kehidupannya. Jika ditarik garis, maka kita dapat melihat bagaimana teknologi mempengaruhi kehidupan manusia dari berbagai macam bidang. Penemuan teknologi bercocok tanam pada zaman purba membuat manusia yang dulunya hidup berpindah-pindah dan berburu makanan merubah cara hidupnya dengan tinggal menetap disuatu tempat dan bercocok tanam untuk keperluan pangannya. Sejak saat itu, merekapun akhirnya membangun rumah dan pada akhirnya teknologi kembali berkembang dalam pembangunan rumah. Hal tersebut membuktikan bahwa teknologi akan terus berkembang seiring dengan berkembangnya peradaban manusia.

2.2 Definisi Media Sosial

Media sosial menurut Andreas Kaplan dan Michael Haenlein mendefinisikan media sosial sebagai sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun diatas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0, dan memungkinkan penciptaan dan pertukaran *user-generated content*. Para pengguna media sosial atau bisa juga disebut dengan *user* ini bisa melakukan komunikasi atau interaksi, berkirim pesan, baik pesan teks, gambar, audio hingga video, saling berbagi atau sharing, dan juga membangun jaringan atau *networking*. Namun Secara umum, definisi media sosial adalah media *online*. Media sosial merupakan sebuah media *online* dimana para penggunanya bisa saling berkomunikasi dan berinteraksi. Jadi media sosial adalah sebuah saluran atau sarana untuk pergaulan sosial yang dilakukan secara *online* melalui jaringan internet. Namun jika tak digunakan dengan benar, media sosial ternyata bisa berakibat buruk terhadap kesehatan mental kita karena media sosial menjadi salah satu aspek paling berpengaruh dalam kehidupan masyarakat saat ini. Ini tiga (3) alasan mengapa media sosial berkaitan dengan kesehatan mental : 1. Penggunaan media sosial berlebihan berdampak langsung pada kesehatan fisik, sebelum akhirnya ke kesehatan mental. Salah satu pengaruh media sosial pada kualitas dan kuantitas tidur. Tidur sangat penting untuk kesehatan otak. Saat otak tidak bekerja sebagaimana mestinya, maka berpengaruh terhadap kesehatan mental. Selain itu posisi duduk terlalu lama, mata yang selalu menatap layar komputer atau telepon genggam, melewatkan waktu makan dan minum, dan diam tak bergerak adalah faktor risiko untuk datangnya penyakit fisik maupun mental. 2. Meskipun tidak aktif menulis di sosial media, namun pengguna pasif yakni yang memantau media sosial terus menerus juga berpotensi mengalamigangguan mental. Para "*stalker*" ini menurut penelitian dapat mengalamirasa hampa dan kemarahan serta emosi negatif yang disebut FOMO atau "*fear of missing*". 3. Untuk pengguna media sosial aktif jelas berisiko mengalami gangguan mental. Dengan menggugah foto, status, video, dan melontarkan komentarmaka pengguna cenderung terobsesi dengan perhatian atau pujian orang lain. Dalam psikologi, ini dikenal dengan mencari validasi eksternal. Sudah banyak kasus bunuh diri yang berawal dari media sosial. Meski bermanfaat tetapi harus diingat bahwa media sosial sangat berkontribusi pada gejala anti-sosial.

2.3. Karakteristik Media Sosial

1. Partisipasi Pengguna

Semua media sosial mendorong penggunanya untuk berpartisipasi dan memberikan umpan balik terhadap suatu pesan atau konten di media sosial. Pesan yang dikirimkan dapat diterima atau dibaca oleh banyak orang.

2. Adanya Keterbukaan

Sebagian besar media sosial memberikan kesempatan bagi penggunanya untuk memberikan komentar, melakukan voting, berbagi, dan lain-lain. Pengiriman pesan dapat dilakukan dengan bebas tanpa harus melalui *Gatekeeper*.

3. Adanya Perbincangan

Kebanyakan media sosial memungkinkan adanya interaksi terhadap suatu konten, baik itu dalam bentuk reaksi ataupun perbincangan antar penggunanya. Dan penerima pesan bebas menentukan kapan melakukan interaksi terhadap pesan tersebut.

4. Adanya keterhubungan

Melalui media sosial, para penggunanya dapat terhubung dengan pengguna lainnya melalui fasilitas tautan (*links*) dan sumber informasi lainnya. Proses pengiriman pesan ke media sosial yang lebih cepat dibandingkan dengan media lainnya membuat banyak informasi terhubung dalam satu media sosial.

2.4 Fungsi Media Sosial

1. Memperluas interaksi sosial manusia dengan memanfaatkan teknologi internet dan *website*.
2. Menciptakan komunikasi dialogis antara banyak audiens (*many to many*).
3. Melakukan transformasi manusia yang dulunya pemakai isi pesan berubah menjadi pesan itu sendiri.
4. Membangun *personal branding* bagi para pengusaha ataupun tokoh masyarakat.
5. Sebagai media komunikasi antara pengusaha ataupun tokoh masyarakat dengan para pengguna media sosial lainnya.

2.5 Tujuan Media Sosial

Seperti yang disebutkan pada definisi media sosial di atas, salah satu tujuannya adalah sebagai media komunikasi alternatif bagi masyarakat. Berikut ini adalah beberapa tujuan menggunakan media sosial secara umum:

1. Aktualisasi Diri

Bagi sebagian besar orang, media sosial merupakan tempat untuk aktualisasi diri. Mereka menunjukkan bakat dan keunikan di media sosial sehingga dapat dilihat banyak orang. Tidak heran kenapa saat ini banyak artis berlomba-lomba untuk terkenal di media sosial mereka.

2. Membentuk Komunitas

Komunitas *online* sangat mudah ditemukan saat ini, baik itu di situs forum maupun di situs *social network* lainnya. Media sosial menjadi wadah tempat berkumpulnya masyarakat *online* yang memiliki minat yang sama untuk saling berkomunikasi dan bertukar informasi atau pendapat.

3. Menjalinkan Hubungan Pribadi

Media sosial juga berperan penting dalam aktivitas menjalin hubungan personal dengan orang lain secara pribadi. Ada banyak sekali pengguna media sosial yang menemukan pasangan hidup, sahabat, rekan bisnis, di media sosial.

4. Media Pemasaran

Pengguna media sosial yang jumlahnya sangat banyak tentu saja menjadi tempat yang sangat

potensial untuk memasarkan sesuatu. Bisnis *online* yang banyak berkembang sekarang ini banyak dipengaruhi oleh media sosial sebagai tempat promosi.

2.6 Jenis Media Sosial Populer

1. Facebook

Aplikasi yang dianggap ada di tengah-tengah. Di satu sisi, platform buatan Mark Zuckerberg ini memberikan pengaruh buruk pada kualitas tidur dan bullying. Namun media sosial paling populer ini memiliki nilai positif untuk dukungan emosional dan pembangunan komunitas.

2. Twitter

Twitter berada di posisi ke-dua, media sosial terbaik. Media sosial yang identik dengan gambar burung ini dianggap nyaris punya posisi sama dengan Facebook.

3. Youtube

Youtube dianggap sebagai satu-satunya media sosial yang punya banyak efek positif yang luas yang terkait dengan kesehatan mental. *Youtube* sebagai platform berbagi dianggap mampu meningkatkan kewaspadaan, membangun komunitas, serta ekspresi diri. Namun sisi buruknya adalah pengaruh kualitas tidur.

4. Instagram

Instagram, dinilai sebagai aplikasi media sosial yang memiliki efek negatif paling banyak. Hanya saja, di sisi lainnya, Instagram juga memiliki sisi baik. Dilihat dari sisi baiknya, Instagram dianggap punya pengaruh baik untuk ekspresi diri, identitas diri, dan meningkatkan komunitas.

5. Snapchat

Di posisi dua media sosial terburuk adalah Snapchat. Snapchat dianggap meningkatkan ketakutan akan *FoMo* dan *bullying*, namun baik untuk peringkat ekspresi diri.

2.7 Dampak Media Sosial Terhadap Kepribadian Seseorang

Pada era ini, media sosial banyak digunakan di kalangan masyarakat. Mulai dari pelajar, pebisnis, mahasiswa, pegawai kantoran, orang tua, kalangan menengah ke atas, bahkan kalangan menengah ke bawah pun juga ikut punya akun media sosial. Semakin banyak yang membuat akun – akun di media sosial ini, maka akan tercipta suatu ketergantungan masyarakat terhadap media sosial dan mereka tidak akan lepas dari yang namanya kecanduan media sosial.

Saat ini berbagai jenis media sosial ada dan tersedia dengan mudah. Dari tahun ke tahun pun media sosial ini semakin banyak, semakin canggih dan banyak menyediakan fitur – fitur tambahan yang bagus. Oleh karena itu semakin canggihnya media sosial akan memungkinkan orang untuk haus dan penasaran terhadap info – info yang ada di media sosial.

Maraknya media sosial di Indonesia disambut baik oleh masyarakat yang kebanyakan penggunaannya adalah remaja. Penggunaannya pun dari tahun ke tahun semakin meningkat, mulai dari dewasa dan orang tua, bahkan anak kecil pun sekarang sudah bisa mengakses yang namanya media sosial. kebanyakan alasan para remaja ini menggunakan media sosial adalah ingin mendapatkan info tentang gaya hidup yang terbaru. Apalagi sekarang penggunaan media sosial didukung oleh teknologi terbaru yang kini sudah banyak dipakai, misalnya *smartphone* atau *pc tablet*.

Banyaknya situs media sosial yang populer dan semakin berkembangnya teknologi, makin banyak pula masyarakat yang menggunakannya. Karena kebutuhan manusia tidak ada habisnya dan era saat ini masyarakat selalu sadar akan informasi yang terbaru. Tahun ke tahun pun pengguna situs media sosial di Indonesia semakin marak. Tidak sedikit juga yang menggunakan media sosial sebagai media promosi, seperti berbisnis dan promosi dagangannya lewat media sosial.

Akibat perkembangan teknologi inilah banyak produsen teknologi yang bersaing di Indonesia karena kesempatan pasar yang sangat besar akibat yang namanya rasa haus akan *gadget* terbaru.

Produsen pun semakin inovatif membuat produk yang diminati banyak konsumen. Harga yang ditawarkan pun bisa dikatakan tidak mahal dan terjangkau, masalah kualitas pun tidak perlu ditanyakan lagi. Hanya dengan *handphone* mereka bisa mengakses internet, membuka situs media sosial yang disediakan. Media sosial yang banyak di akses adalah situs pertemanan. Mereka bisa menghabiskan bermenit – menit bahkan berjam – jam di depan komputer, atau *handphone* yang didukung untuk mengakses internet. Banyak fitur yang diberikan, seperti *game*, *videocall*, *chatting*, berbagi foto atau video, *update* status, dan masih banyak lagi. Menjelajah media sosial memang tidak ada habisnya. Hal ini bisa dikatakan bahwa ketergantungan masyarakat terhadap media sosial sudah sangat mewabah.

Budaya berkomunikasi melalui media sosial membawa dampak lain jika keseringan menggunakannya. Kebanyakan para pengguna ini tidak menyadari dampak yang ditimbulkan jika terus – terusan menggunakannya. Contohnya adalah Facebook. Situs pertemanan ini bisa membawa pengaruh negatif jika tidak menyikapinya dengan benar. Fenomena kemunculan situ – situs jejaring sosial semacam Facebook ini dapat memberi dampak yang cukup signifikan dalam mengubah pola interaksi sosial antara sesama manusia dalam berkomunikasi. Masyarakat yang aktif di media sosial, belum tentu aktif di dunia nyata. Dalam hal interaksi secara langsung, mereka masih kurang bahkan jarang. Mereka bisa menghabiskan waktunya hanya dengan bermain dengan media – media sosial yang ada.

Masyarakat yang masih mengandalkan media sosial sebagai alat komunikasi, mereka yang kurang berhati – hati dalam menyikapinya bisa saja melupakan teman – teman yang ada di sekitarnya. Mereka cukup berkomunikasi melalui media sosial tanpa bertemu langsung. Karena kurangnya bertatap muka, bisa jadi seseorang kurang mahir dalam berbicara ataupun bekerja dalam sebuah pekerjaan yang menuntut ia untuk berbicara. Lama kelamaan seseorang dapat melupakan kehadiran kehidupan nyata yang ada di sekitarnya.

Fenomena *chatting*, *videocall*, *comment*, *update* status, yang selalu melekat dalam kehidupan sehari – hari seolah – olah sangat penting. Tak jarang jika seseorang bertemu dengan sesama teman penggunaannya secara langsung hanya untuk mengatakan pesan, “like statusku”, “balas komenku”. Bertatap muka pun beralih ke dunia maya, berkomunikasi pun cukup dengan media sosial. Apalagi media sosial yang di dukung dengan aplikasi tambahan yang cukup menghibur. Mereka terjebak di dunia maya seakan tidak ada habisnya. Para pengguna internet hanyut dalam realitas virtual yang bersifat fantasi belaka.

Kita bisa saja menghindari efek negatif dari media sosial dengan menyikapi dan bertanggung jawab dalam menggunakannya kita dapat menggunakan media sosial secara bijak. Media sosial diciptakan untuk memudahkan kita berkomunikasi, bukan untuk mempersulit. Komunikasi memang diperlukan, apalagi jarak yang jauh sehingga tidak memungkinkan untuk bertatap muka.

Media sosial memang menarik, bebas, dan tidak ada habisnya. Media sosial dibuat semenarik mungkin agar penggunaannya bertambah dan mendaftarkan dirinya di dunia maya ini. Hanya dengan duduk manis di depan laptop atau di depan *handphone* yang terhubung dengan internet, kita bisa menjelajah semau kita. Media sosial tiada henti berinovatif memberikan aplikasi yang menarik untuk dikunjungi. Tanpa sadar kita menggunakan media sosial dengan menghabiskan waktu berjam – jam lamanya hanya dengan laptop dan duduk manis tanpa memperdulikan orang lain yang ada di sekitar kita. Hal inilah yang membuat kecanduan mengakses media sosial.

Kita tidak mau kan jika teknologi yang dibuat oleh manusia kemudian malah membuat manusia itu sulit sendiri? Menghadapi persoalan tersebut kita harus menyikapi dalam menggunakan sebuah teknologi. Berhati – hati dalam menggunakan teknologi itu sangat perlu. Seperti halnya, kita menggunakan media sosial. Media sosial itu sendiri bertujuan untuk berinteraksi dengan satu sama lain secara tidak langsung atau tidak bertatap muka. Fasilitas yang diberikan memang memudahkan untuk berhubungan dengan jarak yang jauh. Terhubung dengan dunia maya, kita juga harus memperdulikan dunia nyata kita.

2.7.1 Dampak Pengguna Kecanduan Media Sosial:

Dampak kecanduan media sosial gangguan penglihatan pandangan mata yang terlalu fokus pada layar *gadget* terlalu lama, dapat menimbulkan berbagai gangguan mata seperti tekanan pada mata, mata lelah, iritasi, mata kemerahan, atau pandangan kabur. Kondisi ini bukanlah gangguan permanen, tapi jika sering mengalami gangguan tersebut, penggunaan alat bantu seperti kacamata dan lensa untuk mengurangi paparan sinar secara langsung akan membantu dalam mengurangi efek gangguan pada mata. Para peneliti menunjukkan adanya hubungan kuat antara penggunaan media sosial dan gangguan tidur. Seseorang yang menghabiskan waktu mereka untuk berinteraksi di dunia maya hampir setiap saat, memiliki peningkatan risiko hingga tiga kali lipat mengalami gangguan tidur, termasuk insomnia.

Banyak faktor yang menyebabkan hal ini terjadi. Misalnya, beberapa orang cenderung mempertahankan eksistensinya di dunia maya dan kemudian hal ini yang membuat mereka tidur larut malam. Banyak orang yang keasyikan menggunakan media sosial hingga lupa waktu. Misalnya untuk berbalas komentar di media sosial yang tak kunjung berhenti atau hanya menjadi warganet yang pasif. Setiap tengah malam hanya melihat-lihat linimasa agar tidak ketinggalan info terbaru juga dapat mengganggu jam tidur manusia. Atau mungkin, beberapa orang justru sudah mengalami kesulitan tidur duluan sehingga menggunakan media sosialnya untuk menghabiskan waktu sampai mereka bisa kembali tidur. Padahal, hal ini tidak membantu. Saat Anda menghabiskan waktu untuk main media sosial melalui *gadget* Anda sebelum tidur, pancaran sinar terang dari *gadget* meniru sifat cahaya alami matahari. Akibatnya, jam biologis tubuh menganggap cahaya ini sebagai sinyal bahwa hari masih pagi, dan karena itu produksi melatonin jadi terganggu.

2.7.2 Meningkatkan Depresi Dan Kecemasan

Dampak kurang tidur kronis dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami depresi. Pemenuhan dorongan kebutuhan untuk selalu *online* di media sosial yang sudah lama terkait dengan penurunan tingkat kepercayaan diri, serta peningkatan risiko gangguan kecemasan dan depresi. Seringnya penggunaan media sosial di khususnya pada kalangan anak-anak dan remaja juga telah dikaitkan oleh banyak penelitian dengan peningkatan tingkat stres psikologis. Semua faktor ini bisa saling berkaitan memicu atau memperparah depresi pada anak. Media sosial juga seakan-akan menjadi ajang untuk seseorang mengekspresikan diri atau memamerkan kegiatan sehari-hari. Hal ini ternyata dapat memicu rasa iri pada orang lain. Rasa iri ini bisa menimbulkan gangguan mental berupa depresi. Selain rasa iri, media sosial juga kerap menjadi ajang bullying yang sangat sering terjadi. Banyak orang yang pada akhirnya merasa depresi, tertekan, hingga memutuskan untuk bunuh diri hanya karena merasa dipermalukan oleh banyak orang di media sosial. Seperti : mementingkan diri sendiri, mengabaikan lingkungan sosial dan kepentingan pribadi/aktivitas, kurangnya sopan santun dan kepekaan, mudah marah/ketidakstabilan emosi.

2.8 Penanganan Kecanduan Media Sosial

1. Batasi penggunaan media sosial

Batasi jumlah waktu yang dihabiskan di media sosial setiap harinya dengan menggunakan alarm atau stopwatch untuk mengontrol penggunaan sosial media. Ketika terbiasa untuk membatasi waktu yang digunakan di media social maka telah mengatur diri sendiri untuk tidak ketergantungan terhadap sosial media. *Offline* sejenak dari media sosial. Alihkan penggunaan media sosialmu dengan aktivitas yang berhadapan langsung dengan orang. Seperti dengan keluarga atau teman yang mendukung dan peduli denganmu.

2. Cari informasi lain selain dari media sosial

Media sosial digunakan untuk mendapatkan informasi terbaru, jika menggunakan media sosial untuk itu, maka carilah alternatif lain untuk mendapatkan info, bisa membaca situs berita (bukan dari akun media sosial), membaca koran, atau menonton berita di televisi.

3. Mencari kegiatan yang lebih bermanfaat

Mencari kegiatan lain bisa mengurangi intensitas mengunjungi media sosial. Semakin sibuk, tentu semakin tidak ada waktu banyak untuk terpaku pada sosial media. Coba alihkan perhatian pada olahraga atau kumpul bersama orang-orang terdekat. Perbanyak aktivitas yang memberi rasa nyaman pada pikiran dan badan, berolahraga, bermeditasi, berkelana keluar mencari udara segar, atau melakukan aktivitas luar lainnya yang memberikan rasa kebebasan dan nyaman bagi dirimu sendiri

4. Menggunakan media sosial dengan bijak

Buat batasan yang tegas untuk penggunaan media sosial, bukan berarti mengurangi aktivitas di media sosial menjadikan media sosial adalah suatu hal yang buruk. Tetap ada manfaat yang didapatkan ketika menggunakannya dengan bijak. Tetap ada rasa nyaman jika Anda menggunakan media sosial dengan cerdas. Cukup aktif di media sosial yang memang sering digunakan saja. Ketika mengurangi penggunaan media sosial, akan ada banyak hal lain yang dapat dilakukan. Misalnya, berkumpul dengan keluarga, teman dan kerabat terdekat, liburan, membaca buku, atau melakukan hobi lainnya. Dapat bebas bercerita dengan teman dan keluarga tanpa *gadget*. Acara berkumpul bersama teman dan keluarga pun jadi lebih bermakna.

5. Lepas dan Hapus.

Hal ini dilakukan ketika kamu memilih untuk benar-benar melepaskan diri dari media sosial. *Uninstall* aplikasinya yang ada di *gadget*. Sengaja untuk tidak membeli paket data atau berada di daerah yang tidak ada wifi sehingga mempersulit untuk mengakses media sosial. Hingga akhirnya, nanti intensitas penggunaan media sosial akan berubah.

2.9 Pengertian Pola Pikir

Pikiran adalah gagasan dan proses mental. Berpikir memungkinkan seseorang untuk merepresentasikan dunia sebagai model dan memberikan perlakuan terhadapnya secara efektif sesuai dengan tujuan, rencana, dan keinginan. Kata yang merujuk pada konsep dan proses yang sama diantaranya kognisi, pemahaman, kesadaran, gagasan, dan imajinasi.

Pola pikir adalah cara menilai dan memberikan kesimpulan terhadap sesuatu berdasarkan sudut pandang tertentu. Perbedaan pola pikir seseorang disebabkan oleh bedanya jumlah sudut pandang yang dijadikan dasar, landasan, atau alasan. Banyaknya sudut pandang seseorang untuk berpikir dipengaruhi oleh emosi (*mentality*), pendidikan dan pengalaman. Hal ini yang menjadi tolak ukur tinggi rendahnya kedewasaan seseorang,

2.10. Pengaruh Teknologi Media Sosial terhadap Pola Pikir Manusia

Teknologi media sosial tentunya memberikan sisi positif. Sayangnya dengan beragam dan mudahnya penerimaan informasi juga memiliki sisi negatif. Media massa dalam bentuk media *online* sangat rentan diisi dengan informasi palsu dikarenakan semua orang dapat menjadi sumber informasi maka banyak orang yang tidak memiliki kredibilitas mempublikasikan sesuatu tanpa memikirkan dampaknya. Hal tersebut diperparah dengan sikap acuh dari masyarakat yang malas untuk mencari tahu tentang sesuatu lebih dalam dan memutuskan untuk mempercayai suatu hal secara instan dan tanpa dipikir dua kali.

Hal tersebut sesuai dengan salah satu teori dari komunikasi massa yaitu *the hypodermic needle model* dimana media merupakan sesuatu yang kuat yang disuntikan kepada audiens yang pasif (Sparks, 2006 dalam Julia T. Wood, 2011). Maksudnya adalah, informasi dalam media massa digambarkan sebagai sebuah virus yang disuntikan kepada masyarakat dimana virus tersebut dengan cepat menyebar. Audiens yang pasif digambarkan sebagai masyarakat yang tidak berusaha mengobati virus tersebut, melainkan menerima informasi dengan sangat terbuka dan tanpa dipikir dua kali. Jika informasi yang disebarkan baik maka akan baik pula hasilnya. Tetapi jika informasi yang disebarkan buruk maka akan buruk pula hasilnya. Hal tersebut sangat berbahaya

mengingat informasi yang beredar di media massa dapat memberikan pengaruh kepada pola pikir masyarakat.

2.11. Dampak Positif dan Negatif dari Teknologi Media Sosial terhadap Pola Pikir Manusia

Dampak positif dari masalah ini adalah penyampaian informasi menjadi lebih cepat dan mudah sehingga orang lebih mudah untuk menemukan sesuatu untuk dipelajari. Informasi dalam media massa yang beragam mendorong masyarakat untuk berpikir kritis demi menyaring informasi-informasi yang ada. Banyaknya hal positif yang dapat dipelajari dan membiasakan berpikir kritis melahirkan masyarakat dengan pola pikir yang baik dan juga kritis.

Dampak negatif dari pengaruh teknologi media sosial terhadap pola pikir manusia adalah jika kita melihat dari sisi teknologi yang menawarkan sistem yang serba cepat, manusia akan menjadi malas dalam melakukan sesuatu sehingga menyukai sesuatu yang instan. Dari sinilah masalah berakar ke berbagai sisi kehidupan. Salah satunya adalah dalam menerima informasi. Manusia menjadi malas untuk mencari tahu lebih dalam mengenai suatu informasi dan memutuskan untuk menerimanya mentah-mentah. Jika hal yang diterima adalah hal-hal yang buruk, maka akan buruk juga hasil pola pikir yang didapatkan.

Penutup

Media sosial adalah sebuah saluran atau sarana untuk pergaulan sosial yang dilakukan secara *online* melalui jaringan internet. Para pengguna media sosial atau bisa juga disebut dengan user ini bisa melakukan komunikasi atau interaksi, berkirim pesan, baik pesan teks, gambar, audio hingga video, saling berbagi atau *sharing*, dan juga membangun jaringan atau *networking*. Penggunaan Media yang berlebihan dapat membuat para pengguna mengalami gangguan pada kesehatan mental seperti Depresi dan tidak percaya diri. Meskipun begitu, Segala sesuatu pasti memiliki sisi baik dan buruk dibaliknya. Sama halnya dengan media sosial, walaupun dapat berdampak pada masalah kesehatan mental, media sosial dapat menjadi media untuk melepaskan keresahan dan kesepian dan memudahkan untuk menjaga hubungan dengan mereka yang jauh dari kita.

Pengaruh teknologi media massa terhadap perkembangan pola pikir manusia adalah sangat berpengaruh. Teknologi media massa yang memudahkan manusia untuk menerima berbagai informasi secara instan membuat banyak orang secara langsung maupun tak langsung menerima informasi dengan mudah dan tanpa dipikir dua kali. Hal tersebut dapat berdampak positif maupun negatif, sesuai dengan bagaimana cara kita menyikapi informasi yang kita dapatkan tersebut yang pada akhirnya membentuk pola pikir kita. Karena pola pikir harus benar-benar dijaga agar kita dapat menjadi manusia yang berkualitas, kita harus mengetahui bagaimana cara menyikapi pengaruh teknologi media massa, yaitu dengan cara menelaah informasi secara kritis, hati-hati, cermat, dan cerdas agar terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan yang dapat merusak pola pikir. Perkembangan teknologi yang inovatif memudahkan pekerjaan manusia. Terutama dalam hal berkomunikasi. *Gadget* yang dilengkapi akses internet dapat membuka situs media sosial. Media sosial adalah media *online*, atau situs yang menyediakan penggunaannya untuk berbagi tulisan, obrolan, dan lain – lain. Situs media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, *Blog*, dan lain – lainnya dapat berbagi informasi satu sama lain. Manusia menggunakan media sosial sebagai alat komunikasi. Media sosial menyediakan berbagai fitur yang disediakan secara menarik.

Selain itu perubahan budaya, perilaku, dan sikap pada pengguna media sosial banyak terjadi. Komunikasi secara langsung menjadi jarang terjadi. Perubahan tata bahasa di media sosial membawa pada kehidupan sehari – hari. Berlama – lama mengakses situs media sosial dapat menyebabkan kecanduan yang sangat sulit dihindari dan dapat memberikan dampak seperti menghabiskan waktu dengan percuma, melupakan kehidupan nyata atau melupakan teman-teman yang ada di sekitarnya. Sedikit demi sedikit komunikasi tatap muka jarang terjadi, dan kemahiran dalam berbicara secara langsung bisa saja berkurang.

Teknologi media sosial adalah hal yang baik dan sangat bermanfaat bagi kehidupan berkomunikasi, akan tetapi kita harus bijak dan kritis dalam menerima informasi agar terbentuk pola pikir yang juga bijak, kritis, cerdas, dan cermat. Di era perkembangan teknologi yang melaju dengan begitu pesat ini, kita harus mawas diri akan arus globalisasi karena dampaknya bisa positif maupun negatif, seperti kecanduan media sosial. Pihak pemerintah harus lebih awas akan gangguan sosial. Ada baiknya dibuat institusi khusus untuk memantau hal-hal seperti ini. Kita, sebagai rakyat, juga bisa ikut memberi kontribusi. Seperti membuat grup/organisasi sadar kesehatan mental yang memberi penyuluhan-penyuluhan pada warga sekitar. Bisa juga dilakukan dengan hal sederhana. Media sosial memang dapat mempermudah untuk melakukan hal apapun, karena di media sosial kita akan mendapatkan banyak teman informasi dan sebagainya. Tetapi, jangan berlebihan dalam penggunaannya karena tanpa disadari dapat membuat kita mengalami masalah pada kesehatan mental.

Daftar Pustaka

- Doni, F.R. (2017) *Perilaku Penggunaan Smartphone Pada Kalangan Remaja*
- Holilah, Ilah. *Dampak Media Terhadap Perilaku Masyarakat.*
- Joseph, N. (2018) *Empat (4) alasan Kenapa Kita Sebaiknya Tidak Sering-sering main Medsos*
- Khan, A, (2018) *Begini Pengaruh Media Sosial bagi Kehidupan Manusia*
- Purba, Putriani. (2013). *Mengembangkan Mindset dan Pola Pikir Kita.* Kompasiana.com.
- Prisgunanto. I. (2015) *Pengaruh Sosial Media Terhadap Tingkat the Effect of Sosial Media on Confidence*
- Wood, Julia T. (2011). *Communication Mosaics: An Introduction to the Field of Communication.* Canada: Wadsworth Cengage Learning.