



Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas Remaja di Indonesia

Egi Regita

Program Studi Pendidikan Sosiologi, FKIP, Universitas Muhammadiyah Makassar.

egiregita97@gmail.com

Nabilah Luthfiyyah

Program Studi Pendidikan Sosiologi, FKIP, Universitas Muhammadiyah Makassar.

nabilahluthfiyyah69@gmail.com

Nur Riswandy Marsuki

Dosen Pendidikan Sosiologi, FKIP, Universitas Muhammadiyah Makassar.

riswandymarsuki@gmail.com

***Abstract.** This research aims to see the influence of social media on teenagers in Indonesia. Teenagers are trapped in digital social life due to excessive use of social media in living a variety of lifestyles. The presence of social media changes the private environment into a public environment. Teenagers do everything on social media to determine and shape their self-identity. Therefore, this article discusses the influence of social media in the formation of adolescent identity. The research method used is a qualitative research method, more precisely library research. Specific characteristics that are used as a basis for developing research knowledge include; This research is confronted directly with the data or text presented, not with field data or through eyewitnesses in the form of events, researchers only deal directly with sources that already exist in the library or ready-to-use data, as well as secondary data used. The research results found that social media influences one's self-perception and identity formation is a complex phenomenon that has both positive and negative effects. Social media can be a powerful tool for communicating and building identity, but it can also lead to mental health problems, negative comparisons, and social stress. How people see themselves can be influenced by edited content, balloon filters, and pressure to conform to standards. Conversely, social media can facilitate social support, positive interactions, and the exchange of ideas that can increase a person's self-confidence. Individuals should understand the possible impact, maintain balance in social media use, and select content carefully*

Keywords: Social Media, Identity, Teenagers

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh media sosial terhadap remaja di Indonesia. Remaja yang terjebak dalam kehidupan sosial digital karena penggunaan media sosial yang berlebihan dalam menjalani variasi gaya hidup. Kehadiran media sosial mengubah lingkungan privat menjadi lingkungan publik. Remaja melakukan segala sesuatu di media sosial untuk menentukan dan membentuk identitas diri mereka. Oleh karena itu, artikel ini membahas terkait pengaruh media sosial dalam pembentukan identitas remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif lebih tepatnya penelitian kepustakaan. Ciri khusus yang digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan pengetahuan penelitian antara lain; penelitian ini dihadapkan langsung dengan data atau teks yang disajikan, bukan dengan data lapangan atau melalui saksi mata berupa kejadian, peneliti hanya berhadapan langsung dengan sumber yang sudah ada di perpustakaan atau data bersifat siap pakai, serta data-data sekunder yang digunakan. Hasil penelitian menemukan bahwa Media sosial memengaruhi persepsi diri dan pembentukan identitas seseorang adalah fenomena yang kompleks yang memiliki efek positif dan negatif. Media sosial dapat menjadi alat yang kuat untuk berkomunikasi dan membangun identitas, tetapi juga dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, perbandingan negatif, dan tekanan sosial. Cara orang melihat diri mereka sendiri dapat dipengaruhi oleh konten yang diedit, filter balon, dan

tekanan untuk mematuhi standar. Sebaliknya, media sosial dapat memfasilitasi dukungan sosial, interaksi positif, dan pertukaran ide yang dapat meningkatkan keyakinan seseorang. Individu harus memahami dampak yang mungkin terjadi, mempertahankan keseimbangan dalam penggunaan media sosial, dan memilih konten dengan hati-hati.

Kata Kunci: Media Sosial, Identitas, Remaja

PENDAHULUAN

Internet adalah alat komunikasi utama, dan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) telah berkembang sangat pesat dalam beberapa tahun terakhir. Perubahan disebabkan oleh hal ini. Teknologi komunikasi dari konvensional menjadi modern dan serba digital. Perkembangan penggunaan media internet sebagai sarana komunikasi pun menjadi semakin pesat setelah internet mulai tersedia melalui telepon seluler dan bahkan kemudian muncul istilah "smartphone". Berkembangnya teknologi informasi mengubah masyarakat. Perilaku masyarakat berubah seiring perkembangan teknologi informasi. Beberapa aspek kehidupan manusia juga mengalami perubahan atau pergeseran, seperti budaya, etika, dan norma-norma tertentu. Pola pikir, perasaan, dan tindakan manusia juga mengalami pergeseran ini (Liedfray et al., 2022). Salah satu bentuk dari perkembangan teknologi informasi adalah adanya media sosial yang saat ini menjadi hal penting dalam kehidupan masyarakat.

Media sosial adalah jenis media online di mana orang dapat dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan membuat konten. Beberapa contoh media sosial adalah blog, jejaring sosial, wiki, forum, dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial, dan wiki adalah jenis media sosial yang paling banyak digunakan oleh orang di seluruh dunia. Menurut pendapat lain, media sosial adalah media online yang membantu interaksi sosial dan menggunakan teknologi berbasis web yang mengubah pesan menjadi diskusi interaktif (A.Rafiq, 2020). Jadi, pada saat ini, media sosial menjadi sangat populer dan memiliki hubungan langsung dengan berbagai aspek kehidupan masyarakat, terutama dalam hal mendapatkan dan menyebarkan informasi (Machyudi & Susri, 2020).

Media sosial adalah istilah yang mengacu pada berbagai teknologi yang digunakan untuk berkolaborasi, berbagi informasi, dan berinteraksi melalui pesan web. Berbagai macam teknologi dan fitur yang dapat diakses pengguna terus berubah karena internet terus berkembang (Manik Pratiwi, 2020). Media sosial membantu orang berinteraksi dan berbagi ide dengan komunitas virtual. Media sosial menawarkan berbagai manfaat untuk mendukung dan mempermudah kelangsungan hidup dalam memenuhi kebutuhan.

Media sosial juga dapat menjadi cara untuk mempresentasikan diri kepada orang lain. Media sosial sering menggabungkan aktivitas sehari-hari dan bahkan dapat digunakan sebagai platform untuk menentukan status sosial seseorang. Namun, sayangnya, media sosial juga memiliki kemampuan untuk mengungkapkan realitas yang tidak sepenuhnya terungkap. Jurnal *Cyberpsychology, Behavior, dan Media Sosial* menemukan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menunjukkan gangguan mental atau depresi. Media sosial digunakan untuk menutupi kelemahan yang dimilikinya.

Remaja terjebak dalam kehidupan sosial digital karena penggunaan media sosial yang berlebihan dalam menjalani variasi gaya hidup. Kehadiran media sosial mengubah lingkungan privat menjadi lingkungan publik. Remaja melakukan segala sesuatu di media sosial untuk menentukan dan membentuk identitas diri mereka. Hal ini berdampak pada pembentukan

konsep diri remaja dan menurunnya kepercayaan diri mereka sendiri. Mereka akan menghabiskan waktu dengan menyalahkan diri sendiri dan membandingkan pengalaman mereka dengan pengalaman orang lain. Krisis keyakinan bagaimana seseorang berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain dipengaruhi oleh pengalaman mereka dengan diri mereka sendiri (Awang et al., 2021).

Persepsi diri dan identitas diri seorang remaja bisa dipengaruhi dengan cara mereka berinteraksi dengan media sosial. Penggunaan media sosial harus digunakan dengan bijak oleh para remaja agar mereka tidak terkena dengan dampak negative yang bisa ditimbulkan. Oleh karena itu pada artikel ini akan dibahas mengenai apa saja pengaruh yang ditimbulkan oleh media sosial dalam membentuk persepsi dan identitas diri seseorang.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan metode penelitian kualitatif lebih tepatnya penelitian kepustakaan. Ciri khusus yang digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan pengetahuan penelitian antara lain; penelitian ini dihadapkan langsung dengan data atau teks yang disajikan, bukan dengan data lapangan atau melalui saksi mata berupa kejadian, peneliti hanya berhadapan langsung dengan sumber yang sudah ada di perpustakaan atau data bersifat siap pakai, serta data-data sekunder yang digunakan (Fatha Pringgar & Sujatmiko, 2020).

Proses penelitian kepustakaan dilakukan dengan meninjau literatur dan menganalisis topik relevan yang digabungkan. Penelusuran pustaka dapat memanfaatkan sumber berupa jurnal buku, kamus, dokumen, majalah dan sumber lain tanpa melakukan riset lapangan. Menurut Miles dan Huberman, ada tiga bagian utama dari teknik analisis data yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah ini (Zakariah, 2020). Pertama adalah reduksi data, yang berarti analisis data dilakukan untuk merangkum, memilih tema dan pola yang paling penting, dan membuang yang tidak penting. Peneliti memilih informasi yang benar-benar penting untuk dimasukkan ke dalam karya ilmiah ini.

Selanjutnya Display Data (Penyajian Data) adalah ketika sekumpulan data disusun sehingga dapat ditarik kesimpulan. Jenis data kualitatif dapat disajikan dalam bentuk teks naratif atau deskriptif, dan terakhir adalah kesimpulan. Kesimpulan adalah hasil analisis yang dapat digunakan untuk mengambil tindakan. Penelitian kualitatif menghasilkan temuan baru. Hasil penelitian dapat berupa deskripsi atau penjelasan tentang sesuatu yang sebelumnya tidak jelas kebenarannya, sehingga setelah penelitian menjadi jelas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berisi Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas adalah topik yang kompleks dan dapat memunculkan hasil yang beragam tergantung pada konteks dan individu yang terlibat dari sisi pengaruh positif berdampak pada penguatan identitas dan pemberdayaan individu. Media sosial dapat memperkuat identitas seseorang dengan memberikan platform untuk menyuarakan nilai-nilai, minat, dan kepercayaan mereka. Media sosial dapat meningkatkan rasa kemandirian dan kepercayaan diri dengan memberikan kesempatan untuk berbagi prestasi, pengalaman, dan aspirasi.

Selain memiliki dampak positif, tentunya media sosial juga memiliki pengaruh negatif dalam membentuk persepsi dan identitas diri. Salah satunya yaitu adanya Body Image dan Self-Esteem media sosial seringkali menampilkan standar kecantikan dan gaya hidup tertentu yang dapat memengaruhi persepsi diri dan menimbulkan tekanan terhadap penampilan fisik, terutama bagi remaja. Selain itu, adanya komparasi sosial yang menyebabkan pengguna media sosial cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain, yang dapat menyebabkan perasaan tidak memadai atau cemburu.

Media sosial telah berubah menjadi tempat privat menjadi tempat public bagi kalangan remaja. Anak-anak muda mengalami pergeseran budaya. Untuk menciptakan identitas diri mereka, remaja menggunakan akun media sosial untuk membagikan kegiatan pribadi dan tidak pribadi (Zakirah, 2020). Saat ini, masyarakat tidak terlepas dari media sosial. Instagram adalah platform media sosial yang sangat diminati oleh khalayak saat ini. Instagram sebagian besar digunakan untuk mengunggah dan berbagi foto dengan pengguna lainnya. Hingga April 2019, menurut informasi yang dikumpulkan oleh Cuponation, jumlah pengguna media sosial Instagram di Indonesia mencapai 56 juta, atau 20,97 persen dari total populasi, dan menduduki peringkat keempat terbesar di dunia. Dengan 110 juta pengguna Instagram, Amerika Serikat berada di peringkat pertama, diikuti oleh Brazil dengan 66 juta pengguna, dan India dengan 64 juta pengguna. Pengguna Instagram terbanyak di Indonesia berusia 18 hingga 24 tahun.

Sebagian besar orang, terutama remaja, tidak segan untuk mengunggah foto pribadi, video pendek, aktivitas, dan keluhan kesah mereka di media sosial Instagram untuk dipromosikan kepada masyarakat luas melalui akun media sosial Instagram mereka dalam proses pembentukan identitas diri mereka. Identitas adalah bagian penting dari konsep diri; itu bukan hanya sekadar gambaran tentang diri sendiri, tetapi juga penilaian tentang diri sendiri, yang mencakup pikiran dan perasaan Anda tentang diri sendiri. Konsep diri terdiri dari semua pikiran dan perasaan individu yang melihat diri sendiri sebagai entitas. Identitas adalah bagian dari diri kita yang dikenal orang lain sebagai identitas kita. Interaksi dengan orang sebaya adalah cara penting untuk mempelajari identitas (Rakanda et al., 2020).

Pengguna media sosial, yang berfungsi sebagai alat untuk berkomunikasi dengan orang lain, sangat bergantung pada cara mereka digunakan. Penggunaan internet yang berlebihan memiliki efek negatif berupa peningkatan komunikasi secara tidak langsung. Seseorang yang percaya diri tinggi berani berbicara secara langsung, sementara orang yang percaya diri rendah cenderung takut atau tidak bisa berbicara secara langsung untuk waktu yang lama. Harga diri relatif tinggi saat kanak-kanak, turun saat remaja, naik secara bertahap saat dewasa, dan cenderung menurun saat dewasa (Annisa et al., 2020).

Media sosial juga menyebabkan terjadinya perubahan identitas bagi seseorang. Terjadinya konstruksi identitas digital, media sosial memberikan ruang untuk konstruksi identitas digital, yang mungkin berbeda dari identitas offline seseorang. Media sosial juga bisa berdampak pada terjadinya risiko identitas ganda. Pada beberapa kasus, individu dapat mengalami kesulitan memisahkan identitas online dan offline, menyebabkan risiko identitas ganda. Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas merupakan topik yang kompleks dan terus berkembang. Berikut adalah beberapa aspek yang perlu dipertimbangkan:

1. Paparan dan Perbandingan Sosial

Media sosial dapat mempengaruhi persepsi diri seseorang melalui paparan konten yang seringkali disunting atau direkayasa. Orang dapat merasa tertekan atau tidak memadai ketika membandingkan diri mereka dengan gambaran kehidupan yang dihadirkan oleh orang lain di media sosial.

2. Konsep Diri dan Identitas Diri

Persepsi diri, menurut Brook, terdiri dari pemikiran dan perasaan seseorang tentang dirinya sendiri. Faktor-faktor fisik, sosial, dan psikologi membentuk persepsi diri seseorang (Chandra Kusuma & Oktavianti, 2020). Media sosial dapat membantu seseorang dalam membentuk konsep diri dengan memberikan platform untuk berbagi dan mengekspresikan minat, nilai, dan identitas. Di sisi lain, tekanan sosial untuk "sesuai norma" juga dapat memengaruhi pembentukan identitas seseorang.

3. Dukungan Sosial dan Interaksi

Media sosial dapat menjadi alat untuk mendukung kesejahteraan emosional dan identitas diri melalui interaksi sosial positif, dukungan dari teman-teman, dan komunitas online. Namun, dapat pula menciptakan tekanan sosial dan cyberbullying yang dapat merusak persepsi diri.

4. Efek Filter Bubble

Algoritma media sosial cenderung menyajikan konten yang sesuai dengan preferensi dan pandangan yang sudah ada (filter bubble). Ini dapat membatasi keragaman perspektif dan memengaruhi cara seseorang memahami diri mereka dalam konteks yang lebih luas.

5. Pengaruh Iklan dan Pemasaran

Periklanan dan pemasaran melalui media sosial adalah dua jenis komunikasi pemasaran media sosial yang paling umum digunakan di era media sosial (Richadinata & Surya Astitiani, 2021). Konsumen memiliki minat untuk membeli sesuatu karena pengalaman mereka menggunakannya (Hartawan et al., 2021). Item dan layanan yang dijual oleh penjual di toko online atau di media sosial karena lebih mudah diakses kapan saja dan tidak dipungut biaya atau gratis. Selain itu, mudah untuk menemukan kebutuhan pelanggan yang dibutuhkan secara online (Jecky, 2019). Media sosial digunakan secara luas oleh perusahaan untuk memasarkan produk dan layanan. Paparan konstan terhadap citra tubuh atau gaya hidup tertentu dapat memengaruhi persepsi diri seseorang dan membentuk identitas mereka.

6. Kesehatan Mental

Kesehatan mental secara komprehensif dan secara positif, kesehatan mental adalah hasil dari orang yang terus tumbuh, berkembang, dan matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian, dan berpartisipasi dalam memelihara aturan sosial atau oleh masyarakat (Pratama & Sari, 2020). Penggunaan yang berlebihan dan interaksi negatif di media sosial dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan ketidakpuasan diri. Media sosial biasanya digunakan untuk menumbuhkan perasaan baik, tetapi tanpa disadari mereka dapat menjadi bumerang bagi penggunanya dan menyebabkan hal-hal yang buruk. Selain dapat berdampak kuat pada perilaku penggunanya, media sosial juga dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021).

7. Kontrol Pribadi

Pengguna media sosial memiliki peran dalam mengelola dan mengontrol pengaruh media sosial terhadap diri mereka sendiri. Kesadaran akan dampaknya dan kemampuan untuk memfilter informasi dapat membantu individu mempertahankan persepsi diri yang positif.

Penting untuk diingat bahwa pengaruh media sosial dapat bervariasi dari individu ke individu dan tergantung pada sejumlah faktor, termasuk kepribadian, dukungan sosial offline, dan kesadaran diri. Penelitian lanjutan dan kesadaran pribadi dapat membantu individu mengelola dampak media sosial pada persepsi diri dan identitas mereka.

KESIMPULAN

Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas adalah fenomena kompleks dengan dampak positif dan negatif. Media sosial dapat menjadi alat yang kuat untuk mengekspresikan diri dan membangun identitas, namun juga dapat memicu tekanan sosial, perbandingan negatif, dan masalah kesehatan mental. Paparan konten yang disunting, filter bubble, dan tekanan untuk memenuhi norma-norma tertentu dapat memengaruhi cara individu melihat diri mereka sendiri. Di sisi lain, media sosial juga dapat menyediakan platform untuk dukungan sosial, interaksi positif, dan pertukaran ide yang dapat memperkaya konsep diri. Kunci dalam mengelola pengaruh media sosial adalah kesadaran diri, kontrol pribadi, dan keterampilan literasi media. Individu perlu memahami potensi dampaknya, menjaga keseimbangan dalam penggunaan media sosial, dan memilih dengan bijak konten yang mereka konsumsi. Selain itu, dukungan sosial offline dan koneksi dengan dunia nyata juga penting untuk membentuk identitas yang sehat dan positif.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Rafiq. (2020). Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat. *Global Komunika Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 3(1), 1–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.33822/gk.v3i1.1704>
- Annisa, A. S. A. N., Yuliadi, I., & Nugroho, D. (2020). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Whatsapp Pada Mahasiswa Kedokteran 2018. *Wacana*, 12(1), 86–109. <https://doi.org/10.13057/wacana.v12i1.170>
- Awang, J. A., Prayitno, I. S. P., & Engel, J. D. (2021). Strategi Pendidikan Agama Kristen bagi Remaja dalam Membentuk Konsep Diri guna Menghadapi Krisis Identitas akibat Penggunaan Media Sosial. *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta*, 4(1), 98–114. <https://doi.org/10.47167/kharis.v4i1.64>
- Chandra Kusuma, D. N. S., & Oktavianti, R. (2020). Penggunaan Aplikasi Media Sosial Berbasis Audio Visual dalam Membentuk Konsep Diri (Studi Kasus Aplikasi Tiktok). *Koneksi*, 4(2), 372. <https://doi.org/10.24912/kn.v4i2.8214>
- Fatha Pringgar, R., & Sujatmiko, B. (2020). Penelitian Kepustakaan (Library Research) Modul Pembelajaran Berbasis Augmented Reality pada Pembelajaran Siswa. *Jurnal IT-EDU*, 05(01), 317–329.
- Hartawan, E., Liu, D., Handoko, M. R., Evan, G., & Widjojo, H. (2021). Pengaruh Iklan Di Media Sosial Instagram Terhadap Minat Beli Masyarakat Pada E-Commerce. *JMBI*

- UNSRAT (Jurnal Ilmiah Manajemen Bisnis Dan Inovasi Universitas Sam Ratulangi), 8(1), 217–228. <https://doi.org/10.35794/jmbi.v8i1.33853>
- Jecky, R. E. (2019). Pengaruh Iklan Media Elektronik dan Word Of Mouth Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen. *BIMA: Journal of Business and Innovation Management*, 1(3), 301–317.
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media Sosial Dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga Di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *FISPOL-Unsrat*, 2(1), 1–13.
- Machyudi, A. H., & Susri, A. (2020). Tren Penggunaan Media Sosial Selama Pandemi Di Indonesia. *Jurnal Professional FIS UNIVED*, 7(2), 13–23.
- Manik Pratiwi, A. A. (2020). Peran Media Sosial Dalam Meningkatkan Penjualan Online Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Satyagraha*, 3(2), 73–81. <https://doi.org/10.47532/jis.v3i2.179>
- Pratama, B. A., & Sari, D. S. (2020). Dampak Sosial Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Berupa Sikap Apatis di SMP Kabupaten Sukoharjo. *Gaster*, 18(1), 65. <https://doi.org/10.30787/gaster.v18i1.487>
- Rakanda, D. R., Rochayanti, C., & Arofah, K. (2020). Instagram Dalam Pembentukan Identitas Diri Generasi Z. *Paradigma: Jurnal Masalah Sosial, Politik, Dan Kebijakan*, 24(1), 478. <https://doi.org/10.31315/paradigma.v24i1.5020>
- Richadinata, K. R. P., & Surya Astitiani, N. L. P. (2021). Pengaruh Iklan Sosial Media Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Di Lingkungan Universitas Bali Internasional. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 10(2), 188. <https://doi.org/10.24843/ejmunud.2021.v10.i02.p05>
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Zakirah, D. M. A. (2020). Media Sosial Sebagai Sarana Membentuk Identitas Diri Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Kopis: Kajian Penelitian Dan Pemikiran Komunikasi Penyiaran Islam*, 2(2), 91–101. <https://doi.org/10.33367/kpi.v2i2.1116>