

**PENGARUH POSITIF DAN NEGATIF MEDIA SOSIAL TERHADAP
PERKEMBANGAN SOSIAL, PSIKOLOGIS, DAN PERILAKU REMAJA YANG
TIDAK TERBIASA DENGAN TEKNOLOGI SOSIAL MEDIA DI INDONESIA.**

Paulina Silitonga

Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

paulinasilitonga788@gmail.com

Abstract

This journal explores the impact of social media on the social, psychological and behavioral development of teenagers in Indonesia, especially those who are not yet familiar with social media technology. This research focuses on analyzing the positive and negative impacts of teenagers' involvement with social media in the context of Indonesian culture. Research methods involve surveys, interviews, and content analysis to understand how social media use affects the social interactions, psychological well-being, and behavioral patterns of teens new to this technology. The research findings reflect significant changes in adolescents' social interaction patterns, with an emphasis on the role of social media in shaping individual identity and its influence on psychological well-being. Apart from that, this research also notes the impact of social media on adolescent behavior, both positive and negative. Although social media provides access to information and social connections, its impact can vary depending on judicious use and local cultural context. In this way, this journal makes an important contribution to the understanding of the influence of social media on adolescent development in Indonesia, highlighting aspects that need to be considered in managing social media use among adolescents who are not yet familiar with such technology.

Keywords: Influence, Social Media, Behavior, Teenagers, Indonesia

Abstrak

Jurnal ini mengeksplorasi dampak media sosial terhadap perkembangan sosial, psikologis, dan perilaku remaja di Indonesia, khususnya pada mereka yang belum terbiasa dengan teknologi media sosial. Penelitian ini berfokus pada analisis dampak positif dan negatif dari keterlibatan remaja dengan media sosial dalam konteks budaya Indonesia. Metode penelitian melibatkan survei, wawancara, dan analisis konten untuk memahami bagaimana penggunaan media sosial memengaruhi interaksi sosial, kesejahteraan psikologis, dan pola perilaku remaja yang baru mengenal teknologi ini. Temuan penelitian mencerminkan

adanya perubahan yang signifikan dalam pola interaksi sosial remaja, dengan penekanan pada peran media sosial dalam membentuk identitas individu dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu, penelitian ini juga mencatat dampak media sosial terhadap perilaku remaja, baik yang bersifat positif maupun negatif. Meskipun media sosial memberikan akses kepada informasi dan koneksi sosial, dampaknya dapat bervariasi tergantung pada penggunaan yang bijak dan konteks budaya lokal. Dengan demikian, jurnal ini memberikan kontribusi penting dalam pemahaman tentang pengaruh media sosial terhadap perkembangan remaja di Indonesia, menyoroti aspek-aspek yang perlu diperhatikan dalam mengelola penggunaan media sosial di kalangan remaja yang belum terbiasa dengan teknologi tersebut.

Kata Kunci: Pengaruh, Media Sosial, Perilaku, Remaja, Indonesia

PENDAHULUAN

Dinamika kehidupan bermasyarakat, dari zaman ke zaman, terus mengalami perkembangan pesat yang dipengaruhi oleh akulturasi budaya, kemajuan teknologi, dan perkembangan informasi. Perubahan sosial yang terjadi ini menjadi fenomena yang tak terhindarkan, dengan media sosial menjadi salah satu pendorong utama dalam menciptakan transformasi ini. Peran serta media sosial dalam membentuk perubahan sosial tidak dapat diabaikan, karena segala bentuk perubahan tersebut memiliki keterkaitan erat dengan pengaruh media sosial terhadap kehidupan masyarakat luas. Masyarakat modern dituntut untuk menjadi adaptif dan responsif terhadap perubahan yang terus berkembang, terutama karena media sosial memiliki pengaruh signifikan dalam mengubah sistem kehidupan di berbagai lapisan sosial. Dalam konteks ini, media sosial menjadi sarana efektif untuk berkomunikasi tanpa mengenal batasan waktu dan ruang. Fleksibilitas dalam bersosialisasi di media sosial memungkinkan masyarakat untuk memanfaatkan sistem ini secara maksimal, membangun komunikasi di mana pun dan kapan pun. Namun, tidak dapat diabaikan bahwa media sosial juga membawa dampak besar dalam menciptakan perubahan sosial. Keberadaannya dapat memberikan peluang besar bagi individu untuk tumbuh dan berkembang, sekaligus berpotensi membawa konsekuensi serius jika tidak digunakan dengan bijak. Keterlibatan dalam media sosial tidak hanya menciptakan jejak digital yang sulit dihapus, tetapi juga memiliki potensi untuk membentuk citra seseorang dalam masyarakat. Oleh karena itu, pemahaman yang bijak terhadap penggunaan media sosial menjadi kunci untuk menjaga dampak positif dan menghindari konsekuensi yang mungkin merugikan.

Dalam era masyarakat modern, media sosial telah menjadi suatu fenomena yang sulit dipisahkan dan sulit untuk dikendalikan penggunaannya. Seolah menjadi candu, media sosial melekat dalam kehidupan sehari-hari, melibatkan anak-anak kecil, remaja, bahkan dewasa sebagai pengguna yang tak terhindarkan, bahkan menjadi bagian integral dari kehidupan saat ini. Selain kemudahan yang ditawarkan, media sosial juga memberikan akses yang luas dengan biaya yang terjangkau dan fleksibel, yang dapat diakses sendiri dengan mudah. Keberadaan inovasi canggih ini tidak hanya membawa dampak positif, namun juga memberikan konsekuensi negatif yang perlu diperhatikan. Media sosial menjadi salah satu pendorong utama dalam pembentukan perubahan sosial, terutama dalam masyarakat industri yang cenderung menuju budaya populer. Fenomena ini dapat mengakibatkan penurunan budaya tradisional yang diwariskan dari generasi ke generasi, karena masyarakat industri lebih tertarik dengan budaya populer yang diikuti untuk mengikuti tren yang terus berkembang. Meskipun dampak positif media sosial membawa perubahan positif dalam arah kehidupan masyarakat atau individu, dampak negatifnya juga memiliki potensi untuk mendorong masyarakat menuju perubahan sosial yang merugikan. Eksistensi budaya dan nilai-nilai masyarakat dapat terancam atau bahkan hilang jika dampak negatif tidak diatasi dengan bijak. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam terhadap dampak media sosial menjadi esensial untuk mengelola perubahan sosial secara seimbang dan berkelanjutan.¹

Dalam era terkini yang dipenuhi oleh kemajuan teknologi informasi, media sosial telah menjadi pilar utama yang memimpin perubahan lanskap bisnis masyarakat. Fenomena ini menciptakan transformasi mendalam dalam cara perusahaan beroperasi dan berinteraksi dengan pelanggan. Keterlibatan yang tak terhindarkan dengan media sosial menciptakan dampak signifikan terhadap segala aspek bisnis, dari strategi pemasaran hingga hubungan pelanggan. Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam dampak media sosial terhadap perubahan dinamis dalam lanskap bisnis masyarakat, dengan fokus pada evolusi paradigma bisnis dan adaptasi perusahaan terhadap tren yang terus berkembang.

¹ Nabilatum Masruroh Nabila, "Media Sosial Dalam Lanskap Masyarakat Industri Dan Kaitannya Dengan Budaya Populer," *Publiciana* 15, no. 01 (2022): 28–37.

Dalam era digital saat ini, memperoleh informasi telah menjadi sesuatu yang sangat mudah dan dapat diakses oleh siapa pun. Media digital telah mempermudah setiap penggunaannya untuk saling berbagi informasi tanpa batas, tanpa terkecuali dari mana sumber informasi tersebut berasal. Meskipun era digital membawa kemudahan yang luar biasa, kita tidak dapat mengabaikan dampak yang mungkin timbul. Sayangnya, ketidapahaman masyarakat terhadap media digital sering kali mengarah pada penyalahgunaan yang dapat merusak kehidupan pribadi dan sosial seseorang. Dalam konteks ini, media sosial menjadi salah satu aspek penting dalam perkembangan internet, menyuguhkan cara berinteraksi, berkomunikasi, dan bersosialisasi yang inovatif dengan dukungan fitur-fitur menarik. Di Indonesia, fenomena ini khususnya dirasakan oleh kalangan remaja yang mendominasi jumlah pengguna media sosial. Namun, dampaknya tidak selalu positif, melainkan terkadang memunculkan kasus-kasus serius seperti pencemaran nama, penghinaan, prostitusi, penculikan, hingga bullying yang dapat memicu depresi pada anak dan remaja. Fenomena ini mencerminkan bahwa literasi digital di Indonesia masih belum merata, di mana pengguna internet memiliki kemampuan mengakses informasi namun belum sepenuhnya memahami konsekuensi penuh dari penggunaan media digital. Artikel ini akan menjelajahi lebih lanjut tentang tantangan dan perluasan literasi digital di tengah masyarakat yang semakin terhubung melalui internet.²

Perkembangan media sosial telah membawa dampak signifikan pada pendidikan anak remaja, memberikan implikasi baik secara positif maupun negatif, khususnya dalam mengubah dinamika sosial anak. Setiap rumah, baik di perkotaan maupun di desa, kini selalu menyajikan beragam produk teknologi sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari penghuninya. Teknologi komunikasi dan informasi, seperti media sosial, mampu menciptakan anak-anak yang merasa asing di tengah-tengah keluarga mereka. Pengaruh globalisasi yang meluas ini mengajar pengguna teknologi, terutama anak-anak, mengenai segala hal setiap saat, mengubah pola hidup, dan memunculkan kebiasaan-kebiasaan baru. Dikatakan bahwa teknologi, khususnya media sosial, telah menjadi semacam "hipnotis canggih" yang mampu mengubah perilaku dan cara berkomunikasi anak-anak dengan orang lain. Artikel ini akan mengulas lebih jauh dampak positif dan

² Yuli Rohmiyati, "Analisis Penyebaran Informasi Pada Sosial Media," *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi* 2, no. 1 (2018): 29–42.

negatif dari perubahan sosial ini pada anak-anak remaja , serta implikasinya terhadap kehidupan sehari-hari keluarga.³

Perangkat teknologi pada era saat ini dirancang dengan sangat sederhana untuk memudahkan penggunaannya menikmati berbagai fitur aplikasi yang terkait dengan media sosial. Bahkan anak-anak usia sekolah dasar pun memiliki kemampuan yang luar biasa cepat dalam mempelajari penggunaan perangkat teknologi seperti ponsel dan laptop yang terhubung dengan internet. Hal ini memberikan akses yang sangat luas ke berbagai situs dan aplikasi yang tersedia secara gratis. Sejumlah merek ponsel genggam saat ini menawarkan fitur media sosial secara gratis atau tanpa biaya tambahan yang mudah diunduh, seperti Facebook, Twitter, dan Instagram, yang menjadi aplikasi sosial media paling populer di kalangan masyarakat kita. Keberadaan perangkat teknologi informasi saat ini, yang menyajikan berbagai kemudahan, menjadikannya kebutuhan primer dalam kegiatan sehari-hari. Dalam komunikasi, tidak lagi diperlukan usaha besar dan biaya yang signifikan karena dapat dilakukan tanpa tatap muka, secara efisien. Teknologi yang menghadirkan aplikasi sosial media ini memungkinkan kita untuk berkomunikasi dengan orang-orang di seluruh dunia dalam waktu singkat dan dengan cara yang sangat mudah. Anak-anak remaja pun dengan cepat memahami aspek ini, mengakibatkan dampak bawaan dari teknologi, baik itu positif maupun negatif, yang memengaruhi aktifitas bersosialisasi mereka. Artikel ini akan mengulas lebih lanjut mengenai dampak ini, memberikan wawasan tentang bagaimana penggunaan teknologi pada anak-anak remaja dapat membentuk cara mereka bersosialisasi. ⁴

METODE

Metode penelitian ini dirancang untuk menyelidiki pengaruh positif dan negatif media sosial terhadap perkembangan sosial, psikologis, dan perilaku remaja yang tidak terbiasa dengan teknologi sosial media di Indonesia. Desain penelitian menggunakan pendekatan campuran (mixed methods) dengan tujuan mendapatkan pemahaman yang holistik tentang fenomena tersebut. Partisipan penelitian merupakan remaja berusia 13-18

³ Nani Pratiwi and Nola Pritanova, "Pengaruh Literasi Digital Terhadap Psikologis Anak Dan Remaja," *Semantik* 6, no. 1 (2017): 11–24.

⁴ Yudita Anadea, "Pengaruh Literasi Digital Terhadap Psikologis Anak," 2022.

tahun yang dipilih secara acak dari berbagai wilayah di Indonesia. Pengumpulan data dilakukan melalui pendekatan kualitatif yang mengukur pola penggunaan media sosial, dampak positif dan negatif yang dirasakan, serta skala psikologis dan perilaku. Implikasi temuan diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pemahaman lebih lanjut tentang dampak media sosial pada remaja yang kurang terbiasa dengan teknologi sosial media di Indonesia, serta memberikan dasar bagi pengembangan strategi intervensi dan pedoman kebijakan yang mendukung perkembangan positif remaja di era digital.

PEMBAHASAN

Koneksi sosial melalui media sosial menjadi unsur yang tidak terelakkan dalam kehidupan remaja dewasa ini. Media sosial memberikan sarana yang unik dan efektif bagi remaja untuk menjalin dan memelihara hubungan dengan teman-teman serta keluarga, bahkan ketika mereka terpisah oleh jarak fisik yang jauh. Melalui platform-platform seperti Facebook, Instagram, dan WhatsApp, remaja dapat saling berbagi momen kehidupan sehari-hari, berkomunikasi secara langsung melalui pesan atau panggilan video, dan merasa tetap dekat dengan orang-orang yang berada di lokasi geografis yang berbeda.⁵

Sebagai contoh, seorang remaja yang sedang menempuh pendidikan di luar kota dapat dengan mudah tetap terhubung dengan teman-teman sekolahnya melalui media sosial. Mereka dapat berbagi pengalaman belajar, memperbarui satu sama lain tentang perkembangan hidup masing-masing, dan bahkan merencanakan rencana pertemuan ketika mereka memiliki kesempatan untuk berkumpul secara langsung. Hal ini menciptakan rasa kebersamaan yang berkelanjutan, membangun fondasi yang kuat untuk hubungan sosial di dunia nyata.

Selain itu, media sosial juga memungkinkan remaja untuk tetap terhubung dengan keluarga mereka yang mungkin berada di luar negeri atau di kota yang jauh. Video call dan berbagai fitur komunikasi lainnya memungkinkan mereka untuk merayakan momen

⁵ Rohmiyati, "Analisis Penyebaran Informasi Pada Sosial Media."

istimewa bersama secara virtual, seperti ulang tahun atau hari libur, menjembatani kesenjangan geografis dan menciptakan pengalaman koneksi yang nyata⁶.

Namun, walaupun media sosial menawarkan sejumlah manfaat dalam meningkatkan koneksi sosial remaja, perlu diakui bahwa penggunaan yang berlebihan atau tidak bijak juga dapat membawa dampak negatif. Oleh karena itu, penting bagi remaja dan orang tua untuk terlibat secara aktif dalam pendidikan digital, memahami etika online, dan mengembangkan kebijakan penggunaan media sosial yang sehat guna memastikan bahwa koneksi sosial melalui platform ini tetap memberikan manfaat positif tanpa mengorbankan keseimbangan hidup dan kesehatan mental.⁷

Akses informasi melalui media sosial telah menjadi salah satu ciri khas era digital, memberikan dampak yang signifikan terutama pada remaja. Dalam konteks ini, remaja dapat memperoleh informasi tentang berbagai topik dan perkembangan terkini dengan mudah melalui platform media sosial. Fenomena ini mengubah cara remaja mendapatkan dan berinteraksi dengan informasi, membuka pintu bagi berbagai peluang dan tantangan.

Dengan kemajuan teknologi, remaja kini memiliki akses ke berbagai platform media sosial seperti Facebook, Instagram, Twitter, dan TikTok. Platform-platform ini menjadi sumber utama bagi mereka untuk memperoleh informasi sehari-hari, dari berita terkini hingga tren terkini di berbagai bidang. Berkat fitur berbagi, mereka dapat dengan cepat menyebarkan dan mengonsumsi informasi, menciptakan lingkungan informasi yang dinamis dan terus berkembang.

Salah satu keuntungan utama dari akses informasi melalui media sosial adalah kemampuan untuk mendapatkan informasi secara real-time. Remaja dapat dengan cepat mengetahui peristiwa terkini, perkembangan teknologi, atau bahkan tren dalam dunia seni dan budaya. Hal ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan mereka, tetapi juga memungkinkan mereka untuk tetap relevan dan terhubung dengan isu-isu terkini.

Selain itu, media sosial juga memberikan platform bagi remaja untuk mengakses informasi yang mungkin tidak mudah ditemukan di sumber-sumber tradisional. Melalui

⁶ Juan Akerina and Doddy H Wibowo, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa," *Journal of Psychology Humanlight* 3, no. 1 (2022): 1–14.

⁷ Djameludin Ancok, "Modal Sosial Dan Kualitas Masyarakat," *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 8, no. 15 (2003): 4–14.

akun-akun kreatif, blog, atau kanal video, mereka dapat memperoleh pandangan dan wawasan yang berbeda dari individu atau komunitas dengan minat yang sama. Ini membuka peluang untuk belajar dari pengalaman orang lain, memperluas cakrawala mereka, dan merangsang minat terhadap berbagai topik.

Namun, di tengah berbagai manfaatnya, perlu diakui bahwa akses informasi melalui media sosial juga membawa sejumlah tantangan. Informasi yang disajikan di media sosial tidak selalu terverifikasi atau berkualitas tinggi. Dalam upaya untuk menjadi sumber berita tercepat, kadang-kadang informasi yang tersebar dapat tidak akurat atau bahkan menyesatkan. Oleh karena itu, remaja perlu dikembangkan literasi media yang baik agar dapat menyaring dan menilai informasi dengan bijak.

Penggunaan media sosial juga dapat memengaruhi kesehatan mental remaja. Paparan berlebihan terhadap berita atau konten negatif dapat menyebabkan stres dan kecemasan. Oleh karena itu, perlu ada kesadaran tentang batas waktu dan pemilihan konten yang dilibatkan untuk menjaga keseimbangan antara informasi yang diterima dan kesejahteraan mental.

Dalam kesimpulannya, akses informasi melalui media sosial telah mengubah cara remaja memperoleh dan berinteraksi dengan informasi. Sementara memberikan manfaat besar dalam hal kecepatan, keragaman, dan keterlibatan, tantangan seperti keaslian informasi dan dampak pada kesehatan mental harus diperhatikan. Dengan literasi media yang baik dan pemahaman yang bijak, remaja dapat mengoptimalkan manfaat dari akses informasi melalui media sosial sambil menjaga keseimbangan dan kesejahteraan mereka. tentang berbagai topik yang mencakup kepentingan dan kreativitas mereka. Tak hanya sebagai saluran hiburan, media sosial juga menjadi pintu gerbang pengetahuan yang terbuka lebar.⁸

Dengan adanya konten edukatif, berita terkini, serta tutorial yang tersedia, remaja dapat memperoleh wawasan mendalam mengenai berbagai perkembangan terkini di dunia. Misalnya, mereka dapat mengikuti akun-akun yang menyoroti aspek sains, teknologi, seni, atau membahas isu-isu sosial yang sedang relevan. Dengan demikian, media sosial

⁸ Anang Sugeng Cahyono, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia," *Publiciana* 9, no. 1 (2016): 140–57.

membantu remaja untuk tetap terhubung dengan perkembangan terkini di berbagai bidang, mendukung semangat eksplorasi pengetahuan mereka. media sosial tidak hanya menjadi ajang hiburan, tetapi juga menjadi sumber pengetahuan yang tidak terbatas bagi remaja. Mereka dapat belajar tentang tren terbaru, mengikuti perkembangan di dunia teknologi, dan bahkan memahami pandangan beragam tentang isu-isu global. Selain itu, kemampuan untuk berpartisipasi dalam diskusi online memungkinkan remaja untuk berbagi pendapat, mengajukan pertanyaan, dan membangun pemahaman yang lebih mendalam tentang suatu topik.⁹

Tidak hanya sebagai penerima pasif informasi, remaja juga memiliki peluang untuk aktif berpartisipasi dalam diskusi daring, membagikan pandangan mereka, dan mendapatkan perspektif baru dari teman-teman sebaya mereka. Ini menciptakan lingkungan yang dinamis dan berkolaborasi di mana ide-ide dapat bertukar, pertanyaan dapat diajukan, dan pengetahuan dapat diperdalam.

Namun, sementara akses informasi melalui media sosial membawa manfaat besar, penting untuk diingatkan bahwa keterampilan literasi media perlu dikembangkan agar remaja mampu memilih sumber informasi yang dapat dipercaya. Dengan memupuk literasi media yang baik, remaja dapat secara lebih efektif memilah dan menilai informasi yang ditemui, sehingga proses pembelajaran melalui media sosial dapat lebih bermakna dan memberikan kontribusi positif dalam perkembangan pengetahuan dan pemahaman mereka. perlu diingat bahwa sementara media sosial memberikan akses informasi yang besar, kehati-hatian dalam memilih sumber dan kritisisme terhadap informasi yang diperoleh tetaplah penting. Remaja perlu diajarkan untuk mengembangkan literasi media yang baik agar dapat memilah informasi yang akurat dan berguna dari yang tidak. Dengan demikian, akses informasi melalui media sosial dapat menjadi sarana yang positif dalam mendukung perkembangan pengetahuan dan wawasan remaja, asalkan digunakan dengan bijak.¹⁰

Kesehatan mental remaja menjadi isu yang semakin kompleks seiring dengan peningkatan penggunaan media sosial yang berlebihan. Adalah sangat penting untuk

⁹ Siti Makhmudah, *Medsos Dan Dampaknya Pada Perilaku Keagamaan Remaja* (Guepedia, 2019).

¹⁰ Ida Wahyu Ningsih, Arif Widodo, and Asrin Asrin, "Urgensi Kompetensi Literasi Digital Dalam Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan* 8, no. 2 (2021): 132–39.

memahami bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan mental mereka. Munculnya berbagai platform seperti Facebook, Instagram, Twitter, dan Snapchat telah menciptakan lingkungan digital yang memicu peningkatan risiko stres, kecemasan, dan depresi di kalangan remaja.

Pentingnya kesehatan mental di kalangan remaja menjadi sorotan utama dalam era di mana penggunaan media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, penggunaan media sosial yang berlebihan muncul sebagai faktor potensial yang dapat meningkatkan risiko stres, kecemasan, dan depresi pada remaja.

Remaja yang terlalu terpapar pada berbagai platform media sosial, seperti Facebook, Instagram, dan Twitter, mungkin mengalami peningkatan tingkat stres. Perbandingan diri dengan teman-teman atau tokoh masyarakat yang sering kali dipromosikan di media sosial dapat menciptakan ekspektasi yang tidak realistis, menghasilkan beban emosional yang signifikan.

Kecemasan juga dapat timbul karena interaksi sosial yang berlebihan di media sosial. Ketakutan akan penilaian dari orang lain, reaksi terhadap konten yang diunggah, atau bahkan ketidakpastian dalam membangun hubungan daring dapat menyebabkan tingkat kecemasan yang meningkat.

Depresi, sebagai dampak berkepanjangan dari stres dan kecemasan, dapat muncul pada remaja yang terlalu terlibat dalam media sosial. Perasaan kesepian, isolasi, atau bahkan perbandingan konstan dengan citra sempurna yang dipromosikan di media sosial dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka.

Namun, penting untuk diingat bahwa media sosial tidak selalu menjadi penyebab langsung dari masalah kesehatan mental ini. Penggunaan yang bijak, seperti membatasi waktu di media sosial, mengelola daftar teman atau pengikut, dan mengevaluasi konten yang dikonsumsi, dapat membantu mengurangi risiko stres, kecemasan, dan depresi.

Remaja yang terlalu banyak terpapar konten yang tidak sehat, standar kecantikan yang tidak realistis, atau bahkan cyberbullying di media sosial dapat mengalami peningkatan tingkat stres dan kecemasan. Mereka mungkin merasa tertekan untuk

mencocokkan diri dengan gambaran ideal yang seringkali dipromosikan di dunia maya, menciptakan ketidakpuasan terhadap penampilan dan identitas diri mereka.¹¹

Selain itu, interaksi sosial yang semakin terfokus pada dunia maya juga dapat memicu perasaan isolasi dan kesepian, yang pada gilirannya dapat menyumbang pada risiko depresi. Ketidakmampuan untuk memisahkan diri dari dunia virtual dan menemukan keseimbangan antara interaksi online dan kehidupan offline dapat menghasilkan beban mental yang berlebihan. Upaya untuk mengurangi risiko ini perlu ditekankan, termasuk mendidik remaja tentang pentingnya penggunaan media sosial yang bijak, memberikan dukungan emosional, dan mengajarkan keterampilan pengelolaan stres. Masyarakat, sekolah, dan keluarga juga memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental remaja, dengan mempromosikan dialog terbuka dan menyediakan sumber daya yang memadai untuk mengatasi tantangan mental yang mungkin muncul dari penggunaan media sosial yang berlebihan.¹²

Perilaku konsumtif di kalangan remaja menjadi perhatian serius seiring dengan paparan yang semakin besar terhadap iklan dan konten komersial melalui media sosial. Fenomena ini menyoroti dampak signifikan dari lingkungan digital terhadap keputusan pembelian dan prioritas nilai di kalangan generasi muda. Perluasan pesat platform seperti Instagram, YouTube, dan TikTok telah menciptakan lahan subur bagi promosi produk dan gaya hidup konsumtif yang dapat memengaruhi pola pikir dan perilaku remaja.

Remaja, sebagai kelompok yang rentan, sering kali terpapar pada berbagai bentuk iklan yang dirancang untuk memikat dan membangkitkan keinginan konsumtif. Misalnya, konten yang menampilkan gaya hidup glamor, produk fashion terkini, atau teknologi canggih dapat menciptakan ekspektasi yang tidak realistis dan dorongan untuk mengikuti tren konsumsi terbaru. Paparan terus-menerus terhadap pesan-pesan ini dapat membentuk persepsi remaja tentang nilai diri mereka berdasarkan kepemilikan barang-barang materi.

¹¹ Angga Putra Juledi et al., "Penyuluhan Etika Dan Attitude Bermedia Sosial Di Usia Remaja Pada Tingkat Sekolah Menengah Atas," *IKA BINA EN PABOLO: PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT* 3, no. 2 (2023): 83–93.

¹² Kevin Christian Setiawan and Dewi Isma Aryani, "Potensi Komik Web Sebagai Media Edukasi Mental Health Dan Self-Acceptance Bagi Remaja Laki-Laki Di Indonesia," *DIVAGATRA-Jurnal Penelitian Mahasiswa Desain* 3, no. 2 (2023): 171–86.

Selain itu, penggunaan taktik pemasaran yang cerdas, seperti diskon eksklusif atau model periklanan yang menarik, dapat meningkatkan daya tarik suatu produk. Hal ini dapat memicu perilaku impulsif di kalangan remaja, yang mungkin tergoda untuk membeli barang-barang yang sebenarnya tidak mereka perlukan. Penyesuaian diri dengan norma-norma konsumtif yang ditampilkan di media sosial juga dapat menciptakan tekanan sosial yang mendorong remaja untuk mengikuti tren tanpa pertimbangan yang matang.¹³

Peran orang tua dan pendidikan menjadi kunci dalam merespon tantangan perilaku konsumtif ini. Memberikan pemahaman yang kuat tentang literasi media, membimbing remaja untuk mengembangkan keterampilan kritis dalam menilai iklan, serta mendiskusikan nilai-nilai yang mendasari keputusan konsumtif dapat membantu remaja menjadi konsumen yang lebih cerdas dan bertanggung jawab.

Selain itu, penekanan pada pendidikan keuangan dan pemahaman tentang dampak psikologis dari perilaku konsumtif dapat membantu membangun kecerdasan finansial dan kesehatan mental di kalangan remaja. Pendidikan ini dapat memperkuat daya tahan remaja terhadap tekanan konsumtif yang datang dari media sosial, memungkinkan mereka untuk membuat keputusan yang lebih sadar dan seimbang dalam hal konsumsi. Dengan demikian, pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pihak dapat membantu membentuk perilaku konsumtif yang lebih sehat di kalangan generasi muda.¹⁴

KESIMPULAN

Cukup unik gambaran kompleksitas pengaruh media sosial terhadap perkembangan remaja yang tidak terbiasa dengan teknologi sosial media di Indonesia. Dalam hal pengaruh positif, penelitian ini menunjukkan bahwa eksposur terhadap media sosial dapat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan sosial, dengan memungkinkan remaja untuk terlibat dalam komunikasi dan interaksi sosial yang lebih luas. Adanya platform tersebut juga memicu pertukaran informasi dan wawasan, memperkaya pengetahuan remaja tentang dunia di sekitar mereka. Namun, di sisi lain, dampak negatif juga dapat terlihat. Paparan media sosial dapat menimbulkan risiko pada perkembangan

¹³ E B Surbakti, *Awat Tayangan Televisi* (Elex Media Komputindo, 2013).

¹⁴ Dandy Rajendra Bomantara et al., "Studi Fenomenologi: Analisis Pemahaman Literasi Keuangan Pada Mahasiswa FEB Dan Non FEB Universitas Tanjungpura," *Jurnal Ekonomi Bisnis, Manajemen Dan Akuntansi (JEBMA)* 3, no. 3 (2023): 553–63.

psikologis remaja, terutama terkait dengan citra diri dan norma kecantikan yang tidak realistis. Tekanan konsumtif dan persepsi yang terdistorsi tentang kehidupan orang lain dapat memberikan kontribusi pada tingkat kecemasan dan depresi di kalangan remaja yang tidak terbiasa dengan teknologi sosial media. Selain itu, penelitian ini menyoroti bahwa perilaku konsumtif remaja dapat dipengaruhi oleh iklan dan konten komersial di media sosial. Dorongan untuk mengikuti tren konsumsi dan ekspektasi tidak realistis yang dipromosikan di platform tersebut dapat menyebabkan keputusan pembelian yang impulsif dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri.

Dengan demikian, kesimpulan penelitian ini menekankan perlunya pendekatan yang holistik dan berimbang dalam mengelola penggunaan media sosial oleh remaja yang tidak terbiasa dengan teknologi sosial media di Indonesia. Pendidikan digital yang melibatkan literasi media dan pemahaman akan dampak psikologis dari penggunaan media sosial harus diperkuat. Upaya pendukung dari lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat juga diperlukan untuk membantu remaja mengembangkan keterampilan kritis dan perilaku sehat dalam menghadapi tantangan era digital ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akerina, Juan, and Doddy H Wibowo. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa." *Journal of Psychology Humanlight* 3, no. 1 (2022): 1–14.
- Anadea, Yudita. "Pengaruh Literasi Digital Terhadap Psikologis Anak," 2022.
- Ancok, Djamaludin. "Modal Sosial Dan Kualitas Masyarakat." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 8, no. 15 (2003): 4–14.
- Bomantara, Dandy Rajendra, Agista Maharani, Wawa Mutiara, and Amanah Hijriah. "Studi Fenomenologi: Analisis Pemahaman Literasi Keuangan Pada Mahasiswa FEB Dan Non FEB Universitas Tanjungpura." *Jurnal Ekonomi Bisnis, Manajemen Dan Akuntansi (JEBMA)* 3, no. 3 (2023): 553–63.
- Cahyono, Anang Sugeng. "Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia." *Publiciana* 9, no. 1 (2016): 140–57.
- Juledi, Angga Putra, Ibnu Rasyid Munthe, Syaiful Zuhri Harahap, Marnis Nasution, and Deci Irmayani. "Penyuluhan Etika Dan Attitude Bermedia Sosial Di Usia Remaja Pada Tingkat Sekolah Menengah Atas." *IKA BINA EN PABOLO: PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT* 3, no. 2 (2023): 83–93.
- Makhmudah, Siti. *Medsos Dan Dampaknya Pada Perilaku Keagamaan Remaja.*

Guepedia, 2019.

Nabila, Nabilatum Masruroh. "Media Sosial Dalam Lanskap Masyarakat Industri Dan Kaitannya Dengan Budaya Populer." *Publiciana* 15, no. 01 (2022): 28–37.

Ningsih, Ida Wahyu, Arif Widodo, and Asrin Asrin. "Urgensi Kompetensi Literasi Digital Dalam Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan* 8, no. 2 (2021): 132–39.

Pratiwi, Nani, and Nola Pritanova. "Pengaruh Literasi Digital Terhadap Psikologis Anak Dan Remaja." *Semantik* 6, no. 1 (2017): 11–24.

Rohmiyati, Yuli. "Analisis Penyebaran Informasi Pada Sosial Media." *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi* 2, no. 1 (2018): 29–42.

Setiawan, Kevin Christian, and Dewi Isma Aryani. "Potensi Komik Web Sebagai Media Edukasi Mental Health Dan Self-Acceptance Bagi Remaja Laki-Laki Di Indonesia." *DIVAGATRA-Jurnal Penelitian Mahasiswa Desain* 3, no. 2 (2023): 171–86.

Surbakti, E B. *Awas Tayangan Televisi*. Elex Media Komputindo, 2013.