

## Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja

**Shalika Fajrin Triananda<sup>1</sup>, Dinie Anggraeni Dewi<sup>2</sup>, Yayang Furi Furnamasari<sup>3</sup>**  
<sup>1,2,3</sup> Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Pendidikan Indonesia  
Email : [shalikafajrin@upi.edu](mailto:shalikafajrin@upi.edu)<sup>1</sup>, [dinieanggraenidewi@upi.edu](mailto:dinieanggraenidewi@upi.edu)<sup>2</sup>, [furi2810@upi.edu](mailto:furi2810@upi.edu)<sup>3</sup>

### Abstrak

Penelitian ini berjudul 'Implementasi Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja'. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di Indonesia. Teori yang menjadi pendukung dalam penelitian ini antara lain, Komunikasi, Media Sosial, dan Gaya hidup. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik wawancara sebagai teknik pengumpulan data. Saat ini, penggunaan media sosial lebih banyak digunakan untuk menunjukkan eksistensi diri yang berlebihan. Terkadang, tidak ada batas antara kehidupan nyata dan kehidupan di dunia maya, hal itu juga berpengaruh kepada gaya hidup remaja.

**Kata Kunci** : Media Sosial, Remaja, Gaya Hidup

### Abstract

This research is entitled 'Implementation of the Role of Social Media on Adolescent Lifestyle'. This study aims to determine the effect of social media on the lifestyle of adolescents in Indonesia. The theories that support this research include, Communication, Social Media, and Lifestyle. In this study, researchers used interview techniques as a data collection technique. Currently, the use of social media is more widely used to show excessive self-existence. Sometimes there is no boundary between real life and life in cyberspace, it also affects the lifestyle of teenagers.

**Keywords:** Social media, Youth, Lifestyle

### PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dan komunikasi yang terjadi di kehidupan modern saat ini membawa perubahan dalam masyarakat. Model komunikasi manusia yang pada mulanya bersifat langsung, berubah menjadi komunikasi tidak langsung. Yaitu membutuhkan suatu media sebagai instrumen yang dapat menghubungkan manusia satu sama lain. Hadirnya mesin-mesin pencarian informasi seperti Google dan Yahoo sebagai sebuah jawaban dari keinginan manusia untuk menghadirkan informasi setiap saat kepada siapa pun yang mengaksessnya.

Begitu pula dengan munculnya media sosial yang menjadi media pendukung interaksi sosial manusia secara tidak langsung. Media sosial merupakan sebuah media online yang membantu penggunaanya untuk berbagi, mencari informasi, serta berkomunikasi secara tidak langsung tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu.

Jejaring sosial yang pertama kali hadir pada tahun 1997 yaitu Sixdegree.com. Di tahun berikutnya, hadirlah Classmates.com dan situs untuk membuat blog pribadi, yaitu blogger. Tidak hanya sampai disitu, media sosial mengalami perkembangan yang kian pesat di tahun-tahun berikutnya. Hingga saat ini, Jejaring sosial dengan pengguna terbanyak antara lain Facebook, Instagram, dan Twitter.

Di Indonesia sendiri, setiap tahunnya terjadi peningkatan penggunaan media sosial. Berdasarkan data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) (2016), statistik pengguna internet Indonesia pada tahun 2016 adalah 132,7 juta, hal ini mengindikasikan kenaikan 51,8% dibandingkan jumlah pengguna internet pada 2014. APJII juga menyebutkan jenis konten yang diakses sebanyak 97,4% adalah media sosial.

Namun selain memudahkan kehidupan manusia terutama untuk berkomunikasi, media sosial juga menyebabkan orang dapat mengakses berbagai informasi dan menelannya tanpa upaya untuk bersikap selektif terhadap informasi tersebut. Di era demokratisasi saat ini yang bercirikan adanya kebebasan berpendapat setiap warga baik secara lisan maupun tertulis, maka fenomena hoax menjadi satu hal yang harus menjadi perhatian bersama.

Selain itu, saat ini penggunaan media sosial lebih banyak digunakan untuk menunjukkan eksistensi diri yang berlebihan. Terkadang, tidak ada batas antara kehidupan nyata dan kehidupan di dunia maya. Hal itu juga berpengaruh kepada gaya hidup remaja.

Saat ini media sosial sudah menjadi salah satu faktor perubahan gaya hidup dan etika mahasiswa. Perubahan gaya hidup dan etika ini tidak selamanya positif karena bagi sebagian pengguna ada yang terpengaruh ke arah negatif. Sampai saat ini faktor yang sangat mempengaruhi di dalam media sosial, yaitu berupa postingan yang menjadi tolak ukur bagi pengguna untuk memperlihatkan gaya hidupnya, mulai dari segi penampilan atau kegiatan lain yang mendukung gaya hidup remaja.

Rumusan masalah yang ditetapkan adalah tingkat pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup remaja. Menurut David Chaney, gaya hidup adalah pola-pola tindakan dalam membedakan antara satu dengan yang lain. Gaya hidup adalah bentuk identitas kolektif yang berkembang seiring waktu.

Tidak dapat dipungkiri, saat ini gaya hidup telah menjadi bagian dari kehidupan sosial sehari-hari dunia modern. Gaya hidup berfungsi dalam interaksi dengan cara-cara yang mungkin tidak dapat dipahami oleh masyarakat yang hidup di zaman modern.

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik wawancara sebagai teknik pengumpulan data. Yang dimaksud dengan wawancara yaitu :

- a. Proses tanya jawab lisan dimana dua orang atau lebih bertatap muka secara fisik untuk mengetahui tanggapan, pendapat, dan motivasi seseorang terhadap suatu objek
- b. Wawancara dapat digunakan untuk menggali masa lalu seseorang serta rahasia kehidupannya.
- c Menangkap aksi reaksi orang dalam bentuk ekspresi sewaktu tanya jawab
- d. Wawancara dapat pula dipakai sebagai cara mengumpulkan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandaskan kepada tujuan penelitian.

### **Teknik Analisa Data**

Teknik analisis data merupakan suatu langkah yang paling menentukan dari suatu penelitian, karena analisa data berfungsi untuk menyimpulkan hasil penelitian.

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun data yang diperoleh dari hasil wawancara secara sistematis. Dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, memilih yang penting juga yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Media sosial merupakan sebuah media yang memungkinkan penggunaannya untuk saling melakukan aktivitas sosial melalui jaringan internet tanpa dibatasi ruang maupun waktu. Media sosial sudah menjadi sesuatu yang sangat penting di kalangan remaja saat ini. Selain itu, sekarang banyak sekali remaja yang memanfaatkan media sosial sebagai sumber penghasilan. Misalnya dengan mengunggah video-video hasil kreasinya sendiri. Namun, selain banyaknya keuntungan yang diperoleh dari sosial media, ada juga dampak negatifnya. Masih banyak remaja yang tidak bisa mempergunakan media sosial pada tempatnya, sehingga berdampak negatif ke kehidupannya. Semakin berkembangnya media sosial juga sangat mempengaruhi gaya hidup seseorang. Perubahan gaya hidup pada remaja berkaitan erat dengan perkembangan zaman serta teknologi. Karena teknologi dan

zaman yang semakin berkembang dan canggih akan menciptakan perkembangan dan penerapan gaya hidup seperti gaya berpakaian, gaya berbicara, gaya berbahasa, maupun gaya hidup yang konsumtif dalam kehidupan sehari-hari.

Informan Dhia Syakira mengatakan bahwa ia sendiri sangat merasakan peranan media sosial yang mempengaruhi gaya hidupnya. Hal tersebut ia sadari saat dirinya mulai meniru bahkan membeli barang-barang yang digunakan oleh selebritis di media sosial. Bukan karena dibutuhkan, namun karena adanya keinginan untuk meniru orang di media sosial yang dianggapnya memiliki gaya hidup yang ideal.

Berbeda dengan informan Natasya Kirana yang mengatakan bahwa setelah mengenal media sosial, ia menjadi lebih menyukai budaya barat dibandingkan budaya Indonesia. Karenanya, ia jadi kecanduan mendengarkan musik dan menonton film barat. Bahkan ia selalu menyempatkan diri untuk menonton seri barat apabila ada waktu luang.

Informan Kasyillah juga mengatakan bahwa ia merasakan perubahan dalam dirinya setelah mengenal media sosial. Ia jadi kecanduan untuk bermain media sosial, salah satunya yaitu bermain Tiktok. Dirinya suka meniru dan mengikuti sesuatu yang sedang tren di Tiktok. Mulanya hanya untuk melepas penat saja, namun Kasyillah juga mengatakan bahwa akhir-akhir ini dirinya jadi kecanduan dan susah lepas dari aplikasi Tiktok tersebut.

Lalu ada informan Khumaira yang berkata bahwa karena perkembangan pesat media sosial yang menghubungkan manusia satu sama lain tanpa dibatasi ruang dan waktu. Ia mengenal budaya K-Pop. Karena hal itu, ia jadi suka meniru apa yang grup idolanya lakukan. Mulai dari cara berbicara hingga gaya berpakaian.

Hampir serupa dengan yang dirasakan Khumaira, informan Ulfah pun menjadi tertarik kepada budaya Hallyu karena pengaruh media sosial. Tidak hanya mendengarkan musik dan menonton acaranya saja. Ia bahkan suka membeli merchandise yang grup idolanya, dengan alasan untuk mendukung mereka sebagai penggemar. Namun ia sendiri menyadari bahwa hal tersebut memiliki pengaruh negatif untuk dirinya sendiri. Ia merasa menjadi jauh lebih konsumtif dan boros daripada sebelumnya.

Berbeda dengan tanggapan para informan sebelumnya, informan Paul Bona justru tidak merasakan pengaruh media sosial pada gaya hidupnya. Ia suka menonton acara komedi di media sosial, namun hanya sebatas hiburan saja. Hal tersebut tidak sampai mempengaruhi gaya hidupnya di dunia nyata.

Sama halnya dengan informan Paul, informan Ghaita pun tidak begitu merasakan pengaruh media sosial terhadap gaya hidupnya. Ia berkata bahwa dirinya bukan tipe orang yang terlalu suka menggunakan media sosial. Terkadang ia menggunakannya untuk berkomunikasi dengan teman-temannya. Namun hanya sesekali saja, tidak sampai ke tahap dimana ia merasa kecanduan bermain media sosial.

## **SIMPULAN**

Media sosial merupakan sebuah media yang dapat dengan mudah diakses oleh siapapun dan kapanpun, sehingga tidak menutup kemungkinan bahwa media sosial akan berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup remaja.

Sebagaimana temuan data yang telah ditemukan di lapangan dan telah dianalisis sebelumnya, maka akan dapat diambil poin kesimpulan sebagai berikut :

### **Yang terpengaruh Media Sosial**

Perubahan gaya hidup yang dialami dapat terjadi karena remaja tersebut terpengaruh oleh apa yang dilihatnya di media sosial. Perkembangan tren yang beredar di media sosial membuat remaja ingin mengikuti dan merubah cara berpakaian. Berdasarkan analisis pada bab sebelumnya, kebanyakan informan aktif menggunakan media sosial sebagai hiburan dan media komunikasi dengan teman-temannya. Durasi penggunaan media sosial para informan juga berbeda, tergantung kebutuhan setiap orangnya. Rata-rata media sosial yang sering diakses oleh para informan yaitu Instagram dan Tiktok. Karena banyaknya konten yang tersedia di platform tersebut, maka respon tiap penggunanya pun berbeda.

Contohnya seperti yang dikatakan oleh informan Kasyfillah pada bab sebelumnya. Karena durasi pengaksesan media sosial yang terhitung cukup lama setiap harinya, ia merasa menjadi tergantung dengan media sosial. Ia juga merasa bahwa dirinya harus selalu mengikuti segala sesuatu yang sedang tren di media sosial. Jika tidak mengikutinya, ia akan merasa ketinggalan jaman dan tertinggal dari teman-teman lainnya yang juga aktif dalam bermedia sosial.

Begitu juga dengan pendapat Ulfah Adilla yang mengatakan bahwa dirinya merasa menjadi pribadi yang lebih konsumtif karena pengaruh media sosial. Karena ketertarikannya pada budaya Hallyu, membuatnya selalu aktif bermedia sosial. Karena hal tersebut, tidak dapat dihindari bahwa sedikit demi sedikit ia memiliki keinginan untuk membeli sesuatu yang berhubungan dengan idolanya.

Jenis media sosial yang dimiliki tidak dapat dijadikan acuan setiap individu untuk memiliki kesamaan dalam perubahan gaya hidup. Perubahan tersebut dapat terjadi karena kemauan individunya sendiri. Perubahan gaya hidup tidak dapat disamaratakan satu dengan yang lainnya.

### **Yang Tidak Terpengaruh Media Sosial**

Sebagian informan mengatakan bahwa mereka tidak pernah meniru atau terpengaruh oleh apa yang mereka lihat di media sosial. Artinya, tidak semua remaja dapat terpengaruh oleh media sosial dalam perubahan gaya hidupnya. Seperti yang dikatakan oleh informan Paul dalam bab sebelumnya, ia menggunakan media sosial hanya sebagai media untuk hiburan saja, tidak sampai berpengaruh ke dalam perubahan gaya hidupnya. Hal yang sama dikatakan oleh informan Ghaitza pada bab sebelumnya. Ia menggunakan media sosial secukupnya, sebagai sarana komunikasi dan hiburan saja. Ia tidak sampai ke tahap kecanduan bermain media sosial atau sampai meniru apa yang ia lihat di media sosial tersebut. Yang dilakukan oleh informan Ghaitza dan Paul tidak dapat dikatakan sebagai sesuatu yang memicu terjadinya perubahan gaya hidup pada diri mereka. Karena informan tidak menirukan apa yang dilihatnya di media sosial.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Fatturahman, Pupu. 2017. Psikologi Pendidikan. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Merit, Stephanie. 2003. Simponi Otak. Bandung : Kaifa.
- O'neil, F. William. 2001. Ideologi-ideologi Pendidikan. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Syamsu, Yusuf L.N. 2004. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung : Remaja Rosda Karya
- Pradana, Yudha. 2018. Peranan Media Sosial Dalam Pengembangan Melek Politik Mahasiswa. <https://core.ac.uk/download/pdf/206513429.pdf>
- Woolfolk, Anita E. 1995. Educational Psychology. Boston : Ally & Bacon.
- Akbar, Rahmandika Syahrial. 2018. Peran Media Sosial Dalam Perubahan Gaya Hidup Remaja.
- Sella, Yessi Paradina. 2013. Analisa Perilaku Imitasi Dikalangan Remaja Setelah Menonton Tayangan Drama Seri Korea di Indosiar ( Studi Kasus Perumahan Pondok Karya Lestari Sei Kapih Samarinda. [https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/07/eJournal%20Yessi%20Paradina%20Sella%20\(07-24-13-02-20-01\).pdf](https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/07/eJournal%20Yessi%20Paradina%20Sella%20(07-24-13-02-20-01).pdf)
- Suryanto, Totok. 2018. Persepsi Mahasiswa Terhadap Kemunculan Berita Bohong di Media Sosial. <file:///home/chronos/u-a44bc87969d0db746da26a3663e652f68472a3b9/MyFiles/Downloads/17296-49657-2-PB.pdf>
- Soraya, Ade. 2019. Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa. <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/14823/150904031.PDF?sequence=1&isAllowed=y>