

LIFE STYLE: PERILAKU MAHASISWA MASA KINI DAN PENGARUH MEDIA SOSIAL

Darwis Lodowich Laana*¹, Urbanus Sukri²

¹Sekolah Tinggi Teologi Excelsius, ²Sekolah Tinggi Agama Kristen Anak Bangsa

***Email:** darwislaana23@gmail.com

Abstrak: Pada masa kini terjadi perubahan global dan perkembangan di tengah kehidupan, dengan semakin canggihnya teknologi informasi membuat mahasiswa sangat mudah untuk mengakses informasi yang diinginkan. Dengan perubahan yang sangat cepat ini timbul berbagai gaya hidup modern yang serba instan yang mempengaruhi perilaku mahasiswa. Media sosial memiliki karakteristik unik dan memberikan efek menyenangkan sehingga mahasiswa tertarik terhadap fasilitasnya untuk digunakan secara terus menerus. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui 1). Bagaimanakah perilaku mahasiswa terhadap gaya hidup modern? (2). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup mahasiswa? Metode yang digunakan jenis artikel konseptual atau artikel hasil pemikiran merupakan analisa pemikiran terhadap fenomena-fenomena masalah yang muncul. Hasil dari penelitian (1). Perilaku mahasiswa terhadap gaya hidup modern yang sangat terlihat jelas yaitu: perilaku konsumtif dan hedonis. Gaya hidup lebih menggambarkan perilaku seseorang, yaitu bagaimana mereka hidup, menggunakan uangnya dan memanfaatkan waktu yang dimilikinya. (2). pengaruh media sosial bagi mahasiswa mempunyai dampak positif maupun negatif. Jika ditelaah tujuan dari media sosial yaitu sebagai alat untuk berkomunikasi dan memperoleh informasi, dan jika penggunaan media sosial dilakukan secara tepat dari segi tempat, waktu, dan tujuan penggunaannya, maka pengaruh negatif dari media sosial akan dapat dikurangi.

Kata kunci: *Gaya hidup, Perilaku, Media Sosial, Mahasiswa, Teknologi*

Abstract: Nowadays, there are global changes and developments in the midst of life, with increasingly sophisticated information technology making it very easy for students to access the information they want. With this very rapid change, various instantaneous modern lifestyles have emerged that affect student behavior. Social media has unique characteristics and gives a pleasant effect so that students are interested in its facilities to be used continuously. The purpose of this research is to find out 1). How is the student's behavior towards the modern lifestyle? (2). The effect of using social media on student lifestyle? The method used is a conceptual article or a thought-provoking article, which is an analysis of the thoughts of the problem phenomena that arise. The results of the study (1). Student behavior towards the modern lifestyle that is very clearly visible, namely: consumptive and hedonic behavior. Lifestyle describes a person's behavior, namely how they live, use their money and take advantage of the time they have. (2). The influence of social media for students has a positive or negative impact. If we examine the purpose of social media, namely as a tool to communicate and obtain information, and if the use of social media is carried out appropriately in terms of place, time, and purpose of use, the negative influence of social media will be reduced.

Keywords: *Lifestyle, Behavior, Social Media, Student, Technology*

PENDAHULUAN

Pola hidup manusia selalu mengalami perubahan seiring perkembangan zaman. Kehidupan yang semakin modern membawa manusia pada pola perilaku yang unik, yang membedakan individu satu dengan individu lain dalam persoalan gaya hidup. Gaya hidup di pengaruhi oleh tradisi, kebudayaan, dan kebiasaan sosialnya. Gaya hidup rekat dengan perkembangan zaman. Kecanggihan teknologi membuat semua menjadi praktis.

David Gelernter pada tahun 1991 menerbitkan sebuah buku bagi teknolog Mirror Dunia, sebuah penelitian yang mengagumkan, yang mana tanpa menyebutkan kata, ia meramalkan tentang Web dan di akhir 1990-an, E. M. Noan pada saat itu Direktur Columbia University's Institute for Tele-Information, membuat pernyataan bahwa 'ketika sejarah media abad ke-20 ditulis, internet akan terlihat sebagai contributor terbesarnya'.¹ Menurut Nasrullah fungsi lain dari media sosial selain digunakan sebagai media komunikasi, sebagai media untuk akses mudah informasi dan menyebarkan informasi. Media sosial juga berfungsi untuk hiburan.²

Pada masa kini perkembangan globalisasi semakin meningkat dan semakin pesat khususnya di kalangan mahasiswa dengan munculnya berbagai variasi gaya hidup (*life style*). Perkembangan globalisasi yang makin tinggi maka dengan mudahnya seseorang untuk mendapatkan berbagai macam

informasi dari berbagai sumber. Dari berbagai sumber itulah kalangan mahasiswa akan mudah terpengaruh gaya hidup yang semakin modern.³

Mahasiswa dan juga gadget merupakan suatu kesatuan yang tidak dapat di pisahkan dan merupakan suatu tuntutan kebutuhan. Ketergantungan mahasiswa pada media sosial bisa di nilai positif dan negative. Dalam penggunaan internet khususnya media sosial ini, merupakan suatu tantangan bagi mahasiswa karena akan mengakibatkan kemalasan belajar, sehingga mahasiswa kecanduan untuk selalu menggunakan gadget dan lupa akan kewajibannya akan belajar.⁴

Gaya hidup (*life style*) merupakan bagian dari kebutuhan sekunder manusia yang bisa berubah-ubah bergantung pada zaman sesuai keinginan seseorang untuk mengubah gaya hidupnya, maka dapat dikatakan bahwa gaya hidup merupakan sesuatu yang menjadi urusan pribadi seseorang. Meskipun demikian seseorang harus memiliki gaya hidup yang benar dalam masyarakat, sehingga dampaknya dalam masyarakat pun baik. Berbagai macam gaya hidup bisa dilihat dari cara berpakaian, kebiasaan, dan lain-lain. Gaya hidup ini bisa dinilai relatif tergantung penilaian dari orang lain. Gaya hidup modern merupakan kebiasaan atau pola

¹Oetama & Zainuddin, *Sejarah Media Sosial* (Jakarta: Obor Indonesia, 2006), 387.

²Rulli Nasrula, *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sosioteknologi* (Jakarta: Simbiosis Rekatama, 2015), 17.

³T. Haryono dan Daniel Fajar Panuntun, "Model Gaya Hidup Nazir Sebagai Refleksi Gaya Hidup Hedon Pengkhotbah Pada Zaman Millennial," *Evangelical: Jurnal Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 3(2), 174-184 (2019). <https://doi.org/10.46445/ejti.v3i2.146>

⁴Subianto Surya Ardyansyah, *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Motivasi Belajar Bagi Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika ITN Malang* (Malang: Institut Teknologi Nasional Malang, 2015), 160-161.

tingkah laku terbaru sehari-hari manusia yang sesuai dengan tuntutan zaman.⁵ Menurut Adler gaya hidup merupakan cara yang unik dari setiap orang dalam berjuang mencapai tujuan khusus yang telah ditentukan orang itu dalam kehidupan tertentu dimana seorang individu berada.⁶

Zaman sekarang ini gaya hidup (*life style*) masyarakat sangat dipengaruhi oleh perkembangannya ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat. Pada tahun 2019 Indonesia adalah negara yang berada diposisi ke-3 dalam mengakses situs jaringan sosial, hal ini disebabkan oleh lengkapnya fasilitas internet. *Interconnection network* (internet) merupakan sistem global dari seluruh jaringan komputer yang saling terhubung. Menurut Ahmadi dan Hermawan internet adalah komunikasi jaringan komunikasi global yang menghubungkan seluruh komputer di dunia meskipun berbeda sistem operasi dan mesin.⁷ Internet memiliki fungsi yang sangat jelas yaitu sebagai tempat komunikasi di dunia maya seperti berbagai media sosial (*medsos*) yang sering dikunjungi seperti WhatsApp, Facebook, Instagram, Twitter, Line, dan sebagainya.⁸

Penggunaan media sosial saat ini lebih banyak digunakan untuk menunjukkan eksistensi diri yang berlebihan hingga terkadang tidak ada batas antara kehidupan nyata dan kehidupan di dunia maya. Akses terhadap media telah menjadi salah satu kebutuhan primer dari setiap orang, dikarenakan adanya kebutuhan akan informasi, hiburan, pendidikan, dan akses pengetahuan dari belahan bumi yang berbeda. Kemajuan teknologi dan informasi semakin canggihnya perangkat-perangkat yang diproduksi oleh industri seperti menghadirkan dunia dalam genggamannya.⁹

Mahasiswa adalah kelompok yang terlihat lebih rentan terhadap ketergantungan pada internet dibandingkan kelompok masyarakat lainnya. Karena mahasiswa berada pada fase *emerging adulthood* yaitu masa transisi dari masa remaja akhir menuju ke dewasa muda dan sedang mengalami dinamika psikologis.¹⁰ Pada fase ini, mahasiswa sedang berproses membentuk identitas diri, berusaha untuk hidup lebih mandiri dengan melepaskan diri dari dominasi ataupun pengaruh orang tua. *Emerging adulthood*¹¹ juga memiliki karakter yang kurang stabil seperti hubungan interpersonal, pengelolaan

⁵Nina Ta'diampang, Implementasi Gaya Hidup Modern Mahasiswa IAKN Toraja Masa Kini Dalam Masyarakat. *Bia: Jurnal dan Pendidikan Kontekstual*. 3(1), 1-7, (2020). <http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/xywgq>

⁶Alfred. Adler, *What Life Should Mean To You* (Yogyakarta: Alenia. 2004), 97.

⁷Ahmadi dan Hermawan, *E-Business & E-Commerce* (Yogyakarta: Andi, 2013), 68.

⁸Idris MH Noor, "Pemanfaatan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat di perguruan Tinggi." *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. 17(2), 308-125, (2011). <https://doi.org/10.24832/jpnk.v17i3.27>

⁹Rulli Nasrullah, *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sioteknologi* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2017), 2.

¹⁰Kandell, J. J., "Internet Addiction On Campus: The Vulnerability Of College Students," *Cyberpsychology & Behavior*. 1(1). 1-13, (1998). DOI: 10.1089/cpb.1998.1.11

¹¹Emerging adulthood adalah suatu tahapan perkembangan yang muncul setelah individu mengalami melewati masa remaja (*adolescence*) dan sebelum memasuki masa dewasa awal (*young adulthood*), dengan rentang usia antara 18 hingga 29 tahun.

kebutuhan hidup, pengembangan emosional dan kognitif. Ketika individu mengalami kesulitan dalam perkembangannya, maka untuk mengatasi hal tersebut penggunaan internet menjadi lebih penting dibandingkan dengan apa yang dilakukan orang lain pada umumnya, karena aktivitas online dapat memperluas dan memperkuat jaringan sosial mereka.¹²

Media sosial tidak bisa lepas dari kalangan mahasiswa seakan-akan sudah menjadi candu. Media sosial menurut Van Dijk adalah platform media yang memfokuskan pada eksistensi pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktivitas maupun berkolaborasi, maka itu media sosial dapat dilihat sebagai medium (*fasilitator*) online yang menguatkan hubungan antara pengguna sekaligus sebagai sebuah ikatan sosial.¹³ Setiap hari mahasiswa pastinya menggunakan media sosial, bahkan hampir 24 jam tidak bisa terlepas dari smartphone mereka. Masing-masing media sosial memiliki kelebihan masing-masing sehingga menarik perhatian banyak orang dan tidak terlepas dari mahasiswa.¹⁴ Akibat perkembangan media sosial mengakibatkan banyak mahasiswa yang lalai dalam menggunakan media sosial yang mereka miliki, bahkan mereka menghabiskan waktu mereka hanya untuk menggunakan media sosial tersebut.

¹² Smahel, D., Brown, B. B., & Blinka, L., "Associations between Online Friendship and Internet Addiction among Adolescents and Emerging Adults," *Developmental Psychology* 48(2), 381-288 (2012.) DOI: 10.1037/a0027025

¹³ Rulli Nasrullah, *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, Sosioteknologi Cet.kedua*, 11.

¹⁴ Melis, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kepribadian Mahasiswa," *Stebis Igm Palembang: Jurnal Syariah*, 4(2), 335-344, (2016). <https://doi.org/10.32507/mizan.v4i2.186>

Melihat kondisi yang terjadi saat ini terhadap penggunaan media sosial, maka secara tidak langsung media sosial menjadi suatu kebutuhan yang mempengaruhi gaya hidup, yang sangat melekat di kalangan anak muda secara khusus mahasiswa. Maka itu tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui 1). Bagaimanakah perilaku mahasiswa terhadap gaya hidup modern? 2). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup mahasiswa?

METODE

Metode penulisan artikel ini adalah jenis artikel konseptual atau artikel hasil pemikiran (bukan artikel hasil penelitian) merupakan analisa pemikiran terhadap fenomena-fenomena masalah yang muncul. Selanjutnya bahwa Brown & Campione mengatakan bahwa penulis meneliti bahan-bahan literatur yang berkaitan dengan permasalahannya. Bahan yang dikumpulkan tentu saja berbagai hal adalah bahan-bahan yang mendukung dan menolak pemikiran yang sedang penulis kaji tetapi bahan mendukung yang berupa hasil penelitian atau artikel atau buku dapat digunakan dalam artikel konseptual. Artikel konseptual berbicara bukan sekadar kumpulan kutipan dari sejumlah artikel, tetapi memasukan memikirkan kritis penulisannya.¹⁵

PEMBAHASAN

Perilaku Mahasiswa Terhadap Gaya Hidup Modern

¹⁵ A.L. Brown & J.C. Campione, "Psychological Theory and the Study of Learning Disabilities". *American Psychologist*, 41(10), 1059-1068, (1986). <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.10.1059>

Perilaku adalah suatu respon seseorang yang dikarenakan adanya suatu stimulus atau rangsangan dari luar.¹⁶ Perilaku memiliki dua pengertian yaitu: *Pertama*, perilaku dalam arti luas didefinisikan sebagai segala sesuatu yang dialami seseorang. *Kedua*, perilaku didefinisikan dalam arti sempit yaitu segala sesuatu mencakup reaksi yang dapat diamati. Dua pendekatan non-sosial mengenai perilaku manusia yang paling bertahan lama adalah eksplanasi “*naturalis*” dan “*individualis*”. Eksplanasi individualis mendorong dibangunnya generalisasi besar mengenai perilaku yang pasti. Dari sudut pandang ini semua adalah “*individual*” dan “*berbeda*”. Dengan demikian eksplanasi mengenai perilaku manusia akhirnya harus terletak pada kualitas psikologis yang khusus dan unik dari individu.¹⁷

Dalam penelitian Arum Wahyuni Purbohastuti mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku sebagai berikut:¹⁸

- 1) Genetika (keturunan), perilaku manusia dipengaruhi oleh genetika atau keturunan yang dibawa dari gen-gen dari ayah dan ibu. Maksudnya perilaku anak biasanya memiliki kemiripan dengan

perilaku salah satu orang tuanya atau bahkan kedua orang tuannya.

- 2) Sikap (suatu tingkat kesukaan seseorang terhadap perilaku tertentu), sikap juga mempengaruhi seseorang dalam berperilaku, seseorang yang menyukai sesuatu akan bersikap sangat bersemangat dalam melakukan atau memperlakukan sesuatu tersebut dengan baik, sehingga ia berperilaku sangat baik untuk melakukan atau memperlakukan sesuatu tersebut.
- 3) Norma sosial, pengaruh tekanan sosial norma sosial sangat berpengaruh dalam kehidupan seseorang. Beberapa hal yang mengandung norma sosial mencakup keadaan lingkungan tempat tinggal, pendidikan yang ia dapatkan, dan status sosialnya dalam bermasyarakat. Hal tersebut berpengaruh pada cara manusia tersebut berperilaku baik atau buruk disesuaikan dengan norma sosial yang mengenainya.
- 4) Kontrol perilaku pribadi (kepercayaan seseorang mengenai sulit tidaknya melakukan suatu perilaku). Kontrol perilaku pribadi adalah suatu yang menjadikan manusia jadi atau tidaknya dalam berperilaku, maksudnya setiap orang memiliki akal untuk berfikir, ia juga memiliki kontrol perilakunya dalam menghadapi segala sesuatu yang terjadi padanya. Sehingga dengan kontrol perilaku pribadi, seseorang dapat mengontrol perilakunya.

¹⁶S. Natoatmodjo, *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), 29.

¹⁷J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: Grafindo Persada, 2006), 544.

¹⁸Arum Wahyuni Purbohastuti, “Perilaku Mahasiswa Terhadap Media Sosial.” *Sains: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 11(2), 237-253, (2019). <http://dx.doi.org/10.35448/jmb.v11i2.6061>

Seiring dengan perkembangan zaman modern yang terjadi saat ini, kehidupan manusia juga terbawah dan mengalami perubahan yang cepat. Sehingga memunculkan perilaku gaya hidup yang baru atau maunya serba instan. Gaya hidup merupakan tindakan yang membedakan satu orang dengan yang lain, serta gaya hidup merupakan bagaimana cara seseorang menjalankan apa yang menjadi konsep dirinya yang terbentuk dan terbangun dalam dirinya.¹⁹ Menurut Kottler gaya hidup merupakan sebuah pola kehidupan yang dapat diidentifikasi melalui bagaimana seseorang menghabiskan waktunya, apa yang dianggap penting di dalam lingkungan masyarakatnya, dan apa yang dipikirkan tentang dirinya sendiri di dunia yang mengitari mereka. Gaya hidup menggambarkan keseluruhan diri seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya.²⁰ Selanjutnya Minor dan Mone juga mendefinisikan bahwa gaya hidup menunjukkan bagaimana orang hidup, bagaimana membelanjakan uang, dan bagaimana mengalokasikan waktu. Gaya hidup adalah pola hidup seseorang dalam dunia kehidupan sehari-hari yang dinyatakan dalam kegiatan, minat, dan pendapat yang bersangkutan.²¹ Gaya hidup

mencerminkan keseluruhan pribadi yang berinteraksi dengan lingkungan.²²

Menurut Piliang gaya hidup merupakan kombinasi dan totalitas cara, tata, kebiasaan, pilihan, serta objek-objek yang mendukungnya, dalam pelaksanaannya dilandasi oleh sistem nilai atau sistem kepercayaan tertentu. Gaya hidup menunjukkan bagaimana orang mengatur kehidupan pribadinya, kehidupan masyarakat, perilaku di depan umum, dan upaya membedakan statusnya dari orang lain melalui lambang-lambang sosial. Gaya hidup sering disalahgunakan oleh sebagian besar orang secara khusus mahasiswa. Mereka cenderung bergaya hidup dengan mengikuti mode masa kini. Tentu saja mode yang ditiru adalah mode dari orang barat. Jika mereka dapat memfilter dengan baik dan tepat, pengaruhnya juga akan positif. Sebaliknya, jika tidak pintar dalam memfilter mode dari orang barat tersebut, akan berpengaruh negatif bagi mereka sendiri. Gaya hidup adalah gaya, tata cara, atau cara menggunakan barang, tempat, dan waktu khas kelompok masyarakat tertentu.²³ Gaya hidup mencakup sekumpulan kebiasaan, pandangan, dan pola-pola respons terhadap hidup, terutama perlengkapan untuk hidup. Cara berpakaian, cara kerja, pola konsumsi, bagaimana individu mengisi kesehariannya merupakan unsur-unsur yang membentuk gaya hidup. Gaya hidup dipengaruhi oleh keterlibatan seseorang dalam kelompok

¹⁹Ayuni, Pudjo Suharso dan Sukudin, "Perubahan Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Abdurachaman Saleh Situbondo; Perilaku Konsumtif Mahasiswa Fakultas Ekonomi dalam menggunakan Kosmetik," *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 13(1), 1-12, (2019).DOI: 10.33369/jsn.5.2.126-139

²⁰Philip Kotler, *Manajemen Pemasaran Edisi Milenium* (Jakarta, Prenhallindo, 2002), 225.

²¹John C. Mowen & Michael Minor, *Perilaku Konsumen* (Jakarta: Erlangga, 2002), 32.

²²Bondan Suratno & Catur Rismiati, *Pemasaran Barang dan Jasa* (Yogyakarta: Kanisius, 2001), 73.

²³Yasraf A. Piliang, *Bayang-bayang Tuhan: Agama dan Imajinasi* (Bandung: Mizan, 2011), 237.

sosial, dari seringnya berinteraksi dan menanggapi berbagai stimulus.²⁴

Gaya hidup sangat kuat berpengaruh pada frekuensi orang berinteraksi dengan jenis gaya hidup tertentu. Sebuah teori serupa menunjukkan bahwa latar belakang dan karakteristik aktivitas sehari-hari berpengaruh pada waktu yang diluangkan dalam gaya hidup yang berisiko, yaitu gaya hidup tersebut akan membawa orang ke jalan yang lebih berbahaya lagi. Gaya hidup sering disalahgunakan oleh sebagian besar orang secara khusus mahasiswa. Mereka cenderung bergaya hidup dengan mengikuti mode masa kini. Karakteristik seseorang yang dapat diamati, yang memadai, yang menandai sistem nilai serta sikap terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Karakteristik tersebut berkaitan dengan pola penggunaan waktu, uang, ruang, dan objek-objek yang berkaitan dengan semuanya.²⁵ Gaya hidup lebih menggambarkan perilaku seseorang, yaitu bagaimana mereka hidup, menggunakan uangnya dan memanfaatkan waktu yang dimilikinya.²⁶ Muncullah perilaku-perilaku gaya hidup baru yang modern di tengah masyarakat maupun di kalangan mahasiswa. Gaya hidup juga merupakan suatu pola produk baru yang dihasilkan akibat kemajuan pada berbagai bidang-bidang zaman modern, melalui daya cipta, daya tarik, rasa dan karsa yang dimiliki manusia pada sekarang ini,

²⁴Alfathri Adlin, *Gaya Hidup Teori dan Realistis* (Yogyakarta: Jalasutra, 2006), 36.

²⁵Yasraf A. Pilang, *Semiotika dan Hipersemiotika: Gaya, Kode dan Matinya Makna* (Bandung: Matahari, 2013), 36.

²⁶Ujang Sumarwan, *Perilaku Konsumen* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002), 56.

sehingga muncullah perilaku gaya hidup konsumerisme dan hedonisme di kalangan mahasiswa.²⁷

Perilaku mahasiswa yang sangat terlihat jelas dengan gaya hidup modern yaitu: perilaku konsumtif dan hedonis. Sumartono mengatakan bahwa perilaku konsumtif merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara berlebihan terhadap penggunaan suatu produk. Perilaku konsumtif juga diartikan sebagai tindakan memakai suatu produk secara tidak tuntas. Seseorang membeli produk bukan karena produk yang dipakai telah habis, melainkan karena adanya iming-iming hadiah yang ditawarkan atau bahkan produk tersebut sedang trend.²⁸ Fransisca dan Suyasa juga megatakan bahwa fenomena perilaku konsumtif ini tentunya akan terus berkembang, dikarenakan adanya faktor yang dapat menyebabkan munculnya perilaku konsumtif, salah satunya adalah gaya hidup.²⁹ Gushevinalti mengatakan bahwa gaya hidup hedonis merupakan salah satu bentuk gaya hidup yang memiliki daya tarik tinggi. Dengan adanya fenomena tersebut, cenderung orang untuk lebih memilih hidup yang mewah, enak, dan serba berkecukupan tanpa harus bekerja keras.³⁰ Nadzir dan

²⁷Safuwani, "Gaya Hidup, Konsumerisme dan Modernitas," *Jurnal Suwa Universitas Malikusaleh*, 5(1), 1-15. (2007)
DOI: 10.31219/osf.io/nsf8h

²⁸Sumartono, *Terperangkap dalam Iklan* (Bandung: Alfabeta, 2020), 63.

²⁹Fransisca & Suyasa, "Perbandingan Perilaku Konsumtif berdasarkan Metode Pembayaran." *Jurnal Phronesis*, 7(2), 172-199, (2005).

³⁰Gushevinalti, "Telaah kritis perspektif Jean Baudrillard pada Perilaku Hedonisme Remaja." *Jurnal Idea Fisipol UMB*, 4(15), 45-59, (2010). doi: 10.15575/psy.v3i2.1109

Ingarianti mengungkapkan bahwa gaya hidup hedonis merupakan suatu pola hidup seseorang yang melakukan aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, menghabiskan waktunya di luar rumah untuk bersenang-senang dengan temannya, gemar membeli barang yang tidak dibutuhkan, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian di lingkungan sekitarnya.³¹

Maka dapat disimpulkan bahwa, perilaku mahasiswa terhadap gaya hidup modern yang sangat terlihat jelas yaitu: perilaku konsumtif dan hedonis. Gaya hidup lebih menggambarkan perilaku seseorang, yaitu bagaimana mereka hidup, menggunakan uangnya dan memanfaatkan waktu yang dimilikinya.

Pengaruh Media Sosial bagi Mahasiswa

Penggunaan internet dalam dunia pendidikan, salah satunya adalah adanya situs yang memberikan informasi mengenai perguruan tinggi. Masyarakat dapat berinteraksi dengan pihak kampus melalui e-mail dan media sosial yang digunakan seperti WhatsApp, Facebook, Instagram, Twitter, Line, dan sebagainya yang dirancang oleh perguruan tinggi. Selanjutnya, pengajar, karyawan dan mahasiswa pun tidak terlepas dari penggunaan langsung media sosial dengan tujuan untuk mempermudah penyampaian informasi dan berkomunikasi serta mempermudah proses belajar mengajar. Antony mengatakan bahwa media sosial adalah media dimana penggunaannya bebas dan mudah dalam berpartisipasi, berbagi

³¹M. Nadzir & T. M. Ingarianti, *Psychological Meaning of Money dengan Gaya Hidup Hedonis Remaja* (Malang: Psychology Forum Umum, 2015), 582.

dan menciptakan pesan. Fungsi dari pada media sosial sendiri adalah untuk memperluas interaksi sosial dalam menggunakan internet dan teknologi web itu sendiri.³²

Media sosial menjadi media yang paling banya diakses oleh para penggunanya oleh karena memiliki keuntungan tersendiri, diantaranya ialah dapat menjalin relasi, sebagai wadah untuk memberi dan menerima informasi. Selain keuntungan media sosial juga memiliki hal negatif, diantaranya dapat menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial, individu menjadi tidak produktif, menjadi pribadi yang malas. Selain itu media sosial juga cenderung membuat penggunanya menurun dalam hal berinteraksi dengan orang lain atau dapat mengakibatkan seseorang menjadi anti sosial.³³

Zeital Bank & Tat mengatakan bahwa pengaruh pada pola konsumsi untuk gaya hidup dapat dijelaskan dari efek media sosial pada otak manusia dan konsekuensinya pada kualitas hidup, pada emosi yang memainkan peran pada komunikasi manusia, sehingga untuk menghindari ancaman dari media sosial maka diperlukan interaksi yang masuk akal.³⁴

³²Fahlepi Roma Doni, "Perilaku Penggunaan Media Sosial Pada Kalangan Remaja", *Indonesian Journal on Software Engineering*, 3(2) (2017)
<https://doi.org/10.31294/ijse.v3i2.2816>

³³Siti Hartina, Aat Sriati, Cecep Ali Kosasih, "Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Kpererawatan Universitas Padjadjaran", *Jurnal Keperawatan BS* . 3(1), 124, (2019)
<https://doi.org/10.31311/jk.v7i1.4769>

³⁴N. Zeitel-Bank and U. Tat, "Social Media and Its Effects on Individuals and Social Systems," (USA: Manag, 2014), 1189–1190.

Media sosial memiliki dampak dan pengaruh bagi lingkungan terutama penggunaannya baik dampak positif maupun dampak negatif. Jika ditelaah tujuan dari media sosial yaitu sebagai alat untuk berkomunikasi dan memperoleh informasi, dan jika penggunaan media sosial dilakukan secara tepat dari segi tempat, waktu, dan tujuan penggunaannya, maka pengaruh negatif dari media sosial akan dapat dikurangi. Selain itu, memberikan batasan-batasan dalam penggunaan media sosial di lingkungan akademik sehingga tidak mengganggu kegiatan yang berhubungan dengan dunia pendidikan. Menurut Nasrullah fungsi dari media sosial selain sebagai media komunikasi, juga merupakan media yang memudahkan mendapatkan informasi serta menyebarkan informasi. Media sosial pun berfungsi untuk hiburan.³⁵

Ambar mengungkapkan aturan-aturan menggunakan media sosial sebagai berikut:³⁶

- a) Menggunakan media komunikasi sesuai tujuan dan fungsi
- b) Menggunakan media komunikasi secara produktif yaitu dapat membantu proses belajar
- c) Berhati-hati dalam penyampaian informasi
- d) Menghormati privasi orang lain.
- e) Tidak boleh terpancing artinya selalu mengontrol emosi
- f) Menunjukkan rasa hormat terhadap perbedaan budaya, dan

- g) Membagikan informasi yang bermanfaat

Fasilitas media sosial yang memberikan banyak kemudahan dan efek menyenangkan dapat menyebabkan mahasiswa tertarik terhadap fasilitasnya untuk digunakan secara terus menerus sehingga cenderung menunjukkan gejala kecanduan media sosial. Mahasiswa yang kecanduan media sosial mengalami kehilangan kendali terhadap hidupnya karena terlalu banyak menggunakan waktu untuk online media sosial.³⁷ Melalui media sosial mahasiswa akan secara aktif berpartisipasi dalam proses sosialisasi dan mengembangkan identitas dirinya. Keterbukaan diri yang ditampilkan melalui media sosial sebagai salah satu cara mahasiswa mengungkapkan identitas dirinya dan bagaimana ia ingin dilihat orang lain. Fasilitas media sosial yang memberikan banyak kemudahan dan efek menyenangkan dapat menyebabkan mahasiswa tertarik terhadap fasilitasnya untuk digunakan secara terus menerus sehingga cenderung menunjukkan gejala kecanduan media sosial. Dampak positif lainnya memperluas jaringan pertemanan, mendapatkan informasi yang bermanfaat. Dampak negatifnya adalah tidak semua pengguna media sosial merupakan pengguna yang sopan dalam bertutur kata atau berbagi konten dan dapat mengganggu kehidupan serta komunikasi

³⁵Rulli Nasrullah, *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sioteknologi*, 25.

³⁶Wahyu Sri Ambar, *Manajemen Sarana dan Prasarana Pendidikan* (Jakarta: Multi Karya Mulia, 2007), 34.

³⁷K. S. Young, "Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical." *Disorder. Cyber Psychology and Behavior*. 1(3),: 237-244. (2009). DOI: 10.1089/cpb.1998.1.237

pengguna media sosial dengan keluarganya.³⁸

Mahasiswa yang kecanduan media sosial mengalami kehilangan kendali terhadap hidupnya karena terlalu banyak menggunakan waktu untuk online media sosial.³⁹ Penggunaan media sosial yang intensif dan berlebihan akan menyebabkan kecanduan media sosial terutama bagi mahasiswa. Sehingga dapat menimbulkan berbagai dampak negatif seperti banyak waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial, tidak menyelesaikan tugas, tidak masuk kelas, tidur saat jam kuliah, tidak mengerti pembelajaran, penurunan nilai serta hilangnya hubungan sosial secara langsung karena lebih asik melalui media sosial.⁴⁰ Maulana mengatakan dampak yang dapat terjadi akibat kecanduan media sosial yaitu pada aspek pendidikan sehingga dapat mengalami permasalahan prestasi belajar.⁴¹

Kecanduan media sosial adalah ketidakmampuan individu untuk mengontrol penggunaan media sosial yang sangat intensif dan berlebihan sehingga menyebabkan masalah psikologis dan

sosial.⁴² Kecanduan media sosial berkaitan dengan upaya pemenuhan kebutuhan dan kepuasan untuk mendapatkan informasi dan komunikasi yang bergantung pada media sosial yang dapat menyebabkan kecanduan media sosial.⁴³ Griffiths membagi enam aspek diagnostik yang digunakan untuk menentukan tingkat gejala kecanduan media sosial yaitu (1). *Salience* atau aktivitas online media sosial yang mendominasi pemikiran, (2). *Mood modification* atau strategi pelarian diri dari masalah sehingga penggunaan media sosial dapat memodifikasi perasaan penggunanya, (3). *Tolerance* atau peningkatan aktivitas online dalam media sosial, (4). *Withdrawal symptom* atau perasaan tidak menyenangkan saat tidak mengakses media sosial, (5). *Conflict* atau konflik internal dan eksternal yang terjadi akibat aktivitas online media sosial, dan (6). *Relapse* atau pengulangan kembali suatu aktivitas online media sosial yang telah lama tidak dilakukan.⁴⁴

Leung mengatakan bahwa pada pengguna berat media sosial berdampak mengurangi interaksi sosial *real time* baik dengan keluarga ataupun dengan kerabatnya. Akibatnya individu mendapatkan keluhan dari anggota keluarga karena aktivitas online media sosial yang terlalu lama dan menyebabkan anti sosial sehingga diperlukan cara bijak

³⁸Wilga S. R. Putri, Nunung Nurwati, Meilanny Budiarti S. Pengaruh, "Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja" *Prosiding Penelitian & Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 59-68, (2016), <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>

³⁹K. S. Young, "Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical." *Disorder. Cyber Psychology and Behavior*. 1(3), 237-244. (2009). DOI: 10.1089/cpb.1998.1.237

⁴⁰E. I. D. Artvianti, "Identitas diri Mahasiswa Heavy User Media Sosial." *Journal Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjadjaran*, 4(2) 122-138, (2016). <https://doi.org/10.24198/jkk.v4i2>

⁴¹Maulana, Herdiyan, Gumelar, & Gumgum, *Psikologi Komunikasi dan Persuasi* (Jakarta: Akademia Permata . 2012), 17.

⁴²Kootesh, Raisi, & Ziapour, *Online Communication and Adolescent Relationship The Future of Children* (Zahedan: Department of Clinical Psychology, 2016), 32.

⁴³A. Schrock, *Myspace Or Ourspace: A Media System Dependency View of Myspace* (Florida: University of Central Florida, 2006), 15.

⁴⁴Griffiths, M. "Does Internet adn Computer Addiction Exist: Some Case Study Evidence." *Journal of Cyber Phisicology and Behaviour*, 3(2): 211- 218 (2001). DOI:10.1089/109493100316067

dalam penggunaan media sosial.⁴⁵ Menurut Rudiantara dan Rusli ada tiga cara bijak sederhana dalam menggunakan media sosial sesuai dengan kebutuhan atau minat, membatasi penggunaan media sosial agar tidak menjadi kecanduan, serta mencoba mengalokasikan waktu yang singkat untuk mengakses media sosial.⁴⁶

Istiyanto (2015) adalah terjadinya perubahan sosial yang menimpa manusia sebagai pengguna aktif perkembangan teknologi tersebut. Perubahan tersebut dapat bernilai positif ketika teknologi komunikasi digunakan sesuai dibutuhkan, sebaliknya ketika semua perkembangan teknologi komunikasi tersebut digunakan tidak sesuai kebutuhan dan bahkan cenderung memberikan pengaruhburuk maka dapat dikatakan itu sebagai dampak negatif perubahan. Istiyanto (2015) adalah terjadinya perubahan sosial yang menimpa manusia sebagai pengguna aktif perkembangan teknologi tersebut. Perubahan tersebut dapat bernilai positif ketika teknologi komunikasi digunakan sesuai dibutuhkan, sebaliknya ketika semua perkembangan teknologi komunikasi tersebut digunakan tidak sesuai kebutuhan dan bahkan cenderung memberikan pengaruh buruk maka dapat dikatakan itu sebagai dampak negatif perubahan. Istiyanto (2015) adalah terjadinya perubahan sosial yang menimpa manusia sebagai pengguna aktif perkembangan teknologi tersebut. Perubahan tersebut dapat bernilai positif

ketika teknologi komunikasi digunakan sesuai dibutuhkan, sebaliknya ketikasemua perkembangan teknologi komunikasi tersebut digunakan tidak sesuai kebutuhan dan bahkan cenderung memberikan pengaruh buruk maka dapat dikatakan itu sebagai dampak negatif Perubahan Istiyanto mengatakan bahwa terjadinya perubahan sosial yang menimpa manusia sebagai pengguna aktif perkembangan teknologi tersebut. Perubahan tersebut dapat bernilai positif ketika teknologi komunikasi digunakan sesuai dibutuhkan, sebaliknya ketika semua perkembangan teknologi komunikasi tersebut digunakan tidak sesuai kebutuhan dan bahkan cenderung memberikan pengaruh buruk maka dapat dikatakan itu sebagai dampak negatif perubahan.⁴⁷

Maka dapat disimpulkan bahwa, pengaruh media sosial bagi mahasiswa mempunyai dampak positif maupun negatif. Jika ditelaah tujuan dari media sosial yaitu sebagai alat untuk berkomunikasi dan memperoleh informasi, dan jika penggunaan media sosial dilakukan secara tepat dari segi tempat, waktu, dan tujuan penggunaannya, maka pengaruh negatif dari media sosial akan dapat dikurangi.

KESIMPULAN

Perilaku gaya hidup modern mahasiswa yang terlihat jelas yaitu: Perilaku konsumtif dan hedonis. Gaya hidup lebih menggambarkan perilaku seseorang, yaitu bagaimana mereka hidup, menggunakan

⁴⁵Louis Leung, "Stressful Life Events, Motives for Internet Use, and Social Support Among Digital Kids" *Cyber Psychology & Behavior*. 10(2):204-14, (2007). DOI:10.1089/cpb.2006.9967

⁴⁶Rudiantara & A. Rusli, *Social Media Indonesia* (Jakarta: Literasi Digital, 2017). 74.

⁴⁷ Bekti., S. Istiyanto, "Telepon Genggam dan Perubahan Sosial." *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 2(2), 58-63. (2015). DOI:10.25008/jkiski.v1i1.36

uangnya dan memanfaatkan waktu yang dimilikinya.

Pengaruh media sosial bagi mahasiswa mempunyai dampak positif maupun negatif. Jika ditelaah tujuan dari media sosial yaitu sebagai alat untuk berkomunikasi dan memperoleh informasi, dan jika penggunaan media sosial dilakukan secara tepat dari segi tempat, waktu, dan tujuan penggunaannya, maka pengaruh negatif dari media sosial akan dapat dikurangi.

DAFTAR PUSTAKA

- A. L. Brown & J.C. Campione, "Psychological Theory and the Study of Learning Disabilities". *American Psychologist*, 41(10), 1059–1068, (1986). <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.10.1059>.
- A. Schrock, *Myspace Or Ourspace: A Media System Dependency View of Myspace*. Florida: University of Central Florida, 2006
- Adler, Alfred. *What Life Should Mean To You*. Yogyakarta: Alenia. 2004.
- Adlin, Alfathri *Gaya Hidup Teori dan Realistis*. Yogyakarta: Jalasutra, 2006.
- Ahmadi dan Hermawan, *E-Business & E-Commerce*. Yogyakarta: Andi, 2013.
- Ambar, Wahyu Sri. *Manajemen Sarana dan Prasarana Pendidikan*. Jakarta: Multi Karya Mulia, 2007.
- Ardyansyah, Subianto Surya. *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Motivasi Belajar Bagi Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika ITN Malang*. Malang: Institut Teknologi Nasional Malang, 2015.
- Arum Wahyuni Purbohastuti, "Perilaku Mahasiswa Terhadap Media Sosial." *Sains: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 11(2), 237-253, (2019). <http://dx.doi.org/10.35448/jmb.v1i1.2.6061>
- Ayuni, Pudjo Suharso dan Sukudin, "Perubahan Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Abdurachaman Saleh Situbondo; Perilaku Konsumtif Mahasiswa Fakultas Ekonomi dalam menggunakan Kosmetik," *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 13(1), 1-12, (2019).DOI: 10.33369/jsn.5.2.126-139
- Bekti., S. Istiyanto, "Telepon Genggam dan Perubahan Sosial." *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 2(2), 58-63. (2015). DOI:10.25008/jkiski.v1i1.36
- Chaplin, J.P. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Grafindo Persada, 2006.
- E. I. D. Artvianti, "Identitas diri Mahasiswa Heavy User Media Sosial." *Journal Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjadjaran*, 4(2) 122-138, (2016). <https://doi.org/10.24198/jkk.v4i2>
- Emerging adulthood adalah suatu tahapan perkembangan yang muncul setelah individu mengalami melewati masa remaja (adolescence) dan sebelum memasuki masa dewasa awal (*young adulthood*), dengan rentang usia antara 18 hingga 29 tahun.
- Fahlepi Roma Doni, "Perilaku Penggunaan Media Sosial Pada Kalangan

- Remaja`, *Indonesian Journal on Software Engineering*, 3(2) (2017) <https://doi.org/10.31294/ijse.v3i2.2816>
- Fransisca & Suyasa, "Perbandingan Perilaku Konsumtif berdasarkan Metode Pembayaran." *Jurnal Phronesis*, 7(2), 172-199, (2005).
- Griffiths, M. "Does Internet and Computer Addiction Exist: Some Case Study Evidence." *Journal of Cyber Psychology and Behaviour*, 3(2): 211-218 (2001). DOI:10.1089/109493100316067
- Gushevinalti, "Telaah kritis perspektif Jean Baudrillard pada Perilaku Hedonisme Remaja." *Jurnal Idea Fisipol UMB*, 4(15), 45-59, (2010). doi: 10.15575/psy.v3i2.1109
- Idris MH Noor, "Pemanfaatan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat di perguruan Tinggi." *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. 17(2), 308-125, (2011). <https://doi.org/10.24832/jpnk.v17i3.27>
- K. S. Young, "Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical." *Cyber Psychology and Behavior*. 1(3), 237-244. (2009). DOI: 10.1089/cpb.1998.1.237
- Kandell, J. J, "Internet Addiction On Campus: The Vulnerability Of College Students," *Cyberpsychology & Behavior*. 1(1). 1-13, (1998). DOI: 10.1089/cpb.1998.1.11
- Kotler. Philip, *Manajemen Pemasaran Edisi Milenium*. Jakarta, Prenhallindo, 2002.
- Louis Leung, "Stressful Life Events, Motives for Internet Use, and Social Support Among Digital Kids" *Cyber Psychology & Behavior*. 10(2):204-14, (2007). DOI:10.1089/cpb.2006.9967
- Maulana, Herdiyan, Gumelar, & Gungum, *Psikologi Komunikasi dan Persuasi*. Jakarta: Akademia Permata, 2012.
- Melis, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kepribadian Mahasiswa," *Stebis Igm Palembang: Jurnal Syariah*, 4(2), 335-344, (2016). <https://doi.org/10.32507/mizan.v4i2.186>
- Mowen, John C. & Michael Minor, *Perilaku Konsumen*. Jakarta: Erlangga, 2002.
- Nadzir. M, & T. M. Ingarianti, *Psychological Meaning of Money dengan Gaya Hidup Hedonis Remaja*. Malang: Psychology Forum Umum, 2015.
- Nasrula, Rulli. *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya dan Siosioteknologi*. Jakarta: Simbiosis Rekatama, 2015).
- Natoatmodjo, S. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2012.
- Nina Ta'diampang, Implementasi Gaya Hidup Modern Mahasiswa IAKN Toraja Masa Kini Dalam Masyarakat. *Bia: Jurnal dan Pendidikan Kontekstual*. 3(1), 1-7, (2020). <http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/xywgq>
- Oetama & Zainuddin, *Sejarah Media Sosial*. Jakarta: Obor Indonesia, 2006.

- Pilang, Yasraf A. *Bayang-bayang Tuhan: Agama dan Imajinasi*. Bandung: Mizan, 2011.
- Raisi. Kootesh, & Ziapour, *Online Communication and Adolescent Relationship The Future of Children*. Zahedan: Department of Clinical Psychology, 2016.
- Rudiantara & A. Rusli, *Social Media Indonesia*. Jakarta: Literasi Digital, 2017.
- Safuwani, “Gaya Hidup, Konsumerisme dan Modernitas,” *Jurnal Suwa Universitas Malikusaleh*, 5(1), 1-15.(2007)
DOI: 10.31219/osf.io/nsf8h
- Siti Hartina, Aat Sriati, Cecep Ali Kosasih, “Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Kperawatan Universitas Padjadjaran”, *Jurnal Keperawatan BS* . 3(1), 124, (2019)
<https://doi.org/10.31311/jk.v7i1.4769>
- Smahel, D., Brown, B. B., & Blinka, L, “Associations between Online Friendship and Internet Addiction among Adolescents and Emerging Adults,” *Developmental Psychology* 48(2), 381-288 (2012.)
DOI: 10.1037/a0027025
- Sumartono, *Terperangkap dalam Iklan*. Bandung: Alfabeta, 2020.
- Sumarwan, Ujang. *Perilaku Konsumen*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002.
- Suratno, Bondan & Catur Rismiati, *Pemasaran Barang dan Jasa*. Yogyakarta: Kanisius, 2001.
- T. Haryono dan Daniel Fajar Panuntun, “Model Gaya Hidup Nazir Sebagai Refleksi Gaya Hidup Hedon Pengkhotbah Pada Zaman Millennial,” *Evangelical: Jurnal Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 3(2), 174-184 (2019).
<https://doi.org/10.46445/ejti.v3i2.146>
- Wilga S. R. Putri, Nunung Nurwati, Meilanny Budiarti S. Pengaruh, “Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja” *Prosiding Penelitian & Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 59-68, (2016),
<https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>
- Zeitell-Bank, N. and U. Tat, “*Social Media and Its Effects on Individuals and Social Systems*. USA: Manag, 2014.