

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Wabah Corona Virus muncul pertama kali di Wuhan, China, Pada akhir 2019. Awalnya wabah ini merupakan suatu epidemi, namun seiring berjalannya waktu epidemi berubah menjadi (Malta Malta, Rimoin, & Strathdee,. 2020). Pandemi adalah penyebaran penyakit epidemi serempak pada wilayah yang luas, seperti di beberapa benua, dan bahkan di seluruh dunia, yang seringkali terjadi secara mendadak pada suatu populasi pada geografis tertentu (Purwanto, Pramono, Masduki, Asbari, Wijayanti, Choi, dan Putri, 2020).

Saat ini, Covid-19 telah menjadi pandemi yang diakibatkan karena peningkatan angka penyebaran yang cukup besar dan menyebar dengan sangat cepat yang terjadi hampir seluruh negara di dunia, termasuk di Indonesia (Wandra, Cikusin, & Hayat 2021). Akibat dari penyebaran Covid-19 yang sangat cepat ke berbagai Negara di dunia, menyebabkan peningkatan pada angka kematian sehingga pada akhir Maret 2020 sebanyak 27 negara di dunia termasuk Indonesia memutuskan untuk melakukan *lockdown* (Liew, 2020; Yunus & Rezki, 2020).

Adanya kebijakan *lockdown* ini menyebabkan pelaksanaan segala kegiatan pada berbagai sektor, termasuk di sector Pendidikan harus dilaksanakan secara *online*, sehingga berdasarkan surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020, tentang pelaksanaan prosedur pendidikan dalam masa pandemi COVID-19,

maka diedarkannya keputusan terkait pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan daring melalui berbagai *platform* media sosial. Berdasarkan hal tersebut maka pelaksanaan perkuliahan dilakukan juga secara *online* agar tetap berjalan dengan baik (Purwanti & Krisnadi, 2020). Dengan adanya kemudahan dalam mengakses teknologi dalam berbagai jenis media sosial dapat membantu dalam menambah pengetahuan, sehingga adanya pandemic Covid-19 ini tidak menghambat berlangsungnya kegiatan perkuliahan karena adanya media sosial (Milman, 2015).

Adanya perkuliahan yang dilakukan secara daring tersebut menimbulkan adanya peningkatan dalam penggunaan *gadget* seperti *smartphone* dan komputer, maka tidak dapat dihindari bahwa hal tersebut juga menimbulkan adanya peningkatan dalam penggunaan media sosial pada mahasiswa (Andriani & Sulistyorini, 2022).

Nasrullah dalam Chaniago, Tajuddin, Hamzah & Baharum., (2020) mendeskripsikan Media sosial sebagai suatu wadah interaktif bagi penggunaannya dalam menghasilkan suatu konten, dimana semua konten yang terdapat di dalamnya seringkali bermanfaat bagi penggunaannya. Media sosial juga didefinisikan sebagai wadah untuk berkomunikasi secara elektronik, melalui situs web untuk *social networking* dan *blogging*, di mana penggunaannya membuat komunitas secara *online* untuk berbagi informasi, pikiran, pesan antar pribadi, dan konten-konten lainnya (seperti video) (Wolf, Sims, & Yang., 2017).

Di Indonesia sendiri, sebanyak 75% pengguna internet selalu mengakses media social setiap kali tersambung pada internet, dan rata-rata pengguna internet di Indonesia memiliki lebih dari satu media social yang diakses

sebanyak 1-3 jam per hari (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia - APJII, 2014). Adanya perkuliahan jarak jauh akibat pandemi ini, membuat pengguna sosial media di Indonesia meningkat sebesar 16%, atau sebesar 27 juta pengguna media sosial (Dahono, 2021).

Menurut Kenny dan Johnson (2016), penggunaan media sosial pada para mahasiswa semakin meluas dari hari ke hari. Menurut Kaplan dan Haenlein dalam Andriani & Sulistyorini, (2022) Hal ini dapat terjadi karena media sosial sudah semakin efektif untuk digunakan sebagai alat komunikasi virtual dan wadah untuk berbagi pikiran atau ide. *Platform* media sosial yang sangat populer untuk digunakan mahasiswa yaitu, Instagram, TikTok, FaceBook, Twitter, dll.

Penggunaan media sosial yang cukup meningkat di masa pandemic Covid-19 ini tentu memiliki berbagai dampak positif maupun negatif khususnya bagi Mahasiswa. Dampak positif yang dapat diperoleh dari menggunakan media social adalah memudahkan dalam berkomunikasi jarak jauh, memudahkan dalam mengerjakan tugas kuliah, serta berdiskusi dengan teman, kemudahan dalam mengakses informasi yang dibutuhkan tanpa mengeluarkan biaya yang mahal, media social juga dimanfaatkan oleh mahasiswa sebagai *coping stress* karena dapat memberikan hiburan serta dukungan sosial dari teman sebaya (Cahyono, 2016; Fang, Chao, & Ha., 2017; Fitri, 2017).

Saat ini, Media sosial bukan hanya menjadi *coping stress* atau hiburan bagi mahasiswa namun juga menjadi *platform* untuk melaksanakan perkuliahan di masa pandemic Covid-19. Adanya penggunaan media sosial di setiap hari dan bahkan setiap waktu, menyebabkan mahasiswa mengalami dampak negatif dari penggunaan media sosial, salah satunya *social media fatigue* yang

diakibatkan dari kelelahan yang ditimbulkan karena terlalu sering terpapar media sosial (Zhang, Zhao, Lu, & Yang., 2016., 2016). *Social media fatigue* pada mahasiswa terjadi akibat adanya beberapa faktor pendorong seperti, Neurotisme, Kelebihan informasi, *invasion of life*, serta kecemasan (Rahardjo, Qomariah, Mulyani, & Andriani., 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Malik, Dhir, Kaur, dan Johri (2021) Pada mahasiswa yang dibagi 2 kelompok menjadi kelompok mahasiswa A yang terdiri dari 1.398 mahasiswa yang merupakan pengguna aktif media sosial aktif dengan rentan usia 19-27 tahun dan kelompok mahasiswa B yang terdiri dari 472 mahasiswa yang merupakan pengguna media sosial aktif dengan rentan usia 18-23. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 59.8% mahasiswa dari kelompok A mengalami kelelahan media sosial atau *social media fatigue*, sedangkan 70.2% mahasiswa pada kelompok mahasiswa B mengalami *social media fatigue* (Malik, Dhir, Kaur, & Johri., 2021).

Selain itu, Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pustikasari & Fitriyanti (2021) pada 134 mahasiswa di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 71.7% mahasiswa mengalami *social media fatigue*. Berdasarkan penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rentan mengalami *social media fatigue*.

Social media fatigue memiliki dampak yang berbeda pada mahasiswa. Malik dkk. (2021) menyatakan bahwa *social media fatigue* pada mahasiswa sangat mempengaruhi penurunan pada prestasi belajar. Selain itu, Dhir, Yossatorn, Kaur, dan Chen (2018) menyatakan bahwa *social media fatigue* juga dapat menyebabkan beberapa permasalahan psikologis, seperti, depresi,

kecemasan, serta stress. *Social media fatigue* juga dapat menurunkan efektivitas perkuliahan sehingga tujuan diadakan perkuliahan tidak tersampaikan dengan baik (Dhir dkk., 2018). Selain itu, *social media fatigue* dapat mengganggu rutinitas tidur, pola makan, fokus dan memori, serta gangguan mental pada individu (Kembaren, 2021).

Teori di atas ditunjang dengan adanya hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti melalui aplikasi *googlemeet*. Peneliti melakukan wawancara dengan ketiga subjek dengan pertanyaan yang berkaitan dengan faktor-faktor *social media fatigue*, yaitu: neurotisme, kelebihan informasi, *invasion of life*, dan kecemasan. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, maka hasil penelitian yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Subjek pertama dengan inisial S berumur 23 tahun yang merupakan mahasiswa semester 5, memiliki skor *social media fatigue* sebesar 44 dengan tignkatan sedang. Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek S dapat disimpulkan bahwa adanya *social media fatigue* pada subjek menyebabkan subjek mengalami dampak pada kognitif, emosional, kepuasan kerja, interaksi responsif, dan adanya keinginan untuk menarik diri dari media sosial.

Subjek kedua merupakan mahasiswa dengan inisial Y berusia 22 yang merupakan mahasiswa semester 7, memiliki skor *social media fatigue* sebesar 58 yang merupakan *social media fatigue* dengan tingkat tinggi. Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh peneliti pada subjek Y, *social media fatigue* pada subjek menimbulkan dampak pada kognitif, emosional, kepuasan kerja, motivasi belajar, penarikan diri dari media sosial, interaksi responsif, dan adanya perbandingan diri antar individu.

Subjek ketiga berinisial D berusia 21 yang merupakan mahasiswa semester 8, memiliki skor *social media fatigue* sebesar 43 dengan tingkatan sedang. Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh pada subjek D, *social media fatigue* menyebabkan adanya dampak pada kognitif, emosional, kepuasan kerja, motivasi belajar, interaksi responsif, penyesuaian diri, produktivitas, serta penurunan pada performa belajar.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *social media fatigue* memiliki dampak yang berbeda bagi tiap individu, sehingga peneliti tertarik untuk membahas Kembali mengenai dampak dari *social media fatigue* pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19.

1.1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut, “Apa dampak dari Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19?”

1.2. Tujuan penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui dampak dari *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menambahkan sumbangan yang bermanfaat bagi bidang Psikologi, khususnya Psikologi Klinis yang berkaitan dengan *social media fatigue*, sehingga hasil penelitian ini diharapkan mampu untuk dijadikan referensi dalam penelitian selanjutnya.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi pada pembaca mengenai dampak *Social Media Fatigue* pada mahasiswa di masa pandemic Covid-19, sehingga diharapkan pembaca mampu menggunakan media sosial sesuai dengan kebutuhan pembaca.

