

## BAB 4

### LAPORAN PENELITIAN

#### 4.1. Orientasi Kancha Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mencari tahu mengenai dampak dari kelelahan akan media sosial atau *social media fatigue* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Untuk memperoleh data yang sesuai dengan topik penelitian ini, maka peneliti menggunakan subjek berjumlah tiga orang yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Adapun kriteria yang ditetapkan peneliti adalah:

1. Merupakan mahasiswa aktif semester 5-8.
2. Subjek telah menjalani kuliah *online* selama 1 tahun.
3. Aktif menggunakan media sosial.
4. Mengalami *Social Media Fatigue* tingkat sedang - tinggi.
5. Bersedia menjadi subjek hingga akhir penelitian.

Untuk mengetahui tinggi atau rendahnya tingkat *social media fatigue* pada mahasiswa yang bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini, maka sebelum dilakukan wawancara dan observasi, dilakukan pengukuran tingkat *social media fatigue* dengan menggunakan skala yang telah dibuat oleh Zhang dkk., (2021). Pengukuran tingkat *social media fatigue* dilakukan dengan mengisi kuesioner yang dibagikan peneliti secara *online* menggunakan google form.

Berdasarkan kriteria subjek yang sudah ditentukan, maka subjek yang sesuai adalah subjek S, Y, dan D. Ketiga subjek tersebut terpilih karena selain sesuai dengan kriteria penelitian, ketiga subjek tersebut memiliki beberapa keunikan yang berbeda, seperti kepribadian yang berbeda pada tiap subjek dan

juga perbedaan pada kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh tiap subjek di masa pandemi Covid-19.

Setelah mendapatkan subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian, maka akan dilakukan wawancara dan observasi. Penelitian ini dilaksanakan secara *online* dengan menggunakan aplikasi GoogleMeet. Pengambilan data pada tiga subjek dilakukan secara *online* dikarenakan dengan adanya pandemi covid-19 di Indonesia, sehingga masyarakat dihimbau untuk tetap di rumah. Hal ini dilakukan supaya dapat mengurangi angka penyebaran virus Covid-19.

## **4.2. Persiapan Pengumpulan Data**

### **4.2.1. Persiapan Pengumpulan Data**

Pada tahap ini, peneliti memulai dengan Menyusun pedoman wawancara yang dibuat berdasarkan teori-teori yang digunakan, kemudian peneliti juga membuat pedoman observasi yang berisikan hal-hal yang ingin diamati oleh peneliti.

Kedua, peneliti mencari subjek dengan menggunakan kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya. Pada tahap ini, peneliti menyebarkan skala *social media fatigue* oleh Zhang dkk (2021) melalui Google Form, dengan keterangan bahwa hanya mahasiswa aktif semester 1-8 yang dapat mengisi kuesioner tersebut. Skala ini terdiri dari 15 *item* dengan 5 pilihan yang berbeda. Subjek diminta untuk memilih salah satu pilihan yang sesuai dengan dirinya. Respon pada skala *Social Media Fatigue* ini terdiri dari, Sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), agak sesuai (AS), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS), dengan bentuk penilain STS=1, TS=2, AS=3, S=4, SS=5. Tujuan skala ini digunakan adalah untuk menemukan subjek mahasiswa dengan tingkat *social media fatigue* yang sedang dan tinggi.

Setelah itu, peneliti memilah respon-respon yang telah masuk dan menentukan beberapa orang yang memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian. Kemudian, peneliti menghubungi calon-calon subjek dengan kriteria yang sesuai untuk menanyakan kesediaan subjek dalam berpartisipasi dalam penelitian, mengatur jadwal pengambilan data, serta meminta subjek untuk mengisi *Informed Consent* yang telah dibuat.

#### 4.2.2. Pemilihan Subjek

Peneliti memilih subjek berdasarkan kesesuaian subjek dengan kriteria yang telah ditentukan pada bab sebelumnya. Adapun subjek yang sesuai dengan kriteria tersebut adalah subjek S, Y, dan D.

Tabel 4.1. Profil Subjek Penelitian

Profil Subjek						
Inisial	Usia	Semester	Fakultas	Durasi Penggunaan Media sosial	Tingkat <i>social media fatigue</i>	Kegiatan sehari-hari
S	23	5	Psikologi	< 8 Jam	Sedang	Kuliah dan Bekerja
Y	21	7	Teknik Informatika	< 8 Jam	Tinggi	Kuliah (KKN)
D	21	8	Manajemen	< 8 Jam	Sedang	Kuliah (menyusun skripsi) dan berorganisasi

#### 4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini berupa wawancara dan observasi yang dilakukan satu kali pada tiap subjek. Pengumpulan data untuk ketiga subjek dilakukan pada waktu yang berbeda, Subjek S pada tanggal 26

Januari 2022, pada jam 19.00 WIB. subjek Y pada tanggal 29 Januari 2022, pada jam 19.00 WIB. Subjek D pada tanggal 26 February 2022, pada jam 13.00 WIB.

#### **4.4. Hasil Penelitian**

##### **4.4.1. Subjek S**

###### **a) Identitas Subjek**

Inisial : S

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 23 tahun

Semester : 5

###### **b) Hasil Wawancara mengenai Dampak Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19**

Subjek S merupakan mahasiswa semester 5 yang menjalani perkuliahan secara online di masa pandemi Covid-19 ini. Selain berkuliah, subjek S juga bekerja, sehingga subjek S harus membagi waktu antara kuliah dan bekerja. Adanya kegiatan-kegiatan yang harus dilaksanakan secara *online* membantu subjek S dalam membagi waktu antara kuliah dan bekerja. Namun, Subjek S mengaku bahwa kadang-kadang ia merasa kewalahan.

Selama pandemi covid-19 ini, subjek S mengatakan bahwa penggunaan media sosial meningkat. Subjek S mengatakan bahwa ia menggunakan media sosial lebih dari 8 jam per harinya. Media sosial sering digunakan subjek S untuk membantunya dalam perkuliahan, selain itu, subjek S juga menggunakan media sosial untuk mengikuti lomba. Subjek S juga mengatakan bahwa ia juga

mendapatkan informasi terkait pekerjaannya melalui media sosial. Selain itu, subjek S menggunakan media sosial untuk mendapatkan hiburan ditengah adanya pekerjaan dan juga perkuliahan yang dilaksanakan secara *online*.

Subjek S mengatakan bahwa *platform* media sosial yang sering ia gunakan selama pandemi ini adalah, *WhatsApp*, *Instagram*, dan subjek juga mengatakan bahwa akhir-akhir ini ia lebih sering mendapatkan hiburan melalui TikTok dikarenakan menurut subjek S, konten yang ia terima melalui TikTok itu lebih seru dari pada dari *platform* media sosial lainnya.

Subjek S mengaku bahwa adanya keharusan dalam menggunakan media sosial sebagai penunjang kegiatan selama pandemi covid-19 ini membuat ia merasa kesulitan, karena subjek S mengalami adanya kendala di jaringan subjek yang membuat subjek S kadang tidak mendapatkan informasi yang ia dapatkan di media sosial dengan jelas, salah satunya informasi terkait dengan perkuliahan dan juga pekerjaannya.

Adanya kebebasan dalam menggunakan media sosial bagi penggunaannya, menimbulkan adanya kebebasan untuk menyampaikan pendapat juga melalui media sosial, hal tersebut juga dialami subjek S dikarenakan subjek sering kali mengunggah konten berupa makanan di media sosial, seperti di *Instagram* menyebabkan subjek seringkali mendapatkan komentar-komentar yang tidak jelas dari teman-temannya, dan tidak jarang subjek menapatkan komentar-komentar dari orang asing juga. Selain itu, subjek S juga mengatakan bahwa kadang-kadang subjek S merasa di awasi (*stalking*) oleh orang yang bukan merupakan *follower* yang juga meninggalkan komentar di unggahannya.



Adanya hal tersebut, membuat subjek S ini harus menanggapi komentar-komentar yang lumayan banyak dari teman-temannya dan harus menyaring komentar yang menurutnya tidak penting, sehingga subjek merasa malas untuk membuka media sosial salah satunya Instagram.

Adanya keharusan untuk membuka media sosial supaya subjek S tidak ketinggalan suatu informasi terkait perkuliahan dan pekerjaan yang sering kali subjek S terima dari media sosial yaitu WhatsApp, membuat subjek harus terus menerus membuka aplikasi tersebut, subjek mengaku hal tersebut membuat subjek merasa khawatir dan cemas bila mendapatkan informasi melalui *platform* tersebut.

Selama pandemi Covid-19 ini subjek S harus mengimbangi waktunya untuk berkuliah dan bekerja. Akibatnya pada saat subjek S melakukan kegiatan di media sosial, seperti saat membaca dan mencari informasi, atau saat menonton hiburan di media sosial, tidak jarang ia merasa tidak bisa fokus. Subjek S juga mengatakan bahwa ia merasa lelah jika harus menggunakan media sosial untuk segala kegiatan. Subjek S juga bercerita bahwa ia merasa jenuh bila harus menggunakan media sosial dalam waktu yang lama, akibatnya subjek S mengaku bahwa tidak jarang ia tertidur saat menggunakan media sosial dalam waktu yang lama.

Subjek S mengaku bahwa akibat kelelahan dalam menggunakan media sosial ini, ia mengaku bahwa adanya berita-berita serta informasi terkait perkuliahan dan pekerjaan yang banyak dan bercampur membuat subjek S merasa lelah untuk memproses informasi tersebut sehingga, subjek S seringkali merasakan bahwa kewalahan serta sulit untuk memproses kedua hal tersebut.

Dampak yang dialami oleh Subjek S ada berbagai macam. Menurutny, ia merasa terbantu dengan adanya media sosial karena ia bisa bekerja sambil berkuliah. Namun, subjek S juga mendapatkan konsekuensi akibat dari penggunaan media sosial yang meningkat tersebut. Subjek S mengalami kelelahan akan media sosial dan tidak maksimal dalam bekerja.

### c) Analisis Kasus Subjek

Adanya *social media fatigue* pada subjek S ditandai dengan adanya ciri-ciri yang terlihat pada emosional yang ditandai dengan adanya rasa lelah dan terganggu karena banyaknya informasi baru yang ia terima di media sosial berdasarkan dari teori yang diungkapkan oleh Zhang dkk. (2021). Selain itu, penggunaan media sosial yang meningkat pada subjek S menyebabkan ia mengalami perasaan kesal saat menggunakan media sosial.

*Social media fatigue* pada subjek S ditandai dengan ciri-ciri pada behavioral subjek S, yaitu, subjek S mengalami ketidakfokusan saat harus membaca suatu informasi di media sosial. Subjek S juga mengalami *social media fatigue* yang ditandai dengan adanya ciri-ciri *social media fatigue* pada kognitif subjek, yaitu, subjek S merasa bahwa privasinya dalam menggunakan media sosial terganggu, hal ini sesuai dengan ciri-ciri *social media fatigue* pada kognitif individu oleh Bright dkk. (2015).

Adanya hal-hal tersebut terjadi karena subjek S mengalami adanya neurotisme, kelebihan informasi, *invasion of life* serta kecemasan yang ia alami akibat dari penggunaan media sosial yang berlebih sehingga hal tersebut menyebabkan Subjek S mengalami *social media fatigue*.

Subjek S menggunakan media sosial secara terus menerus selama pandemi Covid-19 ini. Subjek S menggunakan media sosial untuk berkuliah dan juga menerima informasi terkait pekerjaannya, selain itu subjek S juga menggunakan media sosial untuk mencari hiburan. Subjek S mengaku bahwa adanya hal-hal tersebut membuat subjek S harus menggunakan media sosial dalam jangka waktu yang lama, sehingga tidak jarang informasi terkait, perkuliahan dan pekerjaan serta informasi-informasi lainnya tercampur. Subjek S mengatakan bahwa informasi yang ia dapatkan melalui media sosial, menyebabkan subjek kesulitan dalam memproses informasi tersebut.

Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Eppler dan Mengis (2004) bahwa jika individu menerima informasi yang banyak melalui media sosial hingga individu mengalami kesulitan dalam memproses informasi tersebut maka individu dapat mengalami kelelahan akan media sosial (*social media fatigue*). Semakin banyak informasi yang diterima oleh subjek S menyebabkannya sulit fokus pada suatu informasi.

Selain itu, Subjek S mengalami kelelahan media sosial atau *social media fatigue* akibat dari adanya perasaan bahwa subjek S tidak memiliki kebebasan dalam menggunakan media sosial akibat dari banyaknya tugas dan informasi yang subjek S terima dari media sosial, hal ini membuktikan bahwa subjek S mengalami adanya *invasion of life*. Gaudioso dkk (2017) menyatakan bahwa adanya beban yang diterima oleh individu melalui media sosial menyebabkan individu merasa bahwa kebebasan individu terganggu sehingga menimbulkan adanya kelelahan media sosial pada individu. Hal tersebut membuat subjek S merasa kurang nyaman apabila harus menggunakan media sosial secara terus menerus.



Subjek S juga mengaku bahwa adanya kemudahan bagi orang lain untuk menemukan dirinya di media sosial, serta banyaknya komentar tidak jelas yang diterima subjek S di media sosial membuat dirinya merasa jengkel dan juga banyaknya orang yang suka *stalking* media sosial milik subjek S membuatnya merasa tidak nyaman dan terganggu sehingga subjek S merasa bahwa privasinya saat menggunakan media sosial sedikit terganggu.

Banyaknya kegiatan yang dihabiskan melalui media sosial membuat subjek kewalahan, hal ini dikarenakan subjek S menggunakan media sosial untuk menerima informasi dan juga untuk mendapatkan hiburan, sehingga subjek merasa kebingungan dalam penggunaan media sosial di berbagai kegiatan.

Hal ini disebabkan karena adanya kesulitan yang dihadapi oleh subjek S dalam mendapatkan *signal* yang baik, serta adanya kesulitan pada subjek untuk mendapatkan informasi yang sedang dicari subjek S secara cepat karena subjek harus memilah informasi yang didapatkan akibat jumlah informasi yang didapatkan sangat banyak serta tercampur dengan informasi yang lainnya, sehingga subjek S tidak dapat berfokus hanya pada tugas nya saja.

Hal tersebut sesuai dengan teori mengenai kelebihan informasi yang dikemukakan oleh Becker dkk. (2013) yaitu bila seseorang mendapatkan informasi yang sangat banyak dan tidak dapat memilah informasi yang kompleks maka individu tersebut akan kehilangan fokus pada suatu informasi.

Adanya hal-hal yang subjek S alami pada media sosial membuatnya merasakan adanya dampak pada diri subjek S yaitu, subjek seringkali merasakan stress sehingga subjek sering merasakan bosan dan jenuh akibat dari penggunaan media sosial yang berlebihan. Hal tersebut sesuai dengan teori yang

dinyatakan oleh Sosnowska, D Fruyt, dan Hofmans (2019) adanya perasaan stress yang membuat individu mengalami gangguan pada kestabilan emosi ini disebabkan adanya faktor Neurotisme, sehingga menyebabkan individu mudah mengalami kelelahan akan media sosial. Selain itu, Xiao dan Mou (2019) menyatakan bahwa individu yang mengalami factor neurotisme merasakan adanya ancaman pada privasi yang berhubungan dengan pekerjaannya. Subjek S juga merasakan bahwa ia merasa tidak bebas dalam menggunakan media sosial hal ini merupakan dampak dari adanya kelelahan media sosial (*social media fatigue*).

Berdasarkan faktor-faktor *social media fatigue* yang dirasakan oleh subjek S tersebut, tentunya menimbulkan berbagai dampak pada subjek S. Dampak-dampak tersebut antara lain:

a. Kognitif

Dampak *social media fatigue* atau kelelahan pada media sosial pada kognitif subjek S. Dampak kognitif yang dialami oleh subjek S ditandai dengan adanya kejenuhan dan rasa bosan saat menggunakan media sosial pada saat segala kegiatan, sehingga subjek merasa jenuh bila harus terus menerus menggunakan media sosial

Selain menggunakan media sosial sebagai hiburan, subjek S juga harus menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dan mendapatkan informasi terkait pekerjaannya, seringkali tidak dapat fokus dalam memahami informasi yang ia temukan di media sosial akibat dari bercampurnya informasi terkait kedua hal tersebut, dan adanya pandemi covid-19 ini menyebabkan adanya ketidak

seimbangan dalam penggunaan media sosial sebagai hiburan dan juga sebagai *platform* untuk mendapatkan informasi.

b. Emosional Adanya informasi-informasi terkait dengan deadline perkuliahan yang subjek S terima juga menimbulkan perasaan lelah akan media sosial. Hal tersebut berdampak pada emosional subjek S.

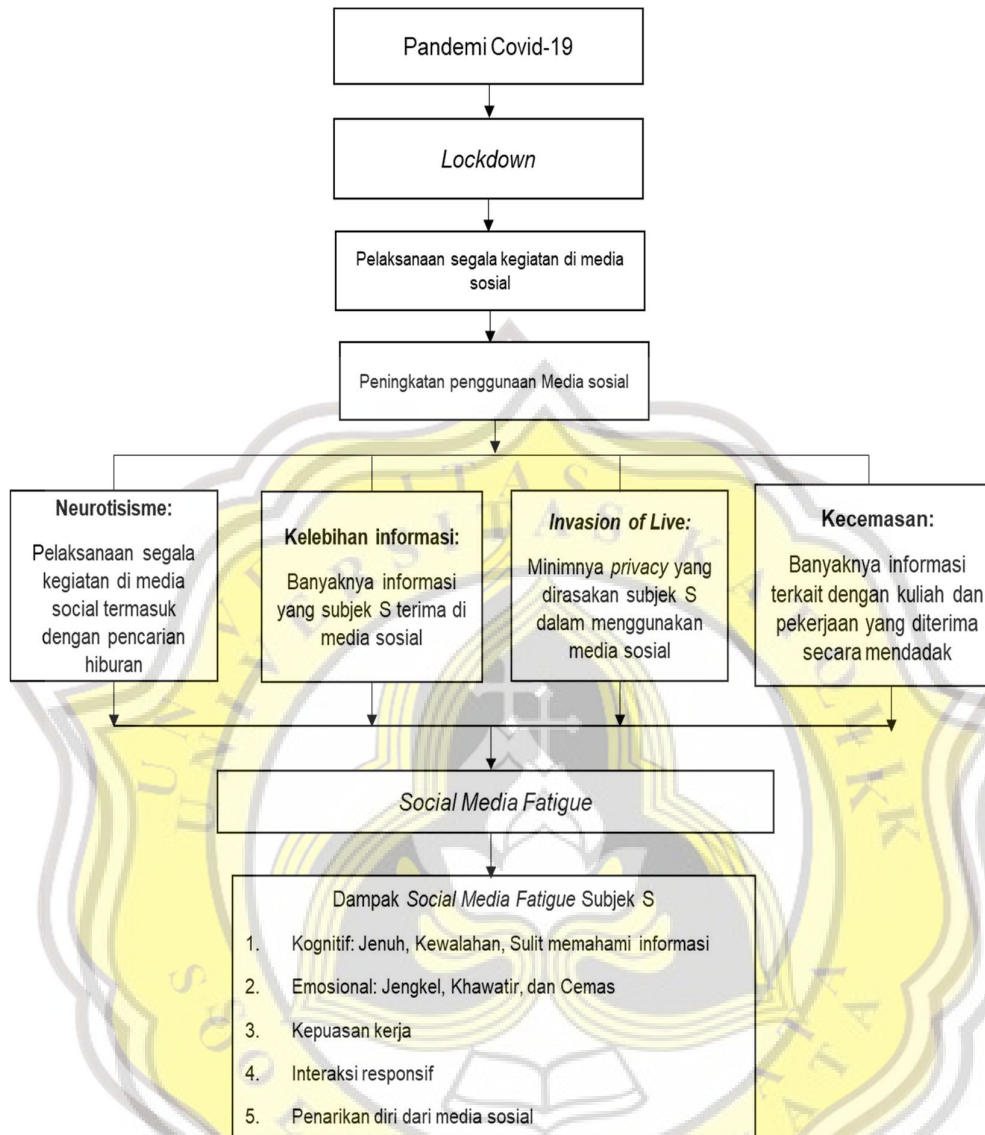
Subjek S sering mendapatkan pengumuman secara mendadak terkait dengan deadline tugas, hal itu membuat subjek S merasakan jengkel dan cemas, sehingga pada saat mengerjakan tugas kuliah secara *online* menyebabkan subjek S merasa terburu-buru karena adanya rasa khawatir dan takut tidak dapat menyelesaikan tugas yang diberikan tepat waktu.

c. Penurunan Interaksi Responsif

Subjek S mengatakan bahwa selama pandemi covid-19, ia tidak sering untuk menghubungi teman-temannya. Subjek S mengatakan bahwa ia merasa bahwa jika bertanya temannya melalui *chat* mengenai masalah perkuliahan dan tugas, temannya memberikan respon yang tidak sesuai dan hal itu membuatnya malas untuk berinteraksi dengan temannya.

d. Penarikan diri dari media sosial

Subjek S mengatakan bahwa adanya komentar-komentar yang didapatkan subjek melalui media sosial khususnya Instagram membuat ia merasa kesal dan malas untuk membalas komentar-komentar yang cukup banyak akibatnya subjek S merasa lelah dan malas untuk berlama-lama menggunakan media sosial.



Bagan 4.1. Kerangka Pikir Dampak *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19 Subjek S



#### 4.4.2. Subjek Y

##### a) Identitas Subjek

Inisial : Y

Jenis Kelamin : Laki-laki

Usia : 21 tahun

Semester : 7

##### b) Hasil Wawancara mengenai Dampak Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19

Subjek Y mengatakan bahwa selama pandemi covid-19 ini ia menggunakan media sosial untuk kuliah *online*, menghubungi teman, dan menggunakan media sosial untuk hiburan. Media sosial yang sering digunakan oleh subjek Y adalah, *WhatsApp, Instagram, Zoom, dan Googlemeet*. Subjek Y mengatakan bahwa pada awal pandemi subjek merasakan adanya kesulitan dalam menggunakan media sosial sebagai penunjang perkuliahan karena belum mengerti cara menggunakan aplikasi *zoom, google meet* dan aplikasi penunjang perkuliahan lainnya sehingga subjek merasa sedikit kewalahan. Namun, sekarang subjek Y sudah terbiasa menggunakan media sosial tersebut walaupun masih agak bingung.

Adanya pandemi covid-19 yang mengharuskan subjek untuk menggunakan media sosial diberbagai kegiatan membuat subjek merasa terbantu. Subjek Y juga mengatakan bahwa selama pandemi covid-19 segala tugas perkuliahan dikumpulkan dan diberitahukan melalui media sosial *WhatsApp*, hal itu membuat subjek merasa sedikit terbantu, selain itu subjek Y juga mengatakan

bahwa ia dapat menghemat biaya, waktu dan tenaga sehingga subjek Y dapat menghemat hal-hal tersebut. Namun adanya pandemi covid-19 ini membuat waktu subjek Y untuk menggunakan media sosial meningkat dan subjek Y harus menggunakan media sosial dalam jangka waktu yang lama, sehingga hal itu membuat subjek Y harus selalu *standby* di media sosial agar tidak tertinggal informasi.

Subjek Y mengatakan bahwa keharusan untuk menggunakan media sosial selama pandemi ini membuatnya merasakan bosan menggunakan media sosial. Selain itu, adanya berbagai kegiatan yang berlangsung secara *online* menyebabkan subjek Y mengalami kesulitan dalam mencerna informasi-informasi yang ia teria di media sosial akibatnya subjek Y tidak dapat memahami informasi yang ia terima tersebut.

Adanya kebijakan untuk mengurangi penyebaran virus covid-19 ini sehingga diadakan *lockdown* menyebabkan seluruh kegiatan dilaksanakan secara *online* akibatnya penggunaan media sosial juga meningkat, karena hal tersebut, maka hal itu berdampak pada adanya penurunan pada relasi sosial, subjek Y mengaku bahwa selama pandemic covid-19 ini subjek Y mengalami kesulitan dalam membuat relasi sosial secara langsung, hal tersebut menimbulkan adanya kesulitan pada subjek Y untuk menghubungi teman-temannya secara *online* akibat dari berbagai kendala seperti, *signal*, waktu, dll. Hal ini menyebabkan subjek Y mengalami kesulitan dalam mencari teman baru, dan juga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas kelompok.

Selama pandemic ini subjek mengatakan bahwa ia menggunakan media sosial terus menerus, dan subjek mengaku bahwa ia menerima berbagai macam

hal di media sosial. Salah satunya adalah informasi. Subjek Y mengaku bahwa informasi yang ia terima di media sosial sedikit mengganggu karena sangat banyak dan variatif. Namun, subjek Y mengaku bahwa adanya informasi yang positif dapat membantu subjek dan subjek tidak merasa terganggu, namun, seringkali subjek menemukan banyak informasi negatif, seperti berita tentang *update* kasus positif covid-19, informasi terkait drama di media sosial yang menurut subjek Y mengganggu, *gossip*, dll, menyebabkan subjek Y merasa malas untuk membuka media sosial. Subjek Y mengatakan bahwa informasi tersebut seringkali subjek Y dapatkan melalui *platform* media sosial Instagram.

Subjek Y mengatakan bahwa saat ia membaca suatu unggahan di media sosial yang menurutnya penting ia sering merasa terganggu karena adanya unggahan lain yang tercampur dengan informasi yang sedang ia baca, sehingga subjek Y merasa malas dan subjek Y selalu mengabaikan (*skip*) hal-hal yang mengganggu supaya subjek membaca informasi yang ia butuhkan dengan tenang, jika subjek Y menanggapi hal tersebut ia sering lupa mengenai hal yang ingin ia cari dan ia menjadi tidak fokus.

Kebebasan subjek Y dalam menggunakan media sosial tidak terganggu karena subjek Y mengatakan bahwa ia harus terus *aware* dengan informasi yang ia dapat dari media sosial, namun subjek merasa malas jika harus terus menerus mengikuti informasi yang didapatkan dari media sosial. Selain itu, subjek Y mengatakan bahwa ia merasa terbebani jika harus menggunakan media sosial secara terus menerus, karena subjek Y mengatakan bahwa ia memiliki *real life* (kehidupan nyata) yang harus dijalani dan lebih diutamakan.

Subjek Y mengatakan bahwa ia kesulitan dalam menghubungi temannya saat ada tugas kelompok, karena ia memiliki banyak yang harus dikerjakan pada kehidupan nyata sehingga subjek Y merasa kesulitan untuk harus menyesuaikan waktu dengan temannya yang diakibatkan subjek Y tidak bisa terus menerus *stand-by* di media sosial.

Adanya informasi atau berita yang seringkali mendadak yang diterima Subjek Y melalui media sosial membuatnya merasa panik, tidak santai, yang membuat subjek merasa kurang persiapan. Subjek Y juga menceritakan bahwa adanya tugas dadakan yang sering kali ia terima melalui *platform WhatsApp* tidak memiliki toleransi waktu sehingga membuatnya terganggu dan ia mengatakan bahwa ia juga kesulitan dalam merespon informasi dengan cepat sehingga membuat subjek merasa bingung, sehingga Subjek Y harus memahami informasi tersebut secara perlahan, harus selalu siap dan *stand-by* pada media sosial.

Subjek Y mengatakan bahwa penggunaan media sosial yang meningkat ini menyebabkan subjek Y merasa jenuh karena harus terus menerus menggunakan media sosial sehingga ia ingin menjauh dari media sosial. Selain itu, subjek Y juga mengalami masalah fisik yaitu mata Lelah, mudah mengantuk, dan pegal-pegal yang dialami akibat dari harus duduk menghadap laptop. Hal-hal tersebut juga menyebabkan subjek Y tidak dapat menerima materi secara maksimal.

Menurut Subjek Y, media sosial memiliki dampak yang banyak selama pandemi ini. Manfaat yang ia terima adalah dapat membantu perkuliahan dan mengurangi mobilitas di luar rumah. Namun, subjek Y merasakan keharusan menggunakan media sosial secara terus menerus ini menyebabkan subjek Y



merasa malas untuk berinteraksi dan penurunan dalam keinginan untuk mengerjakan tugas.

**c) Analisis Kasus Subjek Y**

Subjek Y mengalami *social media fatigue* yang disebabkan oleh adanya berbagai faktor. Faktor tersebut antara lain neurotisme, Kelebihan Informasi, *Invasion of Life*, dan kecemasan.

Menurut Xiao dan Mou (2019), *social media fatigue* pada individu terjadi karena adanya neurotisme pada individu. Neurotisme ini terjadi akibat individu mengalami kewalahan oleh masalah mengenai pekerjaan yang diterima individu melalui media sosial. Subjek Y seringkali merasakan bahwa adanya keharusan untuk menggunakan media sosial di berbagai kegiatan dalam jangka waktu yang lama membuat individu merasa bosan dan jenuh. Akibatnya, Subjek Y malas untuk berlama-lama menggunakan media sosial. Selain itu, subjek mengatakan bahwa selain melaksanakan dan mendapatkan informasi seputar perkuliahan, media sosial juga digunakan subjek Y untuk mendapatkan informasi-informasi seputar tugas perkuliahan, covid, serta informasi lainnya. Informasi mengenai perkuliahan yang subjek Y terima melalui media sosial seringkali mendadak sehingga menimbulkan perasaan panik, takut, dan khawatir akan hal tersebut. Hal ini sesuai dengan Carver dan Connor-Smith (2010) bahwa neurotisme ditandai dengan adanya perasaan khawatir.

Subjek Y menjelaskan bahwa saat ia harus terus-menerus berhadapan dengan media sosial, subjek merasa bosan dan jenuh sehingga ia merasa bahwa hal tersebut membuat subjek Y merasa khawatir dan sulit untuk memahami informasi atau berita apa saja yang ia dapatkan melalui media sosial tersebut dan

hal ini sejalan dengan teori neurotisme bahwa Individu yang neurotik akan menginterpretasikan keadaan sulit sebagai stressor ancaman karena individu mudah untuk gelisah dan paranoid (Lauriola & Levin, 2001).

*Invasion of life* juga menjadi faktor subjek Y untuk mengalami *social media fatigue*. Subjek Y mengatakan bahwa kebebasannya dalam media sosial tidak begitu terganggu, namun subjek Y menjelaskan bahwa ia sangat malas jika harus menghabiskan waktu berlama-lama di media sosial, karena subjek Y mengatakan bahwa ia memiliki kehidupan *real life* yang harus lebih diutamakan. Jadi subjek Y merasa jika harus selalu *stand by* di media sosial terutama WhatsApp untuk berhubungan dengan temannya, ia merasa malas dan agak terganggu. Hal ini disebabkan karena subjek D memiliki kewajiban yaitu harus selalu *stand-by* di media sosial dan mengerjakan tugas *online* secara kelompok sehingga kehidupannya terganggu (Yao & Cao, 2017).

Faktor berikutnya yang menyebabkan Subjek Y mengalami *social media fatigue* adalah kelebihan informasi. Kelebihan informasi pada individu yang diterima melalui media sosial dapat menyebabkan individu kesulitan untuk memproses informasi sehingga hal ini dapat menyebabkan timbulnya *social media fatigue* pada individu (Bright dkk., 2015). Subjek Y mengatakan bahwa banyaknya informasi yang ia terima melalui media sosial menyebabkan ia merasa terganggu dan sulit untuk mencerna informasi tersebut, hal itu menimbulkan perasaan malas untuk mengetahui informasi yang ada pada media sosial.

Banyaknya informasi yang subjek Y terima melalui media sosial menyebabkan subjek Y menjadi tidak fokus karena subjek merasa kesulitan dalam memproses suatu informasi melalui sosial media, hal ini sejalan dengan Becker

dkk., (2013) dan Hill dan Moran, (2011) bahwa adanya faktor kelebihan informasi menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam memproses informasi, sehingga membuat individu tidak mampu untuk fokus pada suatu informasi.

Selain itu, subjek Y mengaku bahwa banyaknya pengumuman, informasi, dll yang ia dapatkan melalui media sosial, khususnya informasi mengenai *deadline* tugas membuat individu mengalami panik dan khawatir, serta merasa tidak santai dan merasa kurang persiapan. Hal ini menyebabkan subjek Y mengalami *social media fatigue* karena adanya faktor kecemasan, dan sesuai dengan Dhir dkk., (2018) yaitu *social media fatigue* yang ditimbulkan karena adanya penggunaan media sosial yang berlebih.

Adanya ketiga faktor yang menyebabkan subjek Y mengalami *social media fatigue* tersebut menimbulkan berbagai dampak pada subjek Y. Dampak *social media fatigue* pada subjek Y, antara lain:

a. Kognitif

Dampak kognitif yang ditimbulkan dari *social media fatigue* pada subjek Y ditandai dengan adanya rasa bosan dan kesulitan dalam memahami informasi yang subjek Y dapatkan dari media sosial. Selain itu subjek Y juga mengatakan bahwa ia sering tidak fokus dalam membaca informasi yang didapatkan subjek Y dari media sosial karena terganggu dengan adanya informasi-informasi baru yang didapatkan ketika sedang membaca informasi yang ia butuhkan.

Ketidak fokusan subjek Y saat sedang mencari informasi yang ia butuhkan menyebabkan Subjek Y lupa akan informasi

yang ingin ia cari di media sosial. Keadaan yang menyebabkan semua harus dilaksanakan melalui media sosial ini menyebabkan subjek Y jenuh akan meningkatnya penggunaan media sosial yang berlebihan untuk melaksanakan hampir segala kegiatan yang biasanya dilakukan secara tatap muka di masa pandemic covid-19 ini.

b. Emosional

Kemudian, *social media fatigue* juga berdampak pada aspek emosional subjek Y. Andanya pengumuman serta informasi terkait dengan perkuliahan yang berisikan *deadline* tugas yang singkat dan seringkali dibagikan secara mendadak dan bersamaan dengan informasi lainnya membuat subjek Y merasa takut dan khawatir saat mengerjakan tugas tersebut.

c. Kepuasan Kerja

*Social media fatigue* juga berdampak pada kepuasan kerja subjek Y. Hal ini ditandai dengan adanya perasaan tidak puas jika harus bekerja kelompok secara *online* dan harus selalu bersiap di depan media sosial, selain itu adanya perbedaan waktu *online* antara subjek Y dan teman sekelompoknya menyebabkan adanya ketidaksinkronan waktu dalam pengerjaan tugas kelompok tersebut, sehingga hal tersebut menimbulkan perasaan tidak puas terhadap hasil kerja akibat subjek Y merasa bahwa tidak dapat mengerjakan tugas secara maksimal.

d. Motivasi Belajar



Subjek Y juga mengalami dampak *social media fatigue* pada motivasi belajarnya. Adanya perasaan jenuh pada media sosial itu mengakibatkan subjek Y merasa bosan jika harus memperhatikan kuliah yang dilaksanakan secara *online* dengan menggunakan google meet atau zoom pada waktu yang lama, sehingga subjek Y merasa tidak maksimal dalam berkuliah dan malas untuk mengulang materi. Selain itu, subjek Y juga merasa malas untuk mengikuti informasi-informasi terbaru yang tersedia di media sosial. Hal ini sejalan dengan dampak *social media fatigue* pada mahasiswa yang diungkapkan oleh Malik dkk. (2021).

e. Penarikan diri dari media sosial

Selain itu, *social media fatigue* juga menyebabkan subjek Y merasa malas dalam menggunakan media sosial. Hal tersebut disebabkan oleh adanya peningkatan penggunaan media sosial di masa pandemi Covid-19. Dhir dkk, (2018) menyatakan bahwa penarikan diri individu dari media sosial merupakan salah satu dampak dari kelelahan akan media sosial.

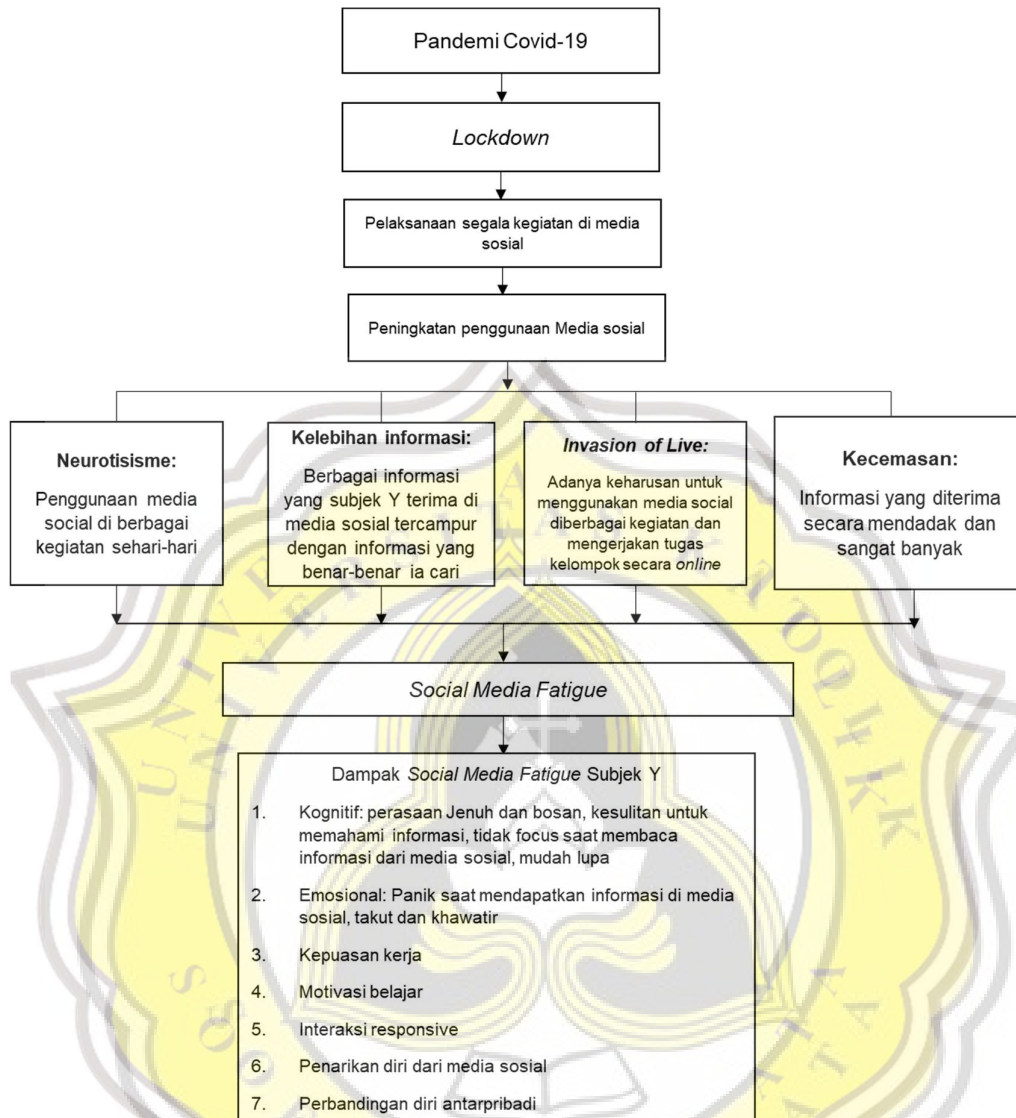
f. Penurunan interaksi responsif

Subjek Y mengatakan bahwa selama menggunakan media sosial di masa pandemi Covid-19 ini membuatnya kesulitan untuk menjalin interaksi dengan sesamanya, sehingga subjek Y sering merasa asing selama menjalani perkuliahan online karena tidak mengenal teman sekelasnya.

Selain itu, subjek Y juga merasa kesulitan untuk menghubungi temannya pada saat adanya kerja kelompok akibat adanya perbedaan waktu *online* antara subjek Y dengan teman sekelompoknya sehingga membuat subjek Y kesulitan untuk menyelesaikan tugas kelompok.

g. Perbandingan antarpribadi

Subjek mengaku bahwa adanya penggunaan media sosial yang meningkat dan sekarang ini media sosial dijadikan sebagai wadah untuk pelaksanaan seluruh kegiatan dan memberikan berbagai *update* termasuk dengan nilai perkuliahan yang dibagikan secara *online* di media sosial WhatsApp, menyebabkan subjek Y membandingkan nilai dengan temannya. Hal ini membuat subjek Y mengalami perasaan takut jika tertinggal dengan teman sekelasnya. Hal ini seringkali terjadi saat setelah subjek Y menjalani ujian akhir semester (UAS) dan subjek merasa ia tidak mendapatkan nilai yang memuaskan sehingga pada saat membandingkan hasil dengan temannya subjek merasa takut.



Bagan 4.2. Kerangka Pikir Dampak *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19 Subjek Y

#### 4.4.3. Subjek D

##### a) Identitas Subjek

Inisial : D

Jenis Kelamin : Laki-laki

Usia : 21 tahun

Semester : 8

##### b) Hasil Wawancara mengenai Dampak Social Media Fatigue pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19

Subjek D merupakan seorang laki-laki yang merupakan mahasiswa semester 8 di universitas N. Kesibukan subjek D pada akhir-akhir ini adalah mengerjakan skripsi. Subjek D mengatakan bahwa semua yang ia lakukan selama pandemi Covid-19 ini dilaksanakan secara *online*, melalui berbagai *platform* media sosial yang ia miliki. Subjek D juga merupakan pengguna media sosial aktif. Waktu yang ia habiskan dalam menggunakan media sosial adalah lebih dari 8 jam per harinya.

Subjek D mengatakan bahwa selama pandemi Covid-19 ini, ia menggunakan media sosial untuk melaksanakan kuliah online, bimbingan skripsi *online*, bermain game, dan juga mencari hiburan. Media sosial yang selalu subjek gunakan selama ini adalah Instagram, TikTok, WhatsApp, Line, dan YouTube. Subjek D menggunakan Instagram untuk melihat story dari teman-temannya, kemudian subjek juga mengaku sering sekali menonton video melalui TikTok dan juga YouTube. Kemudian, subjek D menggunakan WhatsApp untuk menghubungi teman-temannya dan juga melakukan bimbingan skripsi secara *online* dengan

dosennya. Subjek juga menggunakan media sosial untuk mendaoatkan hiburan, salah satunya dengan *game online*.

Subjek D mengatakan bahwa selama awal awal pandemic dan harus menggunakan media sosial di berbagai kegiatan, subjek mengaku bahwa ia tidak merasa kesulitan dalam beradaptasi menggunakan aplikasi penunjang kegiatan *online* seperti Zoom dan Google Meet. Namun, dengan adanya pelaksanaan kegiatan secara *online* selama pandemic, subjek D mengaku bahwa ia mengalami kesulitan untuk fokus, salah satunya, Subjek D mengaku bahwa selama kuliah daring ia selalu menggunakan *double window* untuk membuka sosial media lainnya, sehingga ia sering tidak dapat fokus.

Subjek D menceritakan bahwa hal yang membuatnya terganggu pada saat menjalankan perkuliahan *online* adalah rasa bosan dalam menghadap *Zoom* atau *GoogleMeet* dalam waktu yang lama, sehingga hal itu membuat subjek gagal untuk fokus memperhatikan penjelasan dosen. Hal ini menyebabkan subjek D selalu membuka media sosial lain dan akhirnya subjek D mengaku ia merasa kesulitan untuk fokus pada satu sosial media saja.

Selama pandemi Covid-19 ini, subjek D menceritakan bahwa banyaknya informasi atau berita yang ia terima melalui sosial media yang ia miliki tidak begitu menggonggunya. Namun, ia menjelaskan bahwa kadang-kadang ia merasa terganggu jika berita yang ia temui melalui *WhatsApp* dan *Instagram* susah untuk dicari kebenarannya. Akibatnya subjek D mengaku bahwa ia merasa sangat kesulitan dalam membedakan berita yang asli dan berita yang palsu atau *hoax*. Akibat hal itu, subjek D mengatakan bahwa ia merasa malas untuk memilah-milah lagi berita yang tepat.



Subjek D juga mengatakan bahwa ia merasa malas untuk mencari berita, karena biasanya ia mencari berita dari berbagai *platform* media sosial, namun seringkali tidak menemukan perbedaan yang mencolok, dan hal itu menyebabkan subjek D mengalami kesulitan untuk mencari mana informasi yang asli. Akibatnya, pada masa sekarang ini subjek D yang merasakan bahwa ia kerepotan untuk memilah-milah berita ini hanya mencari informasi dari sumber yang terpercaya saja. Selain itu, adanya hal ini menyebabkan subjek D mengalami rasa lelah karena membutuhkan waktu yang lama untuk melihat media sosial dalam jangka waktu yang lama.

Subjek D mengatakan bahwa informasi yang membuatnya malas dan kerepotan untuk mencari kebenarannya adalah informasi mengenai Covid-19 dan juga informasi mengenai negara. Hal itu menyebabkan subjek D malas untuk meng-*update* berita dan hanya mengambil inti dari beritanya saja. Akibat hal itu, subjek D mengaku bahwa ia merasa terbebani.

Subjek D menceritakan bahwa ia merasa terbebani menggunakan media sosial jika harus menggunakannya setiap saat dan dimana saja. Subjek D mengaku bahwa selama pandemi Covid-19 ini ia masih sering melaksanakan aktivitas di luar rumah untuk menemui teman-temannya, namun hal itu juga tidak mengurangi penggunaan media sosial. Ia harus selalu *update* Instagram karena teman-temannya juga mengunggah konten berupa Instagram *story* saat sedang Bersama-sama hal itu membuat subjek D merasa jengah dan terganggu sekali.

Selain itu, subjek D juga merupakan anggota suatu organisasi di kampusnya, sehingga sangat mengharuskan subjek D untuk selalu *stand-by* di sosial media untuk mengetahui informasi terkait dengan organisasinya. Subjek D merasa sosial media sama sekali tidak membantu kinerja organisasi, dan ia mengatakan

bahwa akan lebih mudah jika melakukannya secara tatap muka. Media sosial merupakan suatu hal yang dapat memudahkan komunikasi jarak jauh, namun dengan adanya pandemic seperti ini yang menyebabkan fokus mahasiswa terbagi-bagi pu menyebabkan fungsi tersebut hilang.

Subjek D mengatakan bahwa segala kegiatan atau *event* yang diadakan oleh organisasi yang awalnya secara *offline* harus diubah menjadi *online* hal ini menyebabkan subjek D dan anggota organisasi merasa *chaos* dan kesulitan untuk menyesuaikan dengan keadaan saat ini. Subjek D juga mengaku bahwa ia sangat kesulitan juga untuk menghubungi anggota-anggota organisasi karena waktu yang berbeda dan banyak sekali anggota yang tidak on dan menjadi *silent reader* di grup organisasi. Hal itu menyebabkan subjek D merasa jengkel dan jenuh untuk harus terus menggunakan media sosial.

Adanya hal-hal tersebut menyebabkan subjek D merasa lelah untuk menggunakan media sosial di masa pandemic Covid-19 ini. Dampaknya, subjek D mengaku bahwa ia merasa malas untuk membuka media sosial, karena biasanya subjek menjadi lupa waktu dan hal tersebut menimbulkan perasaan bersalah pada diri sendiri. Hal tersebut dirasakan karena adanya keinginan untuk membuka *platform* lain atau informasi yang tidak berkaitan dengan tugas pada saat mencari materi di internet dan media sosial, subjek kehilangan fokus akibat tertarik dengan hal yang lain, sehingga subjek menunda untuk mengerjakan tugas kuliahnya, hal itu juga didorong dengan adanya *deadline* pengumpulan tugas yang lama sehingga subjek D memilih untuk mengesampingkan tugasnya.

Kemudian, subjek D mengaku selama adanya perkuliahan online dan adanya *deadline* tugas yang lama sehingga menyebabkannya harus selalu

membuka media sosial ini menyebabkan subjek mengalami penurunan pada produktivitasnya.

Selain itu, subjek D juga mengatakan bahwa adanya berita-berita mengenai Covid-19 yang awalnya sempat reda dan diperbolehkan untuk melaksanakan mobilitas secara tatap muka, namun sekarang meningkat terus, sehingga diadakan pembatasan ulang di beberapa wilayah dan jumlah positif yang meningkat ini menyebabkan subjek merasa takut dan khawatir akan masa depannya. Subjek mengaku bahwa ia takut jika terus-menerus terjadi seperti ini ia akan kesulitan untuk mendapatkan pekerjaan. Selain itu, subjek juga merasa lelah akan adanya informasi yang didapatkan mengenai perkuliahan yang diterima melalui media sosial membuatnya merasa capek dan memiliki beban pikiran, sehingga subjek jenuh dan malas untuk membuka media sosial.

Subjek D juga mengatakan bahwa ia merasa kewalahan dalam mengerjakan tugas secara *online* karena adanya masalah pada fokus subjek selama perkuliahan *online* yang menurun, akibatnya subjek merasa kewalahan karena tugas *online*, lelah dan tidak fokus mengerjakan tugas, sehingga subjek merasa tidak maksimal dalam pengerjaan tugas. Akibat dari hal itu, subjek mengaku bahwa IP subjek D selama kuliah *online* menurun.

### c) Analisis Kasus Subjek D

Subjek D mengalami *social media fatigue* yang disebabkan oleh adanya beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain: neurotisisme, Kelebihan Informasi, *Invasion of Life*, dan Kecemasan.

Faktor eurotisisme merupakan suatu ancaman kepribadian pada individu yang mengakibatkan seseorang mengalami penurunan kestabilan emosi

(Sosnowska dkk., 2019) Pada saat pandemi Covid-19 yang mengharuskan untuk menjalani aktivitas secara *online* menyebabkan Subjek D kurang mampu untuk mengendalikan penggunaan media sosial, akibatnya ia menghabiskan banyak waktu pada media sosial sehingga memunculkan perasaan bersalah akibat turunnya produktivitas. Selain itu, penggunaan media sosial yang berlebih di masa pandemic Covid-19 ini menyebabkan subjek D harus bisa untuk dijangkau oleh orang lain sehingga menimbulkan kewalahan akan penggunaan media sosial. Hal merupakan adanya *presenteeism* yaitu pengguna media sosial memungkinkan untuk dijangkau (Ayyagari dkk., 2011). Faktor Kelebihan informasi yang menjadi faktor pendorong subjek D mengalami *social media fatigue* terjadi akibat adanya informasi-informasi yang ia terima dari media sosial mengenai covid-19, informasi mengenai negara, dan juga perkuliahannya yang banyak itu menyebabkan subjek D mengalami kesulitan. Kesulitan yang dialami oleh subjek D adalah, adanya kesulitan dalam membedakan kebenaran pada suatu berita yang ia dapatkan melalui media sosial. Hal ini menyebabkan subjek D merasa malas untuk mencari dan memilah-milah informasi yang ia dapatkan. Selain itu, adanya informasi mengenai perkuliahan juga menyebabkan subjek D merasa memiliki beban pikiran. Kelebihan informasi yang didapat melalui media sosial pada individu dapat menimbulkan perasaan sulit untuk mencerna informasi sehingga hal tersebut dapat menyebabkan *social media fatigue* (Bright dkk., 2015).

Faktor berikutnya yang menyebabkan subjek D mengalami *social media fatigue* adalah, *Invasion of Life*. *Invasion of life* merupakan sebuah pemikiran oleh individu yang disebabkan oleh adanya perasaan bahwa kebebasan pribadi individu telah dikuasai oleh media sosial, karena terlalu banyaknya pekerjaan dan tugas yang diterima individu melalui internet (Gaudioso dkk., 2017). Subjek D



merasa harus selalu menggunakan media sosial, bahkan saat ia bertemu dengan temannya secara tatap muka karena harus mengunggah *story* di Instagram. Selain itu, subjek D mengikuti suatu organisasi yang mengharuskan mengadakan *event* yang biasanya diselenggarakan secara *offline* menjadi kegiatan yang bisa dilakukan secara *online* hal ini membuat subjek D harus terus berhadapan dengan media sosial. Akibatnya, subjek D harus selalu mudah dijangkau dan dapat menerima informasi. Bright, dkk. (2015) mengartikan *Invasion of Life* sebagai perasaan seseorang mudah untuk diakses atau menerima informasi dari banyak orang.

Kecemasan menjadi faktor berikutnya yang menyebabkan subjek D mengalami kelelahan akan media sosial. Akibat dari banyaknya informasi mengenai Covid-19 serta informasi lainnya yang diterima oleh subjek D, menimbulkan perasaan khawatir dan cemas bila nanti Ketika saat lulus ia susah mendapatkan pekerjaan. Dhir, dkk. (2018) menjelaskan bahwa munculnya kecemasan yang disebabkan oleh adanya *social media fatigue* yang ditimbulkan karena adanya penggunaan media sosial yang berlebih. Selain itu, Yang dkk, (2020) mengatakan bahwa kecemasan menjadi respon akibat dari kegiatan serta fungsi individu sehari-hari yang terganggu akibat adanya pandemic Covid-19 sehingga dapat mempengaruhi munculnya *social media fatigue*.

Adanya faktor-faktor tersebut menyebabkan timbulnya *social media fatigue* pada subjek D. Hal tersebut menimbulkan berbagai dampak pada subjek D. Dampak *social media fatigue* pada subjek D, antara lain:

- a. Kognitif

Timbulnya rasa jenuh dan bosan jika harus berlama-lama menggunakan media sosial menjadi tanda bahwa *social media fatigue* memberikan dampak pada kognitif subjek D. Kemudian, subjek D juga mengalami adanya kesulitan untuk fokus bila menjalani perkuliahan *online* dan mengerjakan tugas melalui media sosial. Selain itu, subjek D juga mengalami kesulitan dalam mencerna suatu informasi yang didapatkan secara *online* hal ini disebabkan oleh banyaknya informasi yang sulit untuk ditemukan kebenarannya. Subjek D juga mengalami banyak beban pikiran karena harus mengerjakan tugas organisasi secara *online* melalui media sosial.

b. Emosional

Subjek D merasa kesal atau jengkel bila harus menggunakan media sosial dimanapun ia berada. Hal itu juga menimbulkan perasaan tidak bebas dalam menggunakan media sosial pada subjek D. Perasaan kesal juga dialami oleh subjek D karena susah menghubungi teman satu organisasinya akibat waktu *online* yang berbeda.

Selanjutnya, *social media fatigue* juga menimbulkan dampak emosional berupa perasaan bersalah pada subjek D. hal ini disebabkan oleh adanya banyak waktu yang tebuang akibat ketidakfokusan yang dialami subjek D dalam menggunakan media sosial sehingga subjek D sering mengesampingkan tugas tugasnya.

Subjek D mengatakan bahwa banyaknya berita mengenai covid-19 yang tidak kunjung berhenti menimbulkan adanya perasaan takut dan khawatir bila ia tidak akan mudah mendapatkan pekerjaan setelah menyelesaikan perkuliahan.

c. Kepuasan Kerja

Akibat dari adanya tugas-tugas yang harus dikerjakan secara *online* ini menyebabkan subjek D mengalami penurunan pada fokus akibat dari distraksi pada subjek D untuk membuka media sosial, sehingga ia mengesampingkan tugasnya. Hal ini disebabkan adanya banyak tugas yang harus diselesaikan karena waktu pengumpulan tugas *online* tinggal sedikit sehingga subjek D merasakan bahwa ia tidak dapat mengerjakan tugas secara maksimal.

Selain itu, adanya keharusan untuk melaksanakan kegiatan secara *online* ini menyebabkan *event* organisasi juga dilaksanakan secara *online*, sehingga subjek D merasa tidak puas dengan hasil kerja organisasinya.

d. Motivasi belajar

Banyaknya informasi yang diterima oleh subjek di media sosial, sehingga menyebabkan subjek mengalami kesulitan untuk menentukan berita asli dan berita palsu menyebabkan subjek D mengalami kelelahan akan media sosial yang menyebabkan turunnya motivasi subjek D untuk mencari informasi dan mencerna informasi yang sesuai dengan kebutuhannya.

e. Penarikan diri dari media sosial

Subjek D menggunakan media sosial secara terus menerus yang mengakibatkan subjek D merasa jenuh dan bosan jika harus berhadapan dengan media sosial, sehingga subjek D enggan untuk berlama-lama menggunakan media sosial.

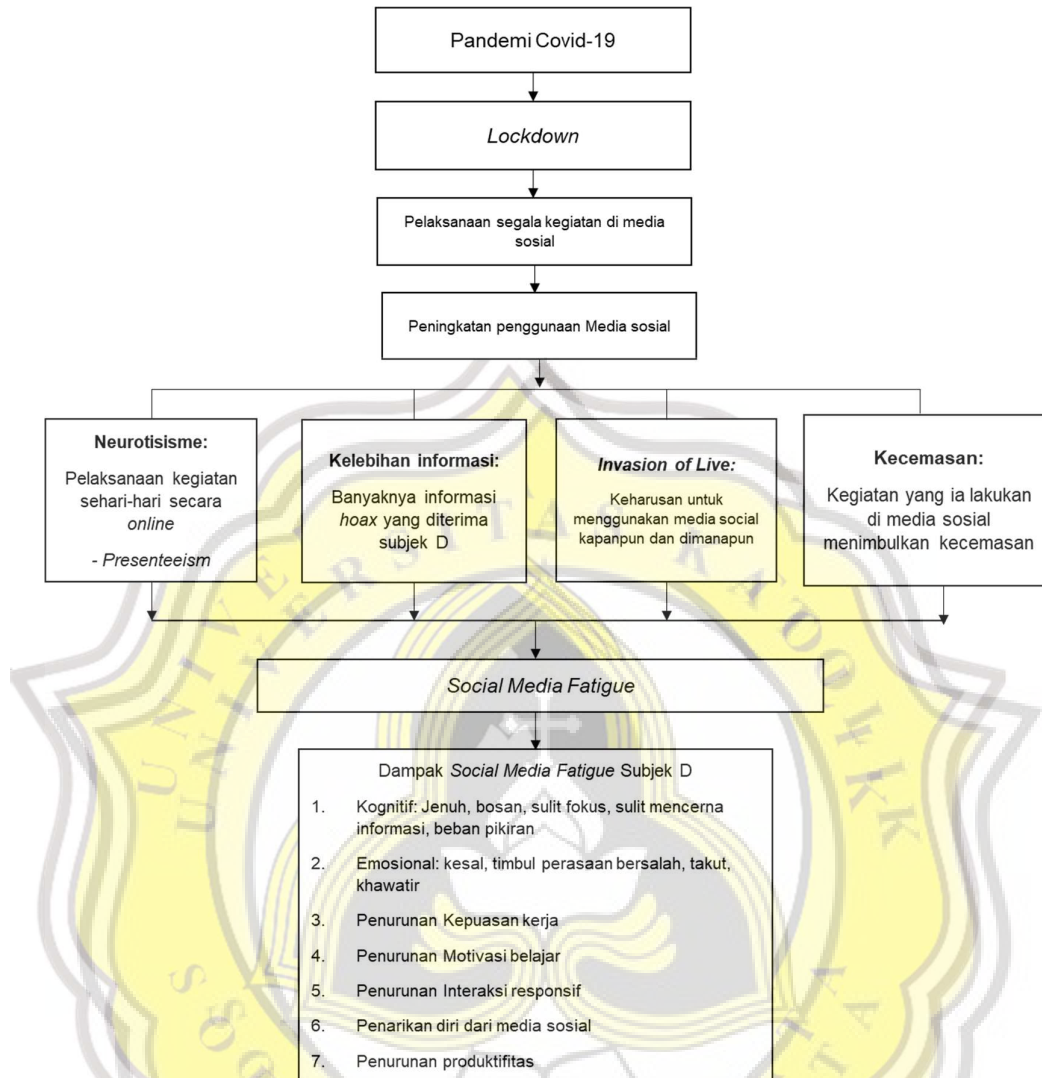
f. Penurunan interaksi responsif

Adanya pengurangan mobilitas yang berlangsung tatap muka mengharuskan individu melaksanakan kegiatan secara *online*. Hal ini mengakibatkan subjek D merasa kesulitan untuk menghubungi teman satu organisasinya sehingga subjek D mengaku kesal bila harus mengejar rekan kerjanya di organisasi.

g. Penurunan Produktivitas

Pada saat kuliah online, subjek D mendapatkan keringanan dalam deadline pengumpulan tugas sehingga subjek D lebih mementingkan untuk menghabiskan waktu di media sosial dengan cara menonton konten-konten serta mencari informasi mengenai tugas, namun subjek D ter-*distract* dengan konten-konten yang tidak sesuai dengan kebutuhannya sehingga subjek mengesampingkan tugasnya dan hal tersebut membuat produktivitas subjek D menurun. Akibatnya, subjek D mengalami adanya penurunan dalam performa kuliah, sehingga, subjek D mengalami penurunan pada IP nya yang tidak dapat setinggi IP nya pada saat kuliah secara *offline*.





Bagan 4.3. Kerangka Pikir Dampak *Social Media Fatigue* pada Mahasiswa di masa Pandemi Covid-19 Subjek D