

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini pengguna internet berkembang pesat khususnya di Indonesia. memberikan dampak yang besar terhadap kemajuan masyarakat khususnya pengguna teknologi informasi dan komunikasi. Kita dapat melihat bahwa masyarakat terlebih remaja pada saat ini semakin memanjakan kenyamanan digital melalui media sosial yang dimilikinya, seperti *Google, WhatsApp, Line, Instagram, Twitter, dan YouTube*. Kehadiran media sosial ini memungkinkan pengguna memperoleh dan memproses informasi dengan cepat dan mudah. Seluruh masyarakat, mulai dari lanjut usia, dewasa, remaja hingga anak kecil wajib memiliki barang-barang digital.

Berdasarkan pada hasil penelitian (BPS: Jumlah Penduduk Indonesia Sebanyak 275, 2022) Dibandingkan dengan negara-negara Asia lainnya, remaja Indonesia mayoritas menggunakan internet. Hal ini berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa persentase internet pada usia 13–18 tahun meningkat menjadi 99,16% pada tahun 2021–2022. Kedua kelompok tersebut diwakili oleh kelompok demografi masyarakat berusia 19 hingga 34 tahun, dengan tingkat persentase internet sekitar 98,64%. Persentase pengguna internet usia 35-54 tahun yang menyewa rumah sekitar 87,30%. Persentase penetrasi internet pada kelompok usia 5–12 tahun sebesar 62,43 persen. Sebaliknya, persentase responden berusia 55 tahun ke atas hanya sebesar 51,73%. Dilihat dari tingkat keuntungannya, mayoritas orang yang menggunakan internet adalah mereka yang berpenghasilan antara Rp5 juta hingga Rp15 juta. Tingkat penetrasinya sekitar 96,73%. Tingkat penetrasi internet pada kelompok pembayar sekitar 88,53%. Selanjutnya, persentase responden yang berpenghasilan antara Rp1 juta hingga Rp5 juta adalah 88,07%. Sebaliknya, jumlah uang yang paling sedikit dihabiskan untuk internet adalah sekitar Rp1 juta. Tingkat penetrasinya hanya berkisar

67,46%. Berdasarkan laporan, Jawa memiliki tingkat penetrasi internet tertinggi di antara kedua negara tersebut, dengan tingkat 78,39%.

Berdasarkan laporan “Digital 2021” Menurut *HootSuite dan We Are Social*, di Indonesia pengguna internet mencapai 202,6 juta pada awal tahun 2021, meningkat 15,5% dibandingkan periode yang sama tahun sebelumnya. Selain itu, krisis atau pandemi yang melanda Indonesia sejak awal tahun 2020 telah meningkatkan penggunaan internet dan mempercepat adopsi teknologi digital dalam aktivitas sehari-hari. Aktivitas seperti belajar di rumah, bekerja dari rumah, berbelanja, dan mengikuti ujian. Pelayanan kesehatan disampaikan menggunakan aplikasi digital. Aplikasi layanan kesehatan digital telah menjadi bagian penting dalam memudahkan akses masyarakat terhadap layanan kesehatan melalui media sosial.

Menurut hasil penelitian (YONATAN, 2023) Di Indonesia, penggunaan media sosial mengalami peningkatan. Pada tahun 2023, akan ada 167 juta pengguna media sosial di seluruh dunia, dengan 78,5% pengguna internet diperkirakan menggunakan setidaknya satu akun media sosial. Di kota bekasi terdapat kurang lebih 1.674.400 pengguna media sosial. Media sosial yang sangat populer adalah instagram dengan estimasi pengguna sebesar 86,5% pada usia 16-64 tahun (Sukhowati & Wasisto, 2023). Menurut survei, 98% anak-anak, remaja dan dewasa yang disurvei memahami tentang internet, dan 79,5% di antaranya yaitu pada pengguna internet. Penggunaan media sosial oleh remaja di Kota Bekasi memberikan dampak besar terhadap akses informasi, hiburan, pertemanan, dan bisnis. Namun, ada juga risiko yang terkait dengan penggunaan media sosial, termasuk praktik seksual yang tidak aman, penggunaan obat-obatan terlarang, gangguan kesehatan mental, dan kecanduan media sosial.

Berdasarkan hasil penelitian (Susilawati et al., 2023) Remaja dianggap sebagai kelompok umur yang berisiko tinggi mengalami kecanduan karena mereka berada pada tahap dimana mereka memiliki keinginan yang kuat terhadap ilmu pengetahuan. Pengguna yang

kecanduan media sosial mengalami kesulitan dalam mengakses media sosial, tidak dapat mentolerir penggunaan media sosial untuk waktu yang lama, atau terisolasi dari lingkungan sosialnya. Platform media sosial yang paling banyak digunakan adalah *Instagram* (46,1%) dan *Tiktok* (37,6%).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Iskandar & Isnaeni, 2019) sebanyak (84%) remaja mengakses internet dari rumah, (9%) mengakses dari sekolah, dan (7%) mengakses dari warung internet. Untuk media sosial yang sering digunakan (37%) menggunakan *Instagram*, (32%) menggunakan *Facebook*, (15%) menggunakan *WhatsApp*, (6%) menggunakan *Twitter*, (6%) menggunakan *Line*, dan sisanya (4%) menggunakan media sosial lain. Masa remaja bertepatan dengan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan remaja, yang biasanya dimulai pada rentang usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada rentang usia 18 hingga 22 tahun Menurut Santrock (2007) (Indonesia, 2007)

(Iskandar & Isnaeni, (2019) juga menjelaskan bahwa *Instagram* dan *Facebook* menjadi dua platform media sosial yang paling sering digunakan remaja. Yang ini sesuai dengan pandangan Hu, Manikonda, dan Kambhampati (2014) yang berpendapat bahwa *Instagram* adalah situs jejaring sosial paling populer dan cepat berkembang dibandingkan media sosial lainnya. *Instagram* menjadi sebagai media sosial yang populer karena memungkinkan penggunaanya dengan cepat dan instan mengabadikan dan berbagi momen dalam hidup mereka dengan berbagai foto dan video. Penggunaan internet dan media sosial dapat menimbulkan berbagai masalah bagi remaja, Menurut Berson, Berson, dan Ferron (2002) Remaja lebih cenderung melakukan interaksi sosial yang negatif, terutama ketika menggunakan internet setiap hari atau ketika menggunakan internet secara berlebihan, yang dapat mengarah pada *cyberbullying* (yaitu pengucilan atau perlakuan kasar terhadap remaja oleh remaja lainnya) pelecehan (perlakuan kasar oleh siapapun), dan bentuk kerusakan lainnya yang dapat berupa kekerasan fisik atau psikologis) dan ajakan/ajakan seksual untuk melakukan aktivitas seksual. Juvonen dan Gross (2008) juga menyatakan bahwa dengan meningkatnya penggunaan teknologi

komunikasi, khususnya di kalangan remaja, dunia maya telah menjadi tempat terbukanya tindakan kekerasan. Dampak negatif dari bermain internet yang pada akhirnya berujung pada tindakan kekerasan di dunia maya dikenal dengan istilah *cyberbullying* yang menjadi suatu permasalahan digital *well-being* pada remaja.

Digital *well-being* pada remaja pengguna internet dan media sosial menunjukkan dampak yang beragam. Hal ini berkaitan dengan penelitian (Boer et al., 2020) yang menjelaskan bahwa penggunaan media sosial yang intensif dan bermasalah mungkin berhubungan dengan *well-being* remaja. Oleh karena itu, baru-baru ini muncul digital *well-being* sebagai konsep baru yang merujuk pada bagaimana masyarakat merasakan manfaat dan beban tersebut. Mewakili keseimbangan antara pro dan kontra yang dialami masyarakat terkait konektivitas setiap waktu mengingat dampak besar konektivitas seluler terhadap kehidupan sehari-hari, masyarakat terpaksa mengembangkan “perspektif seluler” terhadap digital *well-being*. Mereka lebih memahami peluang dan tantangan yang dibawa oleh konektivitas seluler terhadap kesejahteraan pribadi dan sosial (M. M. P. Vanden Abeele & Nguyen, 2022)

Berdasarkan pada hasil penelitian (Feerrar, 2022) menjelaskan digital *well-being* adalah kemampuan untuk mencapai kesehatan, keselamatan, dan kebahagiaan dalam berbagai aspek kehidupan digital. Dengan kata lain, sama seperti gagasan yang lebih luas tentang kesejahteraan pribadi yang berbeda-beda berdasarkan ekspektasi individu dan budaya, tidak ada satu cara yang tepat untuk menjadi sehat secara digital. Kesehatan digital juga dapat dianggap mencakup aspek kesehatan fisik, emosional, dan sosial (Beetham, 2016; Gui et al., 2017).

Manfaat kesehatan digital antara lain meningkatkan kesejahteraan psikologis saat menggunakan media digital juga mengurangi lebih sedikit gangguan serta meningkatkan manajemen waktu dengan perangkat digital. Digital *well-being* juga berdampak pada kesehatan mental, sosial, dan emosional seseorang serta membantu menciptakan keseimbangan antara

kehidupan digital dan kehidupan nyata. Penerapan digital *well-being* dapat membantu *freshgraduate* untuk mencapai *work-life balance*. Menurut Clark (2000), Helmle, Botero, dan Seibold (2014) mendefinisikan keseimbangan kehidupan kerja sebagai tingkat tanggung jawab pribadi yang diambil individu ketika mereka merasa perlu di rumah dan tempat kerja dengan jumlah interaksi interpersonal yang paling sedikit konflik. Jika individu dapat menciptakan kondisi yang tepat untuk digital *well-being*, yaitu jika mereka dapat mengarahkan penggunaan media digital menuju kenyamanan dan keamanan, serta untuk memenuhi kepuasan pribadi sesuai kebutuhan dan terhambat oleh konflik kinerja di kantor dan di rumah. Karena ini, jika seseorang berhasil menerapkan digital *well-being*, maka ia akan mampu memiliki *work-life balance* dalam kesehariannya. (Industri et al., 2019)

Berdasarkan pada hasil penelitian (binus university, 2020) Remaja yang menerapkan digital *well-being* mengurangi penggunaan perangkat digital berlebihan, yang dapat menimbulkan stres, mengganggu atau mengurangi kualitas tidur, dan dikaitkan dengan masalah kesehatan mental. Oleh karena itu, remaja yang menerapkan kesejahteraan digital dapat mengalahkan dampak negatif yang mungkin ditimbulkan dari penggunaan teknologi dan mengalahkan kondisi-kondisi yang tidak sehat akibat penggunaan teknologi yang berlebihan.

Berdasarkan pada hasil penelitian (Brisson-Boivin, 2018) juga menjelaskan bahwa digital *well-being* adalah tentang memanfaatkan teknologi digital semaksimal mungkin, mengintegrasikannya ke dalam kehidupan keluarga dengan cara yang bermakna, dan mempromosikan nilai-nilai keluarga individu. Untuk mengurangi risiko dan memanfaatkan peluang teknologi digital, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi digital *well being* seperti orang tua, perangkat digital, internet, aktivitas digital, literasi digital dan teknologi digital dan harus memilih antara strategi mediasi yang membatasi dan efektif, bergantung pada anak, situasi, gaya pengasuhan, dan nilai-nilai keluarga.

Literasi digital menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap digital *well-being*. Digital *well-being* mengacu pada dampak teknologi dalam kaitannya dengan kesehatan mental, fisik, dan emosional seseorang. Literasi digital, di sisi lain, mencakup keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk memanfaatkan platform dan alat digital secara efektif. Penelitian (Lindsay ouellette, 2023) menunjukkan bahwa orang-orang dengan tingkat literasi digital yang lebih tinggi akan lebih mampu mengelola digital *well-being* mereka.

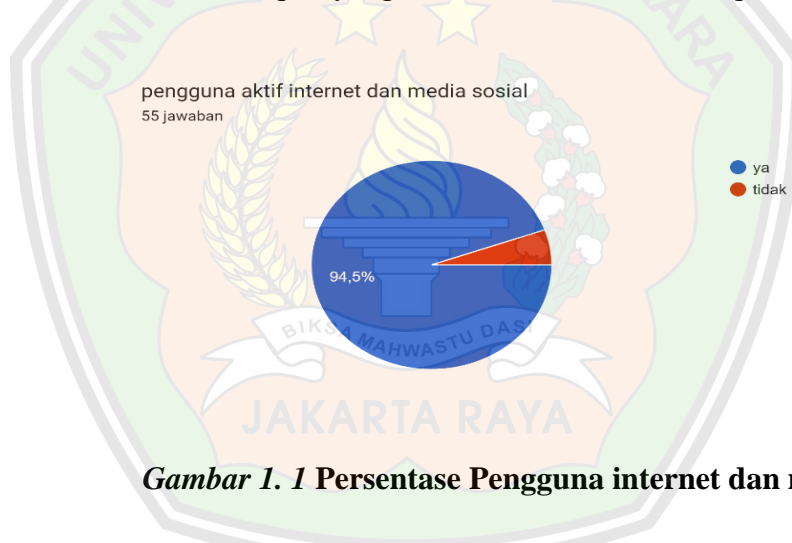
Literasi digital merupakan upaya untuk memberikan pemahaman yang memungkinkan pengguna internet memahami informasi online dan mengantisipasi perilaku buruk seperti ujaran kebencian, perilaku rasis, penipuan, dan perundungan online. Program ini dibagi menjadi empat pilar: Digital Budaya, Digital Keterampilan, Digital Keamanan, and Digital Etika (Paramitha et al., 2023). Literasi digital ini memungkinkan masyarakat dapat mengakses informasi secara efektif dan efisien, mengevaluasinya secara kritis, dan menggunakannya dengan lebih bermakna (Sujana & Rachmatin, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian (Rosalina et al., 2021) diketahui ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi literasi digital diantaranya yaitu: 1) Kualitas lingkungan, meliputi lingkungan masyarakat dan sekolah; 2) Kondisi sosial dan ekonomi, yang mencakup situasi keuangan pribadi dan kritik media; dan 3) Intensitas penggunaan media, meliputi penggunaan media digital dalam aktivitas sehari-hari dan tugas akademik. Literasi digital muncul dari adanya kebutuhan untuk menguasai teknologi digital dan memahami bagaimana menggunakan informasi dari sumber digital secara bijaksana, hati-hati, dan bertanggung jawab (Erwin Gunawan, 2023).

Alasan mengapa remaja sangat nyaman menggunakan internet dan media sosial yaitu guna mencari informasi dengan mudah, terhubung dengan teman, dan hiburan. Akan tetapi, penting juga untuk mengetahui paham akan literasi digital karena menurut Kementerian Komunikasi dan

Informatika, sekitar 98% anak dan remaja di Indonesia menggunakan internet, sehingga pemahaman literasi digital menjadi krusial untuk mendukung penggunaan internet yang aman dan bertanggung jawab (Ferdinandus Setu, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 6 Oktober 2023 terhadap pengguna media sosial dan internet, mayoritas menyatakan menggunakan platform tersebut untuk mencari informasi, mengunggah atau memposting kegiatan sehari-hari, hal ini dilakukan sebagai bentuk kebiasaan mereka dan juga faktor lingkungan, seperti yang diutarakan oleh salah satu subjek yang berinisial "I" menggunakan internet dan media sosial juga selain untuk mencari informasi karena beberapa faktor, penggunaan media sosial juga dapat memudahkan komunikasi antar individu dan kelompok yang sulit dilakukan secara tatap muka.



Gambar 1. 1 Persentase Pengguna internet dan media sosial

Sebagai penguat peneliti juga melakukan survei melalui Google Form yang dilakukan pada 05 Oktober 2023 sampai 08 Oktober 2023. Hal ini menyatakan bahwa dari 55 orang responden, didapatkan 94,5% aktif dalam penggunaan internet dan media sosial. Alasan utama pengguna internet dan media sosial adalah sebagai alat untuk mencari informasi dan tetap berhubungan dengan kenalan lama dan baru, bersenang-senang serta menghabiskan waktu luang dan mengecek berita terkini. Pengguna internet dan media sosial yang aktif memiliki ciri-ciri antara lain kecemasan atau depresi, mengurung diri dan merasa kesepian,

dan ada kecemasan sosial. Semakin banyak penggunaan media sosial di masa sekarang, semakin meningkat pula persebaran berita bohong yang terjadi pada media sosial.

Literasi digital terutama berfokus pada keterampilan dan pengetahuan digital yang diperoleh melalui penggunaan komputer. Terlepas dari kenyataan bahwa media sosial dan internet telah menjadikan literasi digital lebih lazim di perangkat seluler. Literasi digital dapat membantu kita menjadi lebih kritis, kreatif, dan inovatif dalam berpikir terhadap permasalahan yang muncul. Maka literasi digital menjadi salah satu cara untuk mengurangi penyebaran misinformasi, literasi digital bertindak sebagai filter pelindung atau informasi dalam penggunaan media sosial.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa peningkatan literasi digital dapat melindungi remaja dari berbagai risiko sekaligus memberikan manfaat positif dan mengarah pada kesejahteraan. Banyak peneliti, pendidik, dan pembuat kebijakan optimis bahwa intervensi literasi digital dapat membantu remaja memperkuat ketahanan mereka terhadap pengaruh negatif online dan menjaga kesehatan online mereka. Remaja yang memiliki pemahaman dan ketekunan diperlukan untuk menggunakan teknologi digital dengan aman dan efektif akan lebih mampu menghadapi pengalaman risiko online, sehingga mengurangi konsekuensi negatif yang terkait dengan pengalaman risiko tersebut (Joyce Vissenberg & Livingstone, 2022)

Berdasarkan fenomena dan hasil survey *g-form* yang telah dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan Antara Literasi Digital Dengan Digital *Well-being* Pada Pengguna Internet Dan Media Sosial di Kota Bekasi”

1.2 Rumusan Masalah

Untuk menguatkan penelitian ini, peneliti memaparkan beberapa perbedaan yang ada pada penelitian sebelumnya dengan topik dan fenomena yang serupa.

Berdasarkan pada hasil penelitian terdahulu (M. Vanden Abeele, 2020) yang berjudul "*Digital Wellbeing as a Dynamic Construct digital wellbeing as a dynamic construct I running head : digital well being as a dynamic Construct Mariek M . P . Vanden Abeele Departments of Cognition & Communication and*" seiring berkembangnya zaman, konsep digital *well-being* ini semakin berkembang dan melahirkan konsep-konsep baru lainnya. Salah satunya yakni terkait dengan digital *well-being* yaitu tentang pemahaman sebagai konsep yang menekankan pada pengalaman subjektif akibat dampak positif dan negatif yang dirasakan pengguna teknologi digital terkait penggunaan atau akses layanan digital tertentu.

Hal serupa juga diungkapkan oleh (Almourad et al., 2021) Digital *well-being* dapat terjadi ketika seseorang enggan menggunakan teknologi secara efektif, yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, kebutuhan akan rasa kontrol atas media sosial dan penggunaan pemberitahuan dan independensi dari tekanan teman sebaya, tanpa kehilangan kemampuan untuk terhubung dengan orang lain dan berhubungan dengan mereka secara online. Digital *well-being* merupakan bagian dari salah satu faktor yang mempengaruhi literasi digital, dan aplikasi digital *well-being* juga mempengaruhi pada pengguna digital yang dapat berhubungan dengan determinasi diri untuk berperilaku dan niat yang timbul dari individu.

Berdasarkan pada penelitian (Büchi, 2021) juga menyatakan bahwa penggunaan media sosial terhadap pengguna digital yang tidak memiliki digital *well-being* akan mengalami stres di atas rata-rata. Seseorang yang tidak memiliki digital *well-being* pada penggunaan digital akan mengabaikan lingkungan sosialnya, penelitian meta-analitik menemukan bahwa penggunaan Internet yang "bermasalah" dan

"kecanduan media sosial" dikaitkan secara negatif dengan kesejahteraan. Untuk media sosial dan remaja, analisis remaja yang berbasis di AS menunjukkan terjadinya simultan positif (misalnya afirmasi, hiburan) dan pengaruh negatif (misalnya isolasi, iri hati). Hal ini tentunya akan lebih memudahkan terjadinya pengguna tidak memiliki kesejahteraan diri dalam menggunakan digital.

Berdasarkan pada hasil penelitian terdahulu (*Health Literacy. The Assessment of the Relevance of Information and Its Connection with One's Own Life Reality Seems to Be Important Factors in Promoting Well-being.*, 2022) menjelaskan bahwa terdapat kumpulan data mencakup 1381 survei yang valid (dari total 1877 survei) diselesaikan oleh siswa berusia antara 18 dan 39 tahun (rata-rata = 21,9, SD = 3,701), mayoritas (69%) adalah laki-laki. Sebagian besar siswa belajar di tingkat Sarjana (83%), sedangkan sisanya adalah mahasiswa Master atau PhD. Tanggapan menunjukkan bahwa 49% siswa menyatakan kesejahteraan rendah, 48% menyatakan tingkat kecemasan masa depan yang tinggi dan 59% mempertimbangkan mereka memiliki status sosial subjektif rendah. Untuk subskala DHL mengevaluasi keandalan informasi, 56% siswa memiliki keterbatasan DHL, sedangkan untuk subskala penentuan relevansi informasi, 64% siswa mempresentasikan DHL terbatas. DHL yang cukup adalah terkait dengan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi saat mengendalikan usia, jenis kelamin, dan program studi.

Teknologi modern tidak bisa lepas dari kebutuhan masyarakat umum. Perkembangan teknologi globalisasi telah memungkinkan kita memperoleh informasi yang mendalam tentang berbagai macam peristiwa dunia. Secara keseluruhan, kemajuan teknologi telah mengubah keberadaan manusia secara signifikan serta segala bentuk kehidupan dan observasi sehari-hari. Kebijakan ini berdampak signifikan terhadap perubahan nilai-nilai masyarakat secara umum. Khususnya pada masyarakat dengan agama dan adat istiadat yang nasionalis seperti budaya Indonesia. Saat ini, di Indonesia, penggunaan teknologi telah memberikan

dampak signifikan terhadap nilai-nilai masyarakat, termasuk masyarakat umum dan pedesaan (Rohman et al., 2024).

Penjelasan dari penelitian terdahulu yang disampaikan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa rumusan masalah yang ada pada penelitian ini adalah menyatakan bahwa “Apakah terdapat hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di kota bekasi?

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharap dapat menambah pengetahuan di bidang psikologi, khususnya di bidang psikologi sosial, dengan mengenali hubungan antara literasi digital dan digital *well-being* serta menjadi panduan dan tolak ukur bagi penelitian selanjutnya yang akan dilakukan peneliti terkait dengan literasi digital dan digital *well-being*. Selain itu, gambaran yang dapat dipahami dari penelitian yang ada saat ini literasi digital dengan digital *well-being* pada pada pengguna internet dan media sosial.

b. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan acuan dan dapat dikembangkan lebih lanjut pada penelitian-penelitian selanjutnya, khususnya terkait hubungan literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan sosial media di Kota Bekasi.

b. Bagi Masyarakat Umum

Peneliti berharap dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman pembaca tentang hubungan literasi digital dan digital *well-being* di kalangan pengguna internet dan pengguna media sosial di Bekasi.