

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Manusia faktanya memiliki naluri untuk memenuhi keharusan akan harga diri, sehingga penting bagi setiap individu untuk mempertahankan serta meningkatkan *self esteem*. Menariknya *self esteem* acapkali dipengaruhi oleh pendapat orang lain yang secara harfiah belum kenal lebih dekat dengan individu tertentu (Harter, 1999). Sehingga pribadi dengan *self esteem* rendah dipandang sebagai kejahatan yang mengakibatkan individu rentan depresi. Menurut Orth, Robins, dan Meier (2009) depresi akan dialami orang dengan harga diri rendah, namun tidak dirasakan oleh pribadi dengan harga diri tinggi.

Penciptaan *self esteem* atau harga diri akan melewati proses yang panjang. Hal ini berhubungan dengan kesadaran diri dan pembentukan citra (Khalek, 2016). Secara umum evaluasi atas *self esteem* seringkali bertumpu pada ranah penampilan, prestasi kerja dan akademik, serta persetujuan sosial (Harter, 1999). Keadaan tersebut menyebabkan bagian penting seperti keterampilan diabaikan dengan harapan dapat mempertahankan harga diri yang pada akhirnya akan mendorong individu pada implikasi perasaan negatif. Kernis (2005) menjelaskan bahwa harga diri mendorong seseorang untuk terobsesi dengan kejadian yang berpengaruh negatif sehingga lebih rentan terhadap depresi dan tidak memiliki konsep diri yang jelas.

Selain kondisi fisik, penampilan, dan prestasi, terdapat faktor lain yang menjadi pengaruh pada *self esteem*, diantaranya adalah keluarga serta lingkungan sosial (Dalila, Putri, & Harkina, 2021). Manusia tidak akan mampu mencukupi kebutuhan hidup tanpa adanya andil dari pihak lain. Hal ini mengakibatkan terjadinya interaksi sosial diantara mereka yang melahirkan hubungan timbal balik. Walgito dalam (Dalila, Putri, & Harkina, 2021) menjelaskan interaksi sosial merupakan jalinan yang dibangun oleh individu tertentu, saling mempengaruhi dengan individu lain sehingga melahirkan hubungan timbal balik.

Tidak hanya dilakukan secara langsung, interaksi sosial saat ini dapat dilakukan di dunia maya. Kehadiran jaringan internet sebagai bentuk perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, memberikan kemudahan manusia untuk saling berinteraksi serta menjalankan kegiatan sehari-hari. Akan tetapi, kemudahan akses internet ini pada kenyataannya menimbulkan kecanduan sehingga melahirkan rasa nyaman yang menyebabkan individu satu dengan individu lain semakin jarang berinteraksi secara langsung (Dewi & Trikusumaadi, 2016).

Sebagai platform yang sangat interaktif, media sosial menempati urutan kedua paling sering diakses oleh penduduk Indonesia dengan rata-rata waktu yang dihabiskan 3 jam 26 menit setiap hari (Hasni, 2020). Kehadiran media sosial bertujuan untuk membangun hubungan sosial dengan individu lain bahkan kelompok tanpa harus saling berhadapan muka. Hal ini dianggap menjadi inovasi baru yang lebih mampu menyebarkan informasi secara cepat dibandingkan dengan media konvensional (Meisyaroh, 2013). Terpaan di media sosial memberikan pengaruh lebih kuat pada psikologis ketika dipadankan dengan media elektronik serupa televisi dan radio, ataupun media massa seperti majalah. Hal tersebut didukung oleh pernyataan bahwa media sosial memiliki kedekatan relasional yang lebih tinggi dibandingkan dengan media konvensional serta dengan sifatnya yang cenderung personal, pengguna akan merasa adanya kedekatan dengan orang lain (Fardouly & Vartanian, 2015);(Ricciardelli & Yager, 2016).

Instagram menjadi platform media sosial yang paling diminati kalangan dewasa muda selama beberapa dekade terakhir (Taqwa, 2018). Hal ini juga didukung dengan pendapat Smith dan Anderson (2018) yang mengatakan bahwa Instagram memiliki jumlah pertumbuhan tercepat dan digunakan oleh lebih kurang 71% orang berusia 18 hingga 24 tahun. Penelitian yang dilakukan (Zhan et al, 2018) di Amerika Serikat menjelaskan bahwa per April 2017, jumlah pengguna Instagram secara global berada di angka 700 juta penduduk. Sedangkan di Indonesia, pada tahun yang sama jumlah pengguna aktif Instagram sebanyak 22 juta orang (Indika & Jovita, 2017). Hasil survei tersebut menggambarkan bahwa

Instagram akan memberikan pengaruh yang besar serta dapat mempengaruhi cara pandang penggunanya mengenai hal tertentu (Straubhaar, LaRose, & Davenport, 2009)

Instagram berfokus untuk memposting foto dan video dengan melampirkan keterangan, lokasi pengambilan gambar serta menandai seseorang sehingga menjadi celah bagi individu menampilkan diri sekaligus memperhatikan orang lain. Penyajian gambar di Instagram mendorong seseorang untuk menampilkan sisi paling positif dari kehidupannya. Penonjolan sisi positif tersebut pada akhirnya melahirkan asumsi bahwa orang di dalam gambar benar-benar hidup dengan demikian dan membuat orang lain sensitif menilai diri sendiri, sehingga memicu perasaan negatif seperti kecemasan berlebihan dan stres (Hwnag, 2019).

Diuraikan Martanatasha & Primadini (2019) Royal Society for Public Health (RSPH) melalui studi di Inggris, media instagram memberikan pengaruh negatif pada kesehatan mental orang-orang berusia 14 hingga 25 tahun. Keadaan tersebut diakibatkan oleh usia remaja lebih rentan dan butuh proses pembentukan harga diri yang terbentuk dari penilaian diri sendiri dengan orang sekitar (Khalek, 2016);(Wati & Sumarmi, 2017). Melalui produksi kontennya media sosial menjadi sarana bagi remaja melangsungkan perbandingan sosial dengan orang lain sehingga menimbulkan dampak yang dapat dirasakan oleh individu tertentu.

Perbandingan sosial dapat dikatakan sebagai dorongan untuk melakukan penilaian diri sehingga berpengaruh pada evaluasi individu mengenai dirinya (Festinger, 1954). Pengguna media sosial secara selektif membangun karakteristik kepribadian yang akan dibandingkan secara sadar dengan diri sendiri ketika adanya penyempurnaan hidup orang lain (Vogel et al, 2014). Perbandingan ini didorong oleh keadaan memaksa sebagian besar manusia untuk memenuhi kebutuhan afiliasi yang dipicu oleh perkembangan media sosial sehingga menyebabkan penggunanya mengevaluasi diri atas kelas sosial, kecantikan, peran sosial, popularitas, kekayaan dan fungsi sosial lainnya (Jan, Soomro, & Ahmad, 2017);(Festinger, 1954). Hasil studi yang dikemukakan oleh Morse & Gergen (1970) mereka menjelaskan bahwa seseorang yang dianggap lebih tinggi dan

dijadikan sebagai acuan dapat membentuk rasa rendah diri sehingga menimbulkan evaluasi negatif terhadap diri sendiri.

Muatan pesan di media sosial memberikan pengaruh terhadap pola pikir, dan bersikap atas segala tindakan manusia dalam kehidupannya (Ardianto, 2009). Media dan pesan dikatakan sebagai dua komponen yang tidak dapat dipisahkan (Kotler, Philip, dan Armstrong, 2006). Komponen yang dimaksud menimbulkan dampak bagi khalayak seperti pengaruh negatif berupa rendahnya *self esteem* atau penurunan harga diri yang disebabkan oleh perbandingan sosial. Studi yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa media sosial menyebabkan turunnya rasa percaya diri dan konsep diri negatif bagi penggunanya (Cretti, 2015).

Pembaharuan konten di berbagai media sosial diperlukan untuk memberikan informasi yang jarang dilirik oleh khalayak ramai. Sehingga konten di media sosial tidak lagi membentuk konsep diri negatif, tetapi juga mampu berpengaruh positif terhadap harga diri individu. Kehadiran konten yang menampilkan sisi positif dari kehidupan seseorang, berpengaruh terhadap kognisi, afeksi, serta konasi masyarakat.

Eksistensi konten inklusif pada platform media sosial khususnya Instagram melahirkan harapan baru bagi individu untuk memiliki rasa percaya diri, nyaman dan bangga atas dirinya, serta konsep diri yang positif. Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, penambahan konten inklusif pada platform Instagram dapat membentuk efek positif bagi khalayak karena informasi dengan desain inklusif dapat memenuhi kebutuhan tanpa memperhatikan perbedaan individu (Cohen et al, 2019; Starkey, 2016). Oleh sebab itu, konten inklusif yang diproduksi dapat memberikan arahan kepada pengguna agar membentuk konsep diri yang positif dan pada akhirnya mampu meningkatkan *self esteem* individu.

Keterlibatan konten inklusif di media sosial memiliki keterkaitan dengan perlindungan psikologis. Di Indonesia, konsep konten inklusif lahir akibat adanya kekhawatiran yang ditimbulkan dari berbagai konten yang beredar di internet dan media sosial (Rahmawan et al., 2019). Penyebarluasan konten inklusif ini dianggap sebagai salah satu upaya untuk melawan konten yang berpotensi menimbulkan efek negatif di media sosial. Ummah dan Kurniawan (2020)

mengatakan bahwa penyebaran berita melalui konten inklusif diperlukan di tengah masyarakat yang sulit membedakan informasi valid, benar, dan terpercaya.

Pada penelitian ini, kata inklusif yang dimaksud tidak merujuk pada masyarakat berkebutuhan khusus dari segi fisik. Melainkan keadaan fisik seseorang yang normal tetapi mengalami gangguan mental seperti kecemasan berlebih, tidak percaya diri, dan stres. Inklusivitas yang dihasilkan Instagram diharapkan mampu membentuk pemberdayaan pada para pengguna didukung dengan konsep konten inklusif yang berupaya menampilkan informasi yang dianggap tidak diperhatikan oleh masyarakat (Megapratiwi, 2021).

Pesan media dengan dasar inklusivitas sangat dibutuhkan untuk mendukung pembentukan *self esteem* yang positif bagi para pengguna instagram sehingga dapat menjadi jembatan bagi sekelompok orang atas muatan media Instagram yang cenderung menampilkan citra diri yang positif. Melalui eksistensi konten inklusif, hal yang diyakini oleh masyarakat dominan seperti standar kelas sosial, kecantikan, peran sosial, popularitas, kekayaan dan fungsi sosial dapat dipatahkan dengan konten yang dapat menyadarkan individu sehingga dapat mencintai diri sendiri (Lewallen & Behm-morawitz, 2016);(Dalila, Putri, & Harkina, 2021).

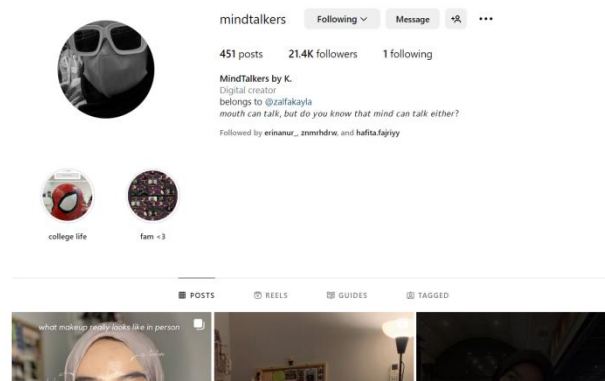
Pengaruh konten inklusif di Instagram terhadap *self esteem* menjadi hal yang menarik untuk dibahas. Konten dengan muatan inklusivitas hadir untuk membentuk konsep diri yang positif akibat perbandingan sosial yang memberikan pengaruh pada rendahnya *self esteem* individu. Hal ini penting karena media sosial khususnya Instagram mencoba menampilkan citra diri yang positif sehingga menimbulkan perbandingan sosial yang berdampak pada rendahnya *self esteem* (Marta Natasha & Primadini, 2019).

Pemilihan akun *@mindtalkers* oleh peneliti didasarkan pada beberapa alasan. Akun *@mindtalkers* menyajikan konten yang berkaitan dengan isu-isu psikologis serta berusaha untuk memberikan informasi terkait kesadaran diri dalam rangka mendukung perlindungan psikologis publik. Konten yang diunggah dalam akun instagram *@mindtalkers* mencoba mengajak pengikutnya untuk menyadari pentingnya mengenal diri sendiri sehingga memiliki kontrol diri yang baik terutama dalam hal pikiran. Peneliti juga melihat bahwa akun *@mindtalkers*

mendapatkan perhatian yang cukup tinggi dari pengguna Instagram. Meskipun baru bergabung di tahun 2021 dan mulai fokus terhadap isu psikologis, akun *@mindtalkers* sudah memiliki jumlah followers yang terbilang cukup banyak. Berikut ini adalah tampilan profil akun Instagram *@mindtalkers*.

**Gambar 1.1**

**Profil Akun Instagram *@mindtalkers***



Sumber: Postingan Akun Instagram *@mindtalkers*

Konten disajikan dengan gambar, perpaduan warna dan tulisan yang dikemas secara apik sehingga menarik mata khalayak saat melihat. Dilihat dari visi dan misinya akun ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengenal serta mencintai diri sendiri dalam kehidupan. Sebagaimana disebutkan sebelumnya, terkait dampak media sosial terhadap *self esteem*, akun Instagram *@mindtalkers* mencoba untuk menghadirkan berbagai informasi dengan harapan bahwa masyarakat mampu mencintai diri sendiri sehingga terbentuk *self esteem* yang baik. Untuk memudahkan pembaca dalam memahami konten, setiap informasi diberikan penjelasan mulai pengertian, penyebab, serta cara sederhana menanggulangi masalah terkait dengan isu kesehatan mental. Berikut adalah contoh postingan pada akun Instagram *@mindtalkers*.

**Gambar 1.2**  
**Postingan @mindtalkers**



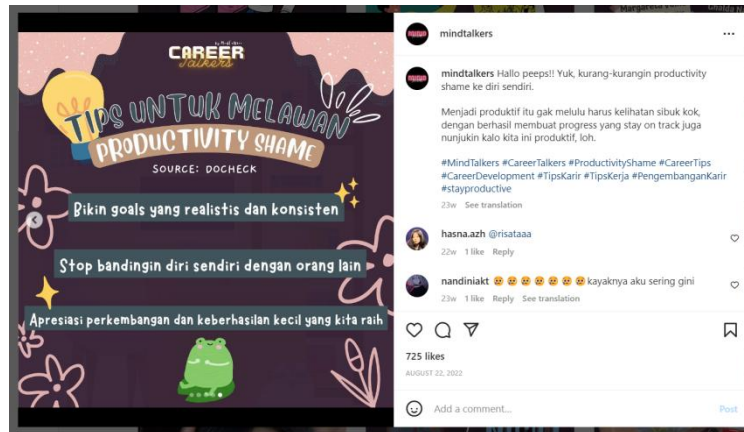
Sumber: Postingan Akun Instagram @mindtalkers

**Gambar 1.3**  
**Postingan @mindtalkers**



Sumber: Postingan Akun Instagram @mindtalkers

**Gambar 1.4**  
**Postingan @mindtalkers**



Sumber: Postingan Akun Instagram @mindtalkers

Kehadiran konten inklusif diharapkan memberikan pengaruh positif kepada khalayak akibat rendahnya harga diri atau *self esteem* akibat paparan konten di media sosial. Teori *stimulus organism response* diaplikasikan sebagai grand teori yang berasumsi bahwa pesan dikemas oleh media kemudian dialokasikan dalam skala besar sehingga diterima secara bersamaan oleh sejumlah individu, merespons pesan media tersebut (Astuti, 2016). Manusia menjadi objek material dari teori ini yang jiwanya memiliki unsur seperti kognisi (pemikiran), afeksi (perasaan), serta perilaku. Ini mengonfirmasi penjelasan sebelumnya bahwa media melalui konten dan pesannya dapat memberikan pengaruh terhadap kognisi, afeksi, serta konasi masyarakat. Sehingga jika dikaitkan teori S-O-R dengan penelitian, stimulus merupakan pesan yang disampaikan pada akun media sosial Instagram @mindtalkers. Organism adalah followers akun Instagram @mindtalkers, serta respons merupakan bentuk perubahan sikap dan perilaku dari followers akun Instagram @mindtalkers.

Pierre Levy menciptakan *new media theory* berisikan penjelasan terkait perkembangan media menjadi *middle range theory* pada penelitian ini. Feroza & Misnawati (2020) menjelaskan bahwa *new media* merupakan media online bersifat interaktif, adaptif yang berbasis teknologi dengan menggunakan internet. Media baru mendistribusikan pesan dengan jangkauan luas sehingga khalayak

Salsabilla Wardah Romanza, 2023

**PENGARUH KONTEN INKLUSIF TERHADAP PEMBENTUKAN SELF ESTEEM FOLLOWERS AKUN INSTAGRAM @MINDTALKERS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



memiliki kesempatan untuk dapat memilih informasi yang meninggalkan dampak tertentu bagi individu. Melalui teori new media peneliti akan mengetahui apakah konten inklusif yang dimuat dalam media baru memberikan pengaruh terhadap publik.

Peneliti melakukan penelitian berjudul “Pengaruh Konten Inklusif terhadap *Self Esteem Followers* Akun Instagram @mindtalkers” sebagai akibat dari penjelasan di atas. Memanfaatkan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode korelasi. Pemilihan metode disesuaikan dengan tujuan penelitian yaitu mengukur dampak dua atau lebih variabel lebih tepatnya variabel independen konten inklusif terhadap *self esteem* selaku variabel dependen.

## 1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah ini adalah sebagai berikut.

1. Apakah keterbukaan pesan pada konten inklusif dapat mempengaruhi *self esteem* pada followers akun Instagram @mindtalkers?
2. Apakah rasionalitas pesan pada konten inklusif dapat mempengaruhi *self esteem* pada followers akun Instagram @mindtalkers?
3. Apakah gaya visual pesan pada konten inklusif dapat mempengaruhi *self esteem* pada followers akun Instagram @mindtalkers?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui keterbukaan pesan pada konten inklusif berpengaruh terhadap *self esteem* pada followers akun Instagram @mindtalkers
2. Untuk mengetahui rasionalisasi pesan pada konten inklusif berpengaruh terhadap *self esteem* pada followers akun Instagram @mindtalkers
3. Untuk mengetahui gaya visual pesan pada konten inklusif berpengaruh terhadap *self esteem* pada followers akun Instagram @mindtalkers

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Disajikan manfaat studi sebagai berikut.

### **1.4.1 Teoritis**

Bisa mewujudkan pengetahuan baru mengenai keilmuan khususnya di bidang komunikasi media dalam komunikasi massa terkait dampak terpaan media. Pada penelitian ini, terpaan media berupa konten inklusif dan pengaruhnya terhadap *self esteem followers* akun Instagram @mindtalkers.

### **1.4.2 Kebijakan**

Dapat menjadi landasan untuk berbagai kepentingan, khususnya dalam permusan strategi pemanfaatan media sosial oleh Kominfo. Hal ini untuk membatasi kehadiran konten yang nantinya berdampak buruk bagi khalayak. Khususnya destruktif konten dengan memamerkan kelebihan secara berlebihan yang dapat menurunkan harga diri individu lain.

### **1.4.3 Praktis**

Dapat menjadi landasan utama oleh akademisi atau praktisi lainnya terutama dalam rumpun ilmu komunikasi untuk mengukur apakah terdapat pengaruh dari konten inklusif terhadap pembentukan *self esteem followers* akun instagram @mindtalkers, dengan adanya penelitian melalui tema terkait bisa menjadi pengetahuan baru bagi banyak orang, terutama untuk *followers* akun yang bersangkutan.

### **1.4.4 Isu Aksi Sosial**

Penelitian ini dimaksudkan untuk meningkatkan pemahaman pentingnya rasa puas atas apa yang kita miliki tanpa membandingkannya dengan berbagai persepsi yang dibentuk sebelumnya di lingkungan masyarakat melalui konten media. Konten inklusif melahirkan pandangan baru bahwa kepuasan diri seseorang tidak didasarkan pada orang lain sebagai pembanding, tetapi bagaimana seseorang mampu menghargai diri sesuai dengan kemampuan mereka.