

PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP GAYA HIDUP REMAJA DI SMA NEGERI 1 CIKALONGWETAN

Angelina Lumban Gaol, Pribowo, Endah Dwi Winarni

^a Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung

Keywords:

Gaya Hidup, Media Sosial,
Pengaruh, Remaja

Corresponding Author:

Angelina Lumban Gaol
Politeknik Kesejahteraan
Sosial Bandung
Email:
angelinalumbangaol10@gmail.com

Abstract: *Social media is the one of the example of new media (as we called internet) that can influence the lifestyle of teenagers. The emergence of this new media can affect lifestyle among the people which become easier when establishing communication. The main focus for this observation is about lifestyle which is used by the users of social media. The aim of this observation is for knowing the sosial media's influence for the students of SMA Negeri 1 Cikalongwetan in their lifestyle. The methode that is used for this observation is quantitative method using simple random sampling technique. Data collection from the questioner and then is processed using Statistical Package of the Social Science (SPSS). The result from this observation showing that social media has the significant influence toward the lifestyle which is showed by the calculating of r equals as 0,709. Showing the correlation value which is strong enough ($>0,600$) with the significant ($0,000 < 0,05$). The big influence of social media in SMA Negeri 1 Cikalongwetan's students for their lifestyle can be seen from Adjusted R Square is about 50,3% and the rest is influenced by the others variable out of this observation about 49,7%..*

Abstrak: *Media sosial adalah salah satu bentuk dari new media (internet) yang dapat mempengaruhi gaya hidup di kalangan remaja. Munculnya new media ini dapat mempengaruhi gaya hidup di kalangan masyarakat yang menjadi lebih mudah ketika menjalin komunikasi. Penelitian ini berfokus pada gaya hidup dari para pengguna media sosial di kalangan remaja. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan dengan menggunakan teknik simple random sampling. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data kuesioner yang kemudian diolah dengan menggunakan Statistical Package of the Sosial Science (SPSS). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sosial media berpengaruh secara signifikan terhadap gaya hidup remaja yang ditunjukkan dari nilai r hitung sebesar 0,709. Ini menunjukkan nilai korelasi yang tergolong kuat ($>0,600$) dengan taraf signifikan ($0,000 < 0,05$). Besar pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja SMA Negeri 1 Cikalongwetan dapat dilihat dari Adjusted R Square sebesar 50,3% dan sisanya sebesar 49,7% dipengaruhi oleh variabel diluar penelitian ini.*

PENDAHULUAN

Perkembangan dunia teknologi yang semakin pesat dan dinamis membuat banyak sekali perubahan dalam kehidupan, termasuk perubahan dalam penggunaan media komunikasi. Internet menjadi salah satunya, jika zaman dulu orang harus menggunakan surat untuk berkomunikasi jarak jauh, maka di zaman saat ini cukup dengan menggunakan *smartphone* yang hanya dengan internet dapat dengan mudah saling berkomunikasi. Pada era yang serba digital ini sebagian orang beranggapan bahwa *smartphone* adalah suatu benda yang harus dimiliki.

Penggunaan *smartphone* ini sudah menggantikan gaya hidup penggunanya, *smartphone* yang seharusnya dikendalikan oleh manusia berubah menjadi manusia yang dikendalikan oleh *smartphone*, selain itu ada beberapa pengguna yang tidak bisa mengendalikan waktu sehingga terlalu berlebihan dalam penggunaan *smartphone* ini. Hal ini terjadi karena *smartphone* sudah memiliki banyak kecanggihan di dalamnya, tak hanya itu saja *smartphone* juga dibekali dengan aplikasi bermacam-macam sosial media yang juga membuat para penggunanya semakin betah untuk terus menggunakannya.

Media sosial adalah salah satu media komunikasi yang diaksesnya melalui internet, yang mana beberapa tahun belakangan ini mulai marak diminati masyarakat. Berdasarkan data dari Worldwide Social Network Users Forecast and Comparative Estimates Report, pengguna media sosial di dunia sudah mencapai 3,2 miliar pengguna, yang berarti ada sebanyak 48% dari total populasi di dunia dengan rasio perbandingan 1 (satu) dari 4 (empat) orang di dunia adalah pengguna media sosial. Beberapa situs sosial media telah diperkenalkan dan menjadi populer di seluruh dunia. Jenis sosial media ini diantaranya yaitu Facebook, Twitter, Youtube, LinkedIn, Instagram, Whatsapp, dan Telegram.

Laporan dari We Are Social, jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia sudah mencapai 191 juta pengguna pada Januari 2022. Jumlah ini naik 12,35% dibandingkan pada tahun sebelumnya yang sebanyak 170 juta pengguna. Melihat trennya, jumlah pengguna media sosial di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Walaupun demikian, pertumbuhannya mengalami fluktuasi sejak 2014-2022. Kenaikan jumlah pengguna media sosial tertinggi mencapai 34,2% pada tahun 2017. Hanya saja kenaikan tersebut melambat hingga sebesar 6,3% pada tahun lalu. Adapun media sosial WhatsApp merupakan media sosial yang paling banyak digunakan masyarakat Indonesia. Persentasenya tercatat mencapai 88,7%. Setelahnya ada Instagram dan Facebook dengan persentase masing-masing 84,8% dan 81,3%. Sementara proporsi pengguna TikTok dan Telegram berturut-turut sebesar 63,1% dan 62,8%.

Kalangan remaja Indonesia adalah yang paling banyak menggunakan internet dibandingkan kelompok usia lainnya. Ini terlihat dari hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dimana tingkat penetrasi internet di kelompok usia 13 - 18 tahun yang mencapai 99,16% pada tahun 2021-2022. Posisi kedua ditempati oleh kelompok usia 19-34 tahun dengan tingkat penetrasi internet sebesar 98,64%. Tingkat penetrasi internet di rentang usia 35-54 tahun sebesar 87,30%. Tingkat penetrasi internet di kelompok umur 5-12 tahun sebesar 62,43%. Sedangkan, persentasenya di usia 55 tahun ke atas hanya sebesar 51,73%. Adapun tingkat penetrasi internet di Indonesia mencapai 77,02% pada tahun 2021-2022. Angka tersebut naik 3,32% dibandingkan pada periode sebelumnya yang sebesar 73,70%.

Penggunaan media sosial tentunya dapat mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang. Ada yang berubah menjadi seseorang yang lebih kreatif, tampil menarik, ada juga yang selalu memamerkan barang-barang yang ia punya, seolah-olah Instagram sudah menjadi tempat untuk berkompetisi. Gaya hidup pada remaja saat ini lebih ingin mendapatkan pengakuan dari dunia maya dibandingkan di dunia nyata.

Dampak negatif media sosial bagi remaja yaitu krisis percaya diri, persaingan kehidupan mewah dan tidak mau menerima kenyataan. Dalam hal ini remaja zaman sekarang selalu mengikuti *trend* yang sedang berlangsung di dunia dan di kalangan mereka, karena mereka tidak mau dibilang ketinggalan zaman oleh teman-temannya dan dianggap populer jika mengikuti zaman.

Banyaknya foto dan video yang mereka lihat mengenai gaya hidup seseorang, seperti gaya hidup seorang artis yang membuat mereka cenderung ingin seperti apa mereka lihat tanpa mempedulikan kemampuan yang mereka punya, seperti gaya hidup yang kebarat-baratan, membeli barang-barang mewah, dan berpenampilan glamor. Sikap seperti inilah yang harus diwaspadai karena akan banyak sikap dan sifat lain yang akan muncul seperti sikap melawan kepada orang tua, menuntut orangtua untuk mengikuti semua keinginannya yang di luar kemampuan orang tuanya, bahkan banyak hal lain lagi.

Media Sosial mengajak siapa saja yang tertarik buat berpartisipasi dengan berikan *feedback* secara terbuka, berikan pendapat serta membagi data dalam waktu yang cepat serta tidak terbatas. Tidak bisa di pungkiri bahwa media sosial memiliki pengaruh yang besar dalam kehidupan seseorang. Seorang yang mulanya kecil dapat menjadi besar dengan media sosial ataupun sebaliknya. Di kalangan anak muda, media sosial telah menjadi candu dan tidak dapat dipisahkan yang membuat penggunanya tiada hari tanpa membuka media sosial.

Golongan anak muda yang mempunyai media sosial umumnya mempublikasikan tentang aktivitas pribadinya, curhatannya dan foto-foto bersama sahabat. Pada media sosial siapapun bisa dengan bebas berkomentar dan menyalurkan pendapatnya tanpa rasa takut. Perihal ini disebabkan dalam internet khususnya media sosial sangat mudah memalsukan jati diri ataupun melakukan kejahatan. Sementara itu dalam perkembangannya di sekolah, anak remaja berupaya untuk mencari jati diri atau identitasnya dengan berteman bersama sahabat serta teman sebayanya. Tetapi di masa ini, kerap kali anak muda beranggapan bahwa apabila mereka terus menerus aktif di sosial media maka akan dipandang keren serta gaul oleh lingkungannya. Sebaliknya jika anak remaj tidak memiliki media sosial umumnya akan dianggap kuno ataupun ketinggalan jaman serta kurang berteman.

Dilansir dari laman Kemendikbud Ristek, banyak dampak negatif dari media sosial ini bagi anak remaja jika digunakan secara berlebihan. Mulai dari gangguan kesehatan fisik sampai

gangguan mental. Kini, seseorang sering kali menggunakan media sosial untuk mengekspos kehidupan pribadi demi terciptanya citra tertentu di mata orang lain. Tingkat gaya hidup semakin tinggi di kalangan remaja, misalnya dengan mencontoh pada kehidupan yang kebarat-baratan membentuk para remaja ini meninggalkan gaya hidup bangsa Indonesia. Dari penjelasan ini, hal ini sangat penting untuk diteliti lebih lanjut mengenai seberapa besarnya pengaruh media sosial di kalangan remaja, khususnya terhadap gaya hidup remaja mengingat remaja ini adalah generasi penerus bangsa.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner. Sumber data bersumber dari data primer dan juga data sekunder. Data primer didapatkan dari penyebaran kuesioner dan data sekunder diperoleh dari buku maupun literatur, studi pustaka serta jurnal. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data agresi linier sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang sudah dijelaskan di atas, hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan adalah pengguna media sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian ini sebesar 74,2% pengguna media sosial adalah yang berjenis kelamin perempuan dan sisanya sebesar 25,8% pengguna media sosial berjenis kelamin laki-laki. Hasil penelitian ini sejalan dengan data yang dikeluarkan oleh APJII. APJII menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia lebih didominasi oleh perempuan. Perempuan lebih mendominasi karena perempuan punya kecenderungan untuk menampilkan diri mereka sebagai pribadi digital. Perempuan bisa berbagi cerita, berbelanja *online*, mencari eksistensi dan popularitas di media sosial.

Pada penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel terikatnya adalah gaya hidup (Y) sedangkan variabel bebas adalah sosial media (X). Masing-masing variabel ini mempunyai tiga indikator yang berbeda. Indikator pertama pada variabel media sosial adalah frekuensi (X_1). Berdasarkan hasil penelitian ada sebanyak 47 responden (50,54%) yang berarti hampir setengahnya menjawab kategori jarang untuk indikator frekuensi. Hal ini menunjukkan bahwa responden terbilang jarang dalam frekuensi menggunakan fitur-fitur pada media sosial seperti meng-*update* status, menyukai postingan seseorang, menghubungi orang lain menggunakan pesan teks dan juga pesan suara. Sedangkan yang menjawab kadang-kadang ada sebanyak 30 responden (32,26%), yang menjawab tidak pernah

ada sebanyak 9 responden (9,67%), yang menjawab sering 7 responden (7,53%) dan yang menjawab sering tidak ada.

Indikator kedua pada variabel media sosial adalah durasi (X_2). Berdasarkan hasil penelitian ada sebanyak 38 responden atau sebesar 40,86% menggunakan media sosial selama lebih dari 5 jam per harinya. 32 responden atau sebesar 34,41% menggunakan media sosial antara 3 sampai 5 jam per harinya. Sebanyak 19 responden atau sebesar 20,43% menggunakan media sosial dengan durasi antara 1 sampai 3 jam per harinya. Sebanyak 4 responden atau sebesar 4,30% menggunakan media sosial kurang dari 1 jam per harinya. Hasil ini menunjukkan durasi responden dalam menggunakan media sosial ini yang paling banyak menggunakannya lebih dari 5 jam per harinya. Semakin lama menggunakan media sosial maka secara tidak langsung mereka akan semakin banyak melihat konten-konten yang ditayangkan atau ditampilkan di media sosial tersebut. Hal ini bisa mempengaruhi responden untuk membeli, mengikuti dan melakukan dari konten yang dilihatnya di media sosial dan pada akhirnya akan menjadi gaya hidup baru bagi remaja.

Indikator ketiga pada variabel media sosial adalah atensi (X_3). Dari hasil penelitian ada sebanyak 44 responden atau sebesar 47,31% menjawab sering terhadap indikator atensi kepada media sosial. Sebanyak 33 responden atau sebesar 35,49% menjawab kadang-kadang, sebanyak 10 responden atau sebesar 10,75% menjawab jarang, sebanyak 6 responden atau sebesar 6,45% menjawab sering dan tidak ada yang menjawab tidak pernah. Dari hasil ini, hampir setengahnya menjawab sering untuk indikator atensi artinya sering pula responden melihat dan memberikan perhatiannya kepada konten-konten yang ada di media sosial.

Indikator pertama pada variabel gaya hidup adalah aktivitas (Y_1). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sebanyak 56 responden atau 60,22% menjawab kadang-kadang untuk indikator aktivitas. Ada sebanyak 21 responden atau sebesar 22,58% menjawab jarang, sebanyak 16 responden atau sebesar 17,20% menjawab sering, dan tidak ada yang menjawab tidak pernah dan juga selalu. Hal ini menunjukkan bahwa yang terbanyak menjawab kadang-kadang maka artinya mereka kadang-kadang melakukan berbagai aktivitas yang menjadi gaya hidup mereka seperti memanfaatkan waktu luang dan menggunakan suatu produk.

Indikator yang kedua pada variabel gaya hidup adalah opini (Y_2). Dari hasil penelitian ada sebanyak 47 responden atau sebesar 50,54% menjawab sering pada indikator opini. Ada sebanyak 38 atau sebesar 40,86% menjawab kadang-kadang, sebanyak 6 responden atau sebesar 6,45% menjawab jarang, sebanyak 2 responden atau sebesar 2,15% menjawab selalu dan tidak ada yang menjawab tidak pernah. Dari hasil ini jawaban terbanyak yaitu responden ini menjawab sering ketika membeli dan menggunakan suatu barang yang akan menjadi gaya hidupnya. Selain

itu juga responden sering memanfaatkan media sosial untuk kegiatan mengasah keterampilan dan kreativitas.

Indikator ketiga pada variabel gaya hidup adalah minat (Y_3). Pada hasil penelitian ini ada sebanyak 48 responden atau sebesar 51,61% menjawab kadang-kadang pada indikator minat. Ada sebanyak 27 responden atau sebesar 29,03% menjawab sering, sebanyak 13 responden menjawab jarang, sebanyak 4 responden atau sebesar 4,30% menjawab selalu, dan 1 responden atau sebesar 1,08% menjawab tidak pernah. Dari hasil ini menunjukkan bahwa responden kadang-kadang berminat terhadap sesuatu seperti politik, perkembangan teknologi, perkembangan sosial.

Penggunaan media sosial ini dapat diakses dari mana saja dan melalui perangkat media apa saja. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan tabulasi silang antara tempat yang paling sering untuk mengakses media sosial dengan perangkat media yang digunakan. Hasil dari tabulasi silang ini yang menggunakan perangkat gadget dan menggunakannya di rumah adalah yang terbanyak yaitu sebanyak 83 responden. Ada sebanyak 2 responden yang menggunakan media sosial di rumah dengan perangkat PC. Ada sebanyak 3 responden yang menggunakan media sosial di rumah dengan perangkat lainnya. Ada sebanyak 2 responden yang menggunakan media sosial di sekolah dengan perangkat gadget. Ada sebanyak 3 responden yang menggunakan media sosial di tempat lainnya dengan perangkat gadget. Dari hasil tabulasi ini yang terbanyak yaitu menggunakan media sosial di rumah dengan perangkat gadget. Hal ini dikarenakan remaja banyak menghabiskan waktunya di rumah dibandingkan di sekolah, serta perangkat gadget adalah perangkat yang paling praktis untuk menggunakan media sosial karena bisa dibawa kemana saja dan bisa diakses kapan saja.

Hipotesis dari penelitian ini adalah H_0 : Tidak ada pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan dan H_1 : Ada pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan.

Coefficients ^a													
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95.0% Confidence Interval for B		Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound	Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	35.407	8.362		4.234	.000	18.796	52.018					
	Media Sosial	1.434	.150	.709	9.588	.000	1.137	1.731	.709	.709	.709	1.000	1.000

Tabel 1 a. Dependent Variable: Gaya Hidup

Coefficient

Sumber : Analisis Data Primer Tahun 2023

Berdasarkan hasil dari uji hipotesis yang telah dilakukan, dapat dilihat dari tabel koefisien taraf signifikansinya adalah 0,000 yang artinya taraf signifikansi ini lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan hasil ini, dimana signifikansi < 0,05 maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Jadi dapat disimpulkan bahwa memang benar ada pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di

SMA Negeri 1 Cikalongwetan. Hipotesis ini selanjutnya diuji dengan menggunakan teknik analisis linier sederhana.

Uji normalitas perlu untuk dilakukan sebelum analisis linier sederhana yang untuk mengetahui apakah data berdistribusi dengan normal atau tidak. Dari uji normalitas dengan menggunakan bantuan SPSS, grafik Q-Q Plot data menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal. Berpegangan dengan dasar pengambilan kesimpulan maka data ini dianggap berdistribudi dengan normal dan dianggap dapat mewakili populasi. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak. Dari uji linearitas dengan menggunakan bantuan SPSS, diperoleh nilai Deviation from Linearity Sig. adalah 0,000 yang berarti nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel media sosial dan gaya hidup. Setelah uji terhadap syarat terpenuhi, selanjunya peneliti akan menganalisis data menggunakan regresi linear sederhana untuk uji pengaruh dari media sosial terhadap gaya hidup.

Tabel 2 Model Summary

Model Summary ^b										
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	.709 ^a	.503	.497	12.18760	.503	91.935	1	91	.000	1.858

a. Predictors: (Constant), Media Sosial

b. Dependent Variable: Gaya Hidup

Sumber : Analisis Data Primer Tahun 2023

Berdasarkan hasil dari uji analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan bantuan SPSS diperoleh tabel model summary. Hasil uji ini didapatkan nilai korelasi r hasil adalah sebesar 0,709. Nilai korelasi ini termasuk golongan yang kuat serta memiliki nilai positif (arah korelasi positif) sehingga dapat dikatakan pola hubungan antara sosial media dan gaya hidup adalah searah. Hasil analisis ini dapat ditarik kesimpulan bahwa pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan memiliki pengaruh yang kuat dan searah. Artinya, semakin sering menggunakan media sosial maka gaya hidup juga akan meningkat akan semakin tinggi, begitu pula sebaliknya, semakin rendah penggunaan media sosial, semakin rendah pula gaya hidupnya. Selain itu, hasil dari nilai koefisien determinasinya adalah sebesar 0,503 atau 50,30%. Artinya, media sosial mempengaruhi gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan sebesar 50,30%. Sisanya sebesar 49,70% gaya hidup dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linear sederhana juga didapatkan tabel ANOVA. ANOVA ini bertujuan untuk membandingkan dua rata-rata yang digunakan untuk menguji

kemampuan generalisasi. Jika hasilnya rata-rata berbeda maka ini bisa digeneralisasikan dan sampel dianggap mewakili populasi. Artinya model ini bisa digunakan untuk memprediksi pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan. Dari tabel ANOVA ini diperoleh nilai signifikansinya sebesar 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05. Hasilnya rata-rata berbeda ($0,000 < 0,05$), maka model regresi ini bisa digeneralisasikan, sampel dianggap mewakili populasi dan digunakan memprediksikan pengaruh media sosial. Dari tabel koefisien yang didapat ketika uji regresi linier sederhana, persamaan regresi linier sederhana dapat tersusun dari angka konstan (a) sebesar 35,407 angka ini merupakan angka konstan yang mempunyai arti bahwa jika tidak ada media sosial (X) maka nilai gaya hidup (Y) adalah sebesar 35,407. Angka koefisien regresinya sebesar +1,434 berarti bahwa setiap penambahan 1% media sosial (X), maka gaya hidup (Y) akan meningkat sebesar +1,434. Persamaan regresi linier sederhana yang terbentuk adalah $Y = 35,407 + 1,434X$.

Hasil dari penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang juga meneliti mengenai media sosial terhadap gaya hidup konsumtif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Christina Vicky Erlinda Priest (2017). Pengaruh Sosial Media terhadap Gaya Hidup Konsumtif Remaja di Salatiga menyatakan bahwa terdapat pengaruh dari penggunaan media sosial terhadap gaya hidup konsumtif remaja di Salatiga. Apabila semakin sering membuka dan menggunakan media sosial, maka akan semakin tinggi tingkat gaya hidup konsumtif remaja.

PEMBAHASAN

Media sosial merupakan salah satu bentuk dari new media atau dikenal dengan media konvergensi. Keberadaan media sosial sebagai media baru, inilah yang menjadi alasan peneliti menggunakan teori new media sebagai dasar alat ukur atau pendukung dalam penelitian ini. Teori new media mempunyai dua pandangan yaitu pandangan interaksi sosial dan pandangan integrasi sosial.

Pandangan interaksi sosial memandang bahwa lingkungan informasi yang terbuka, fleksibel dan dinamis memungkinkan manusia mengembangkan orientasi pengetahuan yang baru. Pengguna media sosial terkhususnya para remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan juga menerapkan teori ini, dimana para remaja berinteraksi dan melakukan kegiatan dan komunikasi di media sosial. Para remaja bisa melakukan interaksi sosial tanpa terhalang jarak dan waktu. Adanya media sosial ini mempermudah kegiatan dan komunikasi yang menjadi fleksibel. Gaya hidup yang terbentuk dari adanya pengaruh media sosial saat ini salah satunya yaitu komunikasi yang sekarang tidak hanya melalui pesan teks saja tapi sudah bisa melalui pesan suara bahkan *video call*. Fitur pada media sosial ini membuat komunikasi benar-benar tidak terhalang jarak dan waktu lagi.

Pandangan integrasi sosial yang menggambarkan media bukan hanya dalam bentuk informasi, interaksi atau penyebarannya tetapi dalam bentuk ritual atau bagaimana manusia menggunakan media sebagai cara menciptakan masyarakat. Proses integrasi juga tercipta melalui new media ini, dengan media sosial bukan hanya dapat berinteraksi yang tidak terhalang jarak dan waktu tetapi juga bisa menciptakan komunitasnya sendiri dan menyatukan diri dengan komunitasnya dan memberikan rasa saling memiliki. Penemuan di lapangan yang menunjukkan bahwa remaja menggunakan fitur grup untuk dapat bergabung pada sebuah komunitas yang digemari atau disuainya. Fitur grup pada media sosial ini membuat para remaja sebagai pengguna media sosial dapat menciptakan masyarakatnya dalam artinya dapat membentuk sebuah komunitasnya sendiri. Media sosial melalui new media ini sangat mempengaruhi banyak orang untuk memenuhi kebutuhan akan kehidupannya terkhususnya kepada bentuk perilaku atau tindakan.

Teori *Uses and Gratification* yang dikemukakan oleh Katz, Blumler dan Gurevitch menyatakan bahwa pengguna akan mengambil peran aktif dalam sebuah proses komunikasi dan berorientasi pada penggunaan media mereka. Pengguna media adalah pihak yang aktif dalam proses komunikasi, pengguna media akan mencari sumber media yang paling baik dalam usahanya untuk memenuhi kebutuhannya. Teori ini menyatakan bahwa pengguna media mempunyai kebebasan untuk memutuskan bagaimana mereka menggunakan media dan bagaimana media itu akan berpengaruh pada dirinya. Teori ini juga menyatakan bahwa media dapat mempunyai pengaruh yang buruk dalam kehidupan. Pengaruh dalam bentuk perilaku atau berkenaan dengan pemilihan tontonannya. Penemuan yang ditemukan peneliti sejalan dengan teori *uses and gratification* ini, dimana remaja adalah pengguna aktif dan berperan aktif di media sosial. Hal ini dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan para remaja ini memberikan atensi yang sering terhadap media sosial. Para remaja ini sering memberikan perhatiannya dan berperan yang aktif di media sosial.

Teori ini menyatakan bahwa pengguna media mempunyai kebebasan untuk memutuskan bagaimana mereka menggunakan media dan bagaimana media itu akan berpengaruh pada dirinya. Hal ini juga ditemukan di lapangan, dimana antar remaja ini memiliki media sosial berbeda yang menjadi media kesukaannya dan yang selalu digunakan sehari-hari. Ada yang menggunakan media sosial WhatsApp sebagai media yang selalu digunakan dan menggunakan media ini sebagai media komunikasi. Ada juga yang memilih menggunakan media sosial Instagram sebagai media utama untuk berkomunikasi dengan temannya.

Teori *uses dan gratification* menunjukkan bahwa permasalahan utamanya bukan pada bagaimana cara media mengubah sikap dan perilaku khalayak dan seberapa besar media berpengaruh serta mengubah sikap dan perilaku khalayak, akan tetapi lebih kepada bagaimana

media dapat memenuhi kebutuhan pribadi dan sosial sehingga sasarannya adalah khalayak yang aktif yang memang menggunakan media untuk tujuan khusus. Hal ditemukan peneliti di lapangan, dimana para remaja dapat memenuhi kebutuhan pribadinya melalui media sosial. Media sosial sekarang dapat memberikan kemudahan kepada para penggunanya termasuk para remaja. Kemudahan dalam berkomunikasi sehingga sekarang sudah tidak terhalang jarak dan waktu, kemudahan belajar akan sesuatu sudah ada video tutorialnya, kemudahan akan membeli barang-barang kebutuhan sehari-hari sudah ada fitur belanja online sehingga sudah tidak perlu lagi pergi ke pasar. Semua kemudahan ini ada pada media sosial sekarang, itulah media dapat memenuhi kebutuhan pribadi dan sosialnya. Kebebasan-kebebasan pengguna akan pemenuhan kebutuhan inilah yang pada akhirnya membentuk sebuah gaya hidup pengguna tersebut. Asumsi teori *uses and gratification* ini yang mengatakan bahwa media dapat memenuhi kebutuhan pribadi dan sosialnya. Artinya pengguna media akan menjadikan media sebagai tempat yang dapat memenuhi semua kebutuhannya. Pengguna media termasuk para remaja juga akan menjadi media sebagai media akan pemenuhan kebutuhannya. Para remaja akan menjadikan media sebagai alat komunikasi, sebagai media hiburan, tempat belanja hingga tempat untuk belajar.

Inilah yang menjadi awal terbentuknya gaya hidup para remaja yang terikat dengan media sosial, gaya hidup yang sekarang tidak perlu lagi belanja ke pasar untuk membeli baju sudah ada *online shop* dengan layanan antar sampai ke rumah. Gaya hidup yang jika ingin hiburan sudah tidak perlu lagi pergi ke bioskop untuk menonton, sudah ada media yang menyediakan hiburan yang bisa diakses dimana saja dan kapan saja. Belajar memasak, belajar bahasa Inggris atau belajar suatu keterampilan juga sudah ada pada media sosial yang memberikan video tutorial dengan sangat jelas dan lengkap. Media sosial secara perlahan memberikan pengaruh terhadap gaya hidup manusia, dari yang awalnya konvensional mulai beralih modern.

KESIMPULAN

Media sosial adalah sesuatu yang saat ini tidak bisa terpisahkan dari kehidupan manusia. Manfaat dan pengaruh yang diberikan dari media sosial nyatanya sangat berpengaruh terhadap kehidupan manusia. Penelitian yang berfokus pada pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan menunjukkan bahwa ada pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja, mulai dari gaya komunikasi hingga gaya bersosialisasi.

Dahulu jika berkomunikasi dengan sanak saudara yang terhalang jarak dan waktu sangat sulit, hanya bisa berkomunikasi melalui pesan suara dan panggilan suara. Media sosial membantu komunikasi tersebut sehingga sekarang berkomunikasi dengan jarak yang jauh dan waktu yang berbeda tidak lagi menjadi penghambat. Media sosial dengan fitur panggilan video (*video call*) dan pesan suara (*voice note*) dapat mempermudah komunikasi. Kemudahan yang didapatkan dari

media sosial mempengaruhi gaya komunikasi, sehingga sekarang tidak perlu lagi pergi menemui seseorang dengan fitur *video call* kita sudah bisa berkomunikasi dengan suara dan video.

Remaja yang biasanya ketika bertemu dengan teman seusianya mereka akan asyik mengobrol, namun sekarang sudah mulai dipengaruhi media sosial sehingga ketika berkumpul mereka akan asyik dengan gadget masing-masing. Gaya belajar juga dapat dipengaruhi oleh media sosial ini, jika dahulu remaja mendapat belajar tambahan dari les atau bimbingan belajar sehingga mereka harus pergi ke suatu tempat untuk bimbingan belajar tersebut, namun sekarang dengan adanya konten belajar di media sosial remaja tersebut tidak perlu lagi pergi ke tempat bimbingan belajar, hanya tinggal mencari di media sosial semuanya tersedia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di SMA Negeri 1 Cikalongwetan. Analisis penelitian dengan bantuan SPSS diketahui nilai koefisien korelasinya atau r hitung sebesar 0,709 dan nilai koefisien determinasinya (R^2) sebesar 0,503 atau sebesar 50,30%. Hasil ini menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja tergolong kuat dan pengaruhnya sebesar 50,30%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial mempengaruhi gaya hidup remaja sebesar 50,30% dan sisanya 49,70% gaya hidup remaja dipengaruhi oleh variabel lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agianto, R., Setiawati, A., & Firmansyah, R. (2020). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup dan Etika Remaja. *Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 130-139.
- Ahmadi, M. (2020). Dampak Perkembangan New Media Pada Pola Komunikasi Masyarakat. *Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 4, 26-37.
- Asmawati, A., Pramesty, A. F., & Afiah, T. (2022). Pengaruh Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja. 138-148.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., . . . Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Haujatnikajennong, A., Adlin, A., Holid, A., Audifax, Kurniasih, Rendra, M., & Ibrahim, I. S. (2017). *Resistensi Gaya Hidup : Teori dan Realitas*. Bandung: Jelasutra.
- Humaizi. (2018). *Uses and Gratification Theory*. Medan: USU Press.
- Utami, A. S., & Baiti, N. (2018). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyber Bullying pada Kalangan Remaja. *Cakrawala Jurnal Humaniora*, 18, 257-262.
- Yurikasari, D., Hairunnisa, & WS, J. A. (2020). Konten Youtube Tasya Farasya Terhadap Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa Fisip Universitas Mulawarman. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 95-107.