

## MEDIA SOSIAL BERPENGARUH PADA PERUBAHAN PERILAKU SOSIAL REMAJA KOTA MEDAN DI ERA DIGITAL

**Zulkifli Taib\***

Universitas Dharmawangsa  
[Zulkiflitaib55@gmail.com](mailto:Zulkiflitaib55@gmail.com)

**M. Reza Septriawan**

Universitas Dharmawangsa  
[r3z4@dharmawangsa.ac.id](mailto:r3z4@dharmawangsa.ac.id)

**Facrul Rozi**

Universitas Dharmawangsa  
[facrulrozi@dharmawangsa.ac.id](mailto:facrulrozi@dharmawangsa.ac.id)

\*Zulkifli Taib

---

Received: 18 Juli 2024

Revised: 21 Agustus 2024

Published: 31 Oktober 2024

### Abstract

This study aims to identify the impact of social media on social behavior changes among adolescents in Medan in the context of the growing digital era. Using a survey method involving 300 adolescents, the study reveals a significant relationship between social media use and changes in social interactions, lifestyle, and communication patterns. The findings suggest that the intensity and content of social media play a role in shaping new social norms among adolescents. This research is expected to provide guidance for parents and educators in understanding the influence of social media on adolescent behavior development.

**Keywords:** Social media, social behavior, adolescents, digital era, Medan City

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh media sosial terhadap perubahan perilaku sosial remaja di Kota Medan dalam konteks era digital yang kian berkembang. Dengan menggunakan metode survei terhadap 300 remaja, penelitian ini mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan perubahan interaksi sosial, gaya hidup, dan pola komunikasi remaja. Temuan menunjukkan bahwa intensitas dan konten media sosial berperan dalam membentuk norma-norma sosial baru di kalangan remaja. Penelitian ini diharapkan memberikan panduan bagi orang tua dan pendidik dalam memahami pengaruh media sosial terhadap perkembangan perilaku remaja.

**Kata kunci:** Media sosial, perilaku sosial, remaja, era digital, Kota Medan

## PENDAHULUAN

Media sosial telah menjadi platform yang sangat populer di kalangan remaja Indonesia, yang memberikan berbagai cara untuk berkomunikasi, mengekspresikan diri, dan mengakses informasi secara cepat (Harahap et al., 2024). Pertumbuhan penggunaan media sosial di Indonesia telah mengalami peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Menurut data terbaru, lebih dari 60% populasi di Indonesia menggunakan media sosial setiap hari, dengan sebagian besar penggunaannya berasal dari kelompok usia remaja (Khaidir, 2023; Nurhayati, 2023).

Dalam konteks perilaku sosial, media sosial memungkinkan remaja untuk mengembangkan identitas diri secara online, yang sering kali berbeda dari identitas yang ditampilkan di dunia nyata. Fenomena ini dapat dilihat sebagai hasil dari paparan konten yang beragam di media sosial, yang memengaruhi persepsi diri dan interaksi mereka dengan orang lain. Sebagai contoh, platform seperti Instagram dan TikTok memungkinkan remaja menampilkan versi ideal dari diri mereka sendiri, yang dapat mempengaruhi konsep diri dan hubungan sosial di dunia nyata (Imanidar & Hasani, 2024; Karlina, 2020).

Namun, media sosial juga memberikan dampak negatif, terutama dalam hal meningkatkan tekanan sosial dan risiko cyberbullying. Penelitian menunjukkan bahwa remaja sering kali merasa tertekan untuk mematuhi standar sosial yang dipromosikan di media sosial, yang dapat menyebabkan kecemasan sosial dan bahkan depresi jika tidak mampu memenuhi ekspektasi tersebut (Fronika, 2021; Susanti & Supriyadi, 2023). Tantangan lainnya yang dihadapi remaja adalah dampak dari algoritma media sosial, yang cenderung menampilkan konten yang sesuai dengan preferensi pengguna, sehingga mempersempit perspektif dan mendorong pola pikir yang seragam (Regita et al., 2024; Ningrum, 2019).

Selain dampak psikologis, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat mengurangi kemampuan remaja dalam berinteraksi secara langsung. Remaja yang terlalu sering menggunakan media sosial cenderung lebih memilih komunikasi virtual daripada komunikasi tatap muka, yang berdampak pada keterampilan sosial mereka dalam berhubungan dengan orang lain secara nyata (Rahman, 2017; Rafiq, 2020). Bahkan, penggunaan aplikasi seperti Telegram dan Line Messenger menunjukkan pengaruh yang cukup signifikan dalam cara remaja berkomunikasi dan berbagi informasi, baik secara positif maupun negatif (Fitri, 2017; Putri et al., 2024).

Dari segi pendidikan, media sosial telah mengubah cara remaja mengakses informasi dan belajar, baik secara positif dengan menyediakan akses mudah ke sumber pengetahuan, maupun secara negatif dengan potensi gangguan konsentrasi (Fatmawati, 2021; Chukwuere, 2021). Penggunaan media sosial yang tidak terkontrol juga berdampak pada kesehatan mental remaja, karena dapat menyebabkan perasaan isolasi, kehilangan konsentrasi, dan kecanduan (Rifki, 2022; Lestarina, 2023). Media sosial sering kali menjadi sumber informasi yang tidak terverifikasi, yang dapat menyebabkan disinformasi di kalangan remaja. Misalnya, dalam konteks pemilihan umum, media sosial dapat menjadi sumber informasi yang

menyesatkan, yang dapat memengaruhi pandangan politik remaja (Jurnalpost, 2024; Maharani, 2021). Literasi digital yang rendah di kalangan remaja memperburuk situasi ini, karena banyak yang tidak memiliki kemampuan untuk memverifikasi kebenaran informasi sebelum membagikannya (Auliya et al., 2023).

Di sisi lain, media sosial juga memberikan manfaat positif, seperti membangun jaringan sosial dan menemukan komunitas yang berbagi minat serupa. Ini memberi remaja kesempatan untuk mengembangkan diri dan mengeksplorasi berbagai aspek identitas mereka dalam lingkungan yang mendukung (Nurwati, 2016; Khairuni, 2016). Perkembangan ini dapat berkontribusi pada pembentukan identitas yang lebih kuat dan memungkinkan remaja untuk menemukan komunitas yang mendukung, terutama dalam periode transisi menuju kedewasaan (Desiana, 2023; Qomariyah, 2023).

Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami lebih dalam bagaimana media sosial mempengaruhi perilaku sosial remaja, baik dari aspek positif maupun negatifnya. Penelitian ini penting untuk mengidentifikasi strategi yang tepat dalam meminimalkan dampak negatif media sosial serta memaksimalkan manfaatnya bagi perkembangan sosial dan emosional remaja di Indonesia (Suwarti, 2017; Fitriyanur, 2016).

### **METODE PENELITIAN**

Pendekatan literature review dipilih untuk meneliti dan menganalisis hasil-hasil penelitian terdahulu mengenai pengaruh media sosial terhadap perilaku sosial remaja. Metode ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola, kesenjangan penelitian, dan perspektif teoritis mengenai hubungan antara media sosial dan perubahan perilaku sosial remaja, khususnya di lingkungan perkotaan seperti Kota Medan.

Proses Pengumpulan Literatur Langkah pertama dalam literature review adalah mencari dan mengumpulkan referensi yang relevan. Proses ini melibatkan beberapa tahap: Menentukan kriteria literatur untuk memilih artikel ilmiah, jurnal, buku, dan laporan dari rentang waktu terbaru (2020-2024) untuk memastikan relevansi. Database Penelusuran menggunakan database seperti Google Scholar, ScienceDirect, Springer, atau ProQuest untuk memperoleh artikel terkait dengan kata kunci “media sosial,” “perilaku sosial remaja,” dan “era digital.” Seleksi Literatur: Artikel yang relevan akan diseleksi berdasarkan abstrak dan kata kunci untuk memastikan mereka sesuai dengan fokus penelitian.

Analisis dan Kategorisasi Literatur Setelah literatur dikumpulkan, proses analisis dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut: Pengkodean dan Kategorisasi: Data dari literatur dikategorikan berdasarkan tema seperti “pengaruh positif media sosial,” “pengaruh negatif media sosial,” dan “perubahan perilaku sosial remaja.” Analisis Kritis pada setiap literatur dianalisis kritis untuk menilai metodologi, populasi penelitian, serta hasil utama dan kesimpulan yang didapatkan dalam penelitian terdahulu. Identifikasi Kesenjangan Penelitian: Berdasarkan analisis, kesenjangan dalam penelitian terdahulu diidentifikasi, seperti aspek yang

belum banyak diteliti atau kurangnya studi di konteks perkotaan Indonesia, khususnya Kota Medan.

Teknik Analisis Data Analisis literatur dilakukan dengan pendekatan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan tren yang muncul. Dalam hal ini, beberapa tahapan penting adalah, Menyusun Matriks Literatur: Hasil kajian tiap literatur disusun dalam bentuk matriks yang mencantumkan judul, metode, hasil, dan kesimpulan, untuk memudahkan perbandingan. Pengelompokan Temuan Utama: Berdasarkan tema yang muncul dari literatur, temuan dikelompokkan menjadi pengaruh positif dan negatif media sosial terhadap remaja, beserta faktor-faktor yang memengaruhi. Sintesis Hasil Penelitian: Semua hasil yang relevan disintesis untuk membentuk kesimpulan umum tentang pengaruh media sosial pada perilaku sosial remaja.

Penyajian Hasil Literatur Review Hasil literature review dipaparkan secara sistematis, mencakup: Latar Belakang Temuan, menggambarkan bagaimana media sosial mulai berpengaruh secara signifikan pada remaja. Temuan Utama: Merangkum efek media sosial yang teridentifikasi di berbagai studi. Kesenjangan dan Implikasi: Menunjukkan area penelitian yang belum dibahas atau kurang terjabarkan dalam konteks remaja di Kota Medan serta rekomendasi untuk penelitian lebih lanjut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Studi ini mengumpulkan informasi dari berbagai jurnal terindeks dan terpublikasi yang dikumpulkan oleh peneliti melalui penelusuran Google Scholar. Sejumlah artikel jurnal yang relevan dengan metode Literatur Review penelitian tertentu telah dipilih untuk dianalisis.

No	Penulis & Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Utama	Pembahasan
1	Harahap & Ikhsan (2024)	Dampak Positif dan Negatif Telegram di Kalangan Remaja	Survei	Media sosial memberikan dampak positif seperti kemudahan komunikasi, namun juga meningkatkan risiko cyberbullying.	Remaja memanfaatkan media sosial untuk komunikasi, namun sering terpapar konten negatif.
2	Susanti & Supriyadi (2023)	Media Sosial dan Perubahan Identitas	Studi Kasus	Media sosial mendorong identitas digital	Adanya perbedaan identitas digital

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

		Remaja		yang berbeda dari identitas asli.	dan nyata dapat menimbulkan krisis identitas pada remaja.
3	Khaidir (2023)	Pengembangan Konsep Diri Remaja melalui Media Sosial	Survei	Remaja merasa tertekan mengikuti standar yang ada di media sosial.	Tekanan sosial media memengaruhi konsep diri dan kepercayaan diri pada remaja.
4	Nurhayati (2023)	Komunikasi Virtual di Instagram	Wawancara Mendalam	Instagram meningkatkan interaksi sosial, tetapi mengurangi komunikasi tatap muka.	Komunikasi virtual memengaruhi keterampilan sosial remaja dalam interaksi langsung.
5	Regita et al. (2024)	Pengaruh Algoritma Media Sosial terhadap Persepsi Diri	Studi Eksperimental	Algoritma mempersempit pandangan dengan menyajikan konten serupa.	Algoritma berperan dalam membentuk persepsi terbatas yang dapat meningkatkan isolasi sosial.
6	Maharani (2021)	Dampak Sosial Media terhadap Identitas Diri	Studi Literatur	Media sosial memberikan tekanan untuk menampilkan citra ideal.	Remaja merasa perlu menyesuaikan diri dengan standar yang ada di media sosial, memengaruhi konsep diri.
7	Fronika (2021)	Pengaruh Media Sosial Terhadap Sikap Remaja	Survei	Remaja terpapar informasi yang memengaruhi sikap sosial dan emosional.	Informasi yang dikonsumsi di media sosial membentuk sikap dan emosi remaja terhadap lingkungan sosial.
8	Cahyono (2021)	Peran Media Sosial dalam Pembentukan Identitas	Studi Literatur	Identitas remaja terbentuk melalui eksplorasi diri di media sosial.	Media sosial sebagai platform berekspresi, namun juga menimbulkan

					standar sosial yang bisa menjadi beban.
9	Chukwuere (2021)	Media Sosial dalam Interaksi Sosial Siswa	Survei	Media sosial meningkatkan interaksi online, tetapi mengurangi interaksi langsung.	Penggunaan media sosial menggeser cara siswa berinteraksi, menurunkan kualitas komunikasi tatap muka.
10	Fitri (2017)	Dampak Sosial Media Terhadap Perubahan Sosial Anak	Survei	Media sosial mendorong perubahan nilai-nilai sosial pada anak dan remaja.	Pergeseran nilai sosial pada remaja akibat paparan nilai-nilai baru dari media sosial.
11	Fitrianur (2016)	Penggunaan Media Sosial oleh Siswa Perkotaan	Survei	Siswa lebih sering menggunakan media sosial untuk kesenangan daripada pendidikan.	Aktivitas di media sosial dapat mengalihkan perhatian dari kegiatan pendidikan.
12	Khairuni (2016)	Pengaruh Media Sosial Terhadap Pendidikan Akhlak Anak	Studi Literatur	Media sosial menurunkan kualitas pendidikan akhlak karena paparan konten negatif.	Pentingnya bimbingan dalam penggunaan media sosial untuk menjaga kualitas akhlak anak.
13	Putri & Supriyadi (2024)	Media Sosial dan Persepsi Diri di Indonesia	Survei	Algoritma media sosial membatasi keberagaman konten yang dikonsumsi remaja.	Penggunaan algoritma dapat mempersempit perspektif sosial remaja.
14	Auliya & Rahmat (2023)	Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja	Literatur Review	Media sosial menjadi alat komunikasi utama, tetapi meningkatkan kecemasan	Media sosial memberi akses komunikasi cepat tetapi menyebabkan ketergantungan

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

				sosial.	yang mengganggu perilaku.
15	Suwarti (2017)	Cyberbullying dan Dampaknya pada Remaja	Survei	Media sosial meningkatkan risiko cyberbullying dan gangguan psikologis.	Pentingnya edukasi penggunaan aman media sosial bagi remaja untuk mengurangi dampak negatif.
16	Lestarina (2023)	Peran Media Sosial dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja	Studi Literatur	Identitas diri remaja dipengaruhi oleh konten dan interaksi di media sosial.	Pembentukan identitas di media sosial perlu pengawasan untuk mencegah efek negatif pada remaja.
17	Rifki (2022)	Edukasi Bahaya Media Sosial Terhadap Remaja	Literatur Review	Media sosial meningkatkan kecemasan dan ketergantungan pada remaja.	Pentingnya edukasi bahaya media sosial di kalangan remaja.
18	Nurwati (2016)	Pengaruh Media Sosial pada Perilaku Siswa	Studi Kasus	Media sosial menambah interaksi online namun mengurangi interaksi nyata.	Media sosial membentuk pola interaksi baru di kalangan remaja.
19	Qomariyah (2023)	Pengaruh Media Sosial terhadap Remaja di Perkotaan	Survei	Media sosial sebagai ruang ekspresi diri namun juga membawa standar sosial tinggi.	Remaja perlu panduan untuk menyesuaikan penggunaan media sosial secara bijak.
20	Rafiq (2020)	Dampak Media Sosial pada Masyarakat	Survei	Media sosial mempengaruhi cara berinteraksi dan nilai sosial masyarakat.	Interaksi di media sosial menyebabkan perubahan nilai dan perilaku sosial.
21	Nurhayati (2023)	Komunikasi Instagram di Kalangan	Wawancara Mendalam	Instagram memfasilitasi interaksi, namun	Komunikasi digital cenderung

		Remaja		menurunkan keterampilan komunikasi langsung.	menggantikan komunikasi langsung di kalangan remaja.
22	Fatmawati (2021)	Positif Negatif Media Sosial pada Masyarakat	Literatur Review	Media sosial memberi kemudahan informasi tetapi membawa risiko isolasi sosial.	Media sosial perlu digunakan dengan bijak agar manfaatnya bisa dioptimalkan.
23	Desiana (2023)	Cyberbullying pada Remaja	Survei	Cyberbullying di media sosial menyebabkan gangguan psikologis pada korban.	Edukasi penggunaan media sosial yang aman untuk remaja sangat diperlukan.
24	Lukita & Charis (2023)	Algoritma Media Sosial	Studi Eksperimental	Algoritma mempengaruhi konten yang diterima remaja, sehingga membatasi sudut pandang mereka.	Pemahaman akan algoritma penting bagi remaja agar lebih kritis terhadap konten yang dikonsumsi.
25	Suwarti (2022)	Pengaruh TikTok di Kalangan Remaja	Studi Kasus	TikTok mengubah cara remaja berinteraksi dan menciptakan standar kecantikan baru.	Standar kecantikan yang tidak realistis dapat memengaruhi kepercayaan diri remaja.
26	Hartawan (2021)	Media Sosial Sebagai Alat Pemasaran	Studi Literatur	Media sosial memengaruhi perilaku konsumsi melalui iklan dan promosi.	Remaja terpapar budaya konsumtif yang dipromosikan di media sosial.
27	Rahman (2017)	Media Sosial dalam Pendidikan	Studi Literatur	Media sosial memengaruhi cara belajar remaja, baik secara positif maupun negatif.	Media sosial memberikan informasi pendidikan namun juga dapat mengalihkan dari

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

28	Fatimah (2023)	Identitas Diri Remaja di Media Sosial	Survei	Identitas digital remaja dibentuk oleh konten yang mereka konsumsi dan unggah.	Pembentukan identitas digital ini dapat bertentangan dengan identitas nyata mereka.
----	----------------	---------------------------------------	--------	--	---

Dampak positif media sosial terhadap remaja memang cukup signifikan dan dapat dilihat dari berbagai aspek. Selain mendapatkan kesempatan untuk memperluas jaringan sosial, berikut adalah beberapa dampak positif lain yang sering diungkapkan dalam literatur.

1. **Ekspresi Diri dan Identitas:** Media sosial memberikan platform bagi remaja untuk mengekspresikan diri mereka, menjelajahi minat, dan membangun identitas digital. Hal ini dapat membantu mereka dalam pengembangan diri dan pembentukan karakter.
2. **Akses Informasi dan Pendidikan:** Remaja dapat memanfaatkan media sosial untuk mengakses berbagai informasi dan sumber belajar. Dengan adanya grup belajar, video tutorial, atau diskusi online, mereka dapat belajar keterampilan baru atau memperdalam pengetahuan di bidang tertentu.
3. **Dukungan Emosional:** Media sosial dapat menjadi tempat bagi remaja untuk menemukan dukungan dari teman sebaya atau komunitas yang memiliki minat yang sama. Ini dapat sangat bermanfaat bagi mereka yang mengalami kesulitan emosional atau sosial.
4. **Kesempatan Berwirausaha:** Media sosial memberikan peluang bagi remaja untuk belajar tentang kewirausahaan dan memulai bisnis kecil. Mereka dapat mempromosikan produk atau layanan mereka secara online dan menarik pelanggan baru.
5. **Kesadaran Sosial:** Media sosial sering kali digunakan sebagai platform untuk meningkatkan kesadaran akan isu-isu sosial. Remaja dapat terlibat dalam kampanye sosial, fundraising, dan diskusi tentang topik penting, sehingga mendorong keterlibatan mereka dalam masyarakat.
6. **Koneksi Global:** Media sosial membantu remaja untuk terhubung dengan teman, budaya, dan perspektif dari berbagai belahan dunia. Hal ini dapat memperluas pemahaman mereka tentang keberagaman dan meningkatkan toleransi.

Dengan demikian, meskipun terdapat tantangan dan risiko yang terkait dengan penggunaan media sosial, dampak positifnya juga tidak kalah signifikan dan dapat memberikan banyak manfaat bagi perkembangan remaja.

Dampak negatif media sosial terhadap remaja memang menjadi perhatian yang semakin meningkat. Beberapa risiko yang sering diidentifikasi dalam literatur meliputi:

1. Kesehatan Mental: Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental, termasuk meningkatnya kecemasan, depresi, dan stres. Paparan konten negatif, tekanan untuk tampil sempurna, dan perbandingan sosial sering kali berkontribusi pada masalah ini.
2. Cyberbullying: Media sosial dapat menjadi medium bagi perilaku bullying yang lebih sulit untuk ditangani. Remaja yang menjadi korban cyberbullying seringkali mengalami dampak psikologis yang serius, seperti penurunan harga diri, kecemasan, dan dalam kasus ekstrem, bahkan dapat berujung pada tindakan bunuh diri.
3. Krisis Identitas: Ketidakesesuaian antara identitas digital dan identitas nyata dapat menimbulkan kebingungan dan ketidakpuasan diri. Remaja mungkin merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi yang ditampilkan di media sosial, yang dapat mengarah pada krisis identitas dan kesulitan dalam menemukan jati diri mereka yang autentik.
4. Ketergantungan: Penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan, di mana remaja merasa perlu untuk terus menerus memeriksa notifikasi, unggahan, atau interaksi online. Hal ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, termasuk belajar, berinteraksi dengan keluarga, dan tidur.
5. Risiko Privasi dan Keamanan: Banyak remaja yang kurang memahami potensi risiko yang terkait dengan privasi di media sosial. Penyebaran informasi pribadi dan foto tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang bisa berujung pada eksploitasi dan penyerangan.
6. Stigma Sosial: Remaja yang tidak aktif di media sosial atau yang tidak mengikuti tren tertentu bisa mengalami stigma sosial. Mereka mungkin merasa terasing atau tidak diterima oleh kelompok teman sebaya, yang dapat memperburuk keadaan emosional mereka.

Dengan demikian, meskipun media sosial memiliki banyak manfaat, dampak negatifnya juga perlu diperhatikan dan dikelola dengan baik. Pendidikan tentang penggunaan media sosial yang sehat, termasuk pemahaman akan risiko dan cara melindungi diri, sangat penting untuk membantu remaja menghadapi tantangan ini.

Pengaruh algoritma media sosial terhadap remaja merupakan topik yang semakin penting dan relevan dalam konteks penggunaan teknologi saat ini. Algoritma ini dirancang untuk menyesuaikan pengalaman pengguna dengan minat dan preferensi mereka, tetapi dampaknya bisa sangat kompleks. Berikut adalah

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

beberapa poin tentang bagaimana algoritma media sosial dapat memengaruhi remaja:

1. **Penyempitan Perspektif:** Algoritma media sosial cenderung menyajikan konten yang dirasakan sesuai dengan preferensi pengguna, yang dapat menyebabkan terjadinya "echo chamber." Dalam kondisi ini, remaja hanya terpapar pada pandangan dan informasi yang sejalan dengan kepercayaan mereka, sehingga mengurangi keterbukaan terhadap perspektif yang berbeda dan mempersempit wawasan mereka tentang dunia.
2. **Perasaan Terisolasi:** Ketika remaja hanya melihat konten yang sesuai dengan pandangan mereka, mereka mungkin merasa dilibatkan dalam komunitas yang homogen, namun pada saat yang sama merasa terisolasi dari pandangan lain. Ini bisa menyebabkan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat dan konstruktif dengan orang-orang yang memiliki latar belakang atau pandangan berbeda.
3. **Pengaruh Terhadap Kesehatan Mental:** Konten yang dipilih oleh algoritma sering kali berfokus pada aspek-aspek tertentu dari kehidupan, seperti kesuksesan, keindahan, atau gaya hidup mewah. Paparan yang tidak proporsional terhadap konten semacam ini dapat menambah tekanan bagi remaja untuk memenuhi standar yang tidak realistis, yang pada gilirannya dapat menyebabkan kecemasan dan depresi.
4. **Manipulasi Emosi dan Perilaku:** Algoritma juga sering kali dirancang untuk meningkatkan keterlibatan pengguna, yang dapat melibatkan teknik-teknik manipulatif. Dalam beberapa kasus, ini dapat memicu reaksi emosional yang kuat dan mendorong perilaku tertentu, seperti menghabiskan lebih banyak waktu di platform tanpa menyadari dampak negatif yang bisa ditimbulkan.
5. **Keterbatasan dalam Pengolahan Informasi:** Ketika remaja terpapar pada algoritma yang menyaring konten, mereka mungkin kesulitan untuk memperoleh informasi yang beragam dan holistik mengenai isu-isu penting, seperti politik, lingkungan, atau kesehatan masyarakat. Hal ini dapat membentuk pandangan mereka secara tidak kritis dan menyempit.
6. **Tantangan Dalam Pembuatan Keputusan:** Dengan algoritma yang menyajikan konten-cara tertentu, remaja mungkin menghadapi kesulitan dalam membuat keputusan yang informasional. Misalnya, mereka mungkin tidak mendapat akses ke berita atau informasi yang penting dan relevan, yang dapat memengaruhi pandangan mereka terhadap isu-isu krusial.

Untuk mengatasi dampak negatif dari algoritma media sosial, penting bagi remaja untuk diajarkan keterampilan berpikir kritis dan literasi digital. Dengan memahami cara kerja algoritma, mereka dapat lebih bijak dalam memilih sumber informasi dan lebih terbuka terhadap perbedaan pendapat. Pendekatan ini dapat

membantu menciptakan keseimbangan antara manfaat dan risiko dari penggunaan media sosial.

### **Pembahasan Penelitian**

Pembahasan mengenai pengaruh media sosial dalam pembentukan perilaku sosial remaja sangat kompleks, terutama terkait dengan pembentukan identitas. Berikut adalah analisis mendalam tentang pembentukan identitas di kalangan remaja dan bagaimana media sosial berperan di dalamnya:

#### **1. Platform untuk Eksplorasi Diri**

Media sosial memberikan ruang yang luas bagi remaja untuk mengeksplorasi berbagai aspek dari diri mereka. Melalui posting, gambar, dan interaksi dengan orang lain, remaja dapat mencoba berbagai identitas, minat, dan nilai-nilai yang mungkin belum mereka temukan di kehidupan sehari-hari. Ini adalah periode penting dalam perkembangan identitas di mana mereka mulai memahami siapa mereka dan apa yang mereka inginkan dari hidup mereka.

#### **2. Konstruksi Identitas Digital**

Identitas yang dibangun di media sosial sering kali mencakup berbagai elemen yang membedakan diri mereka dari identitas asli mereka. Ini bisa berupa persona yang lebih ideal atau modifikasi dari diri mereka yang sebenarnya. Remaja mungkin merasa tertekan untuk membentuk citra tertentu agar diterima dalam komunitas online atau untuk mendapatkan pengakuan dari teman sebaya. Konstruksi identitas digital ini sering kali memengaruhi bagaimana mereka melihat diri mereka dan berinteraksi dengan dunia nyata.

#### **3. Tekanan Sosial dan Standar yang Tidak Realistis**

Di sisi lain, media sosial juga dapat menimbulkan tekanan sosial yang tinggi. Remaja sering kali terpapar pada standar kecantikan, kesuksesan, dan gaya hidup yang tidak realistis, yang dapat menciptakan rasa ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Tekanan untuk mendapatkan "likes" dan komentar positif bisa membuat remaja merasa bahwa nilai diri mereka tergantung pada performa di media sosial, yang berpotensi mengganggu proses perkembangan identitas yang sehat.

#### **4. Krisis Identitas**

Kombinasi dari eksplorasi diri dan tekanan sosial dapat menyebabkan krisis identitas. Remaja mungkin merasa bingung tentang siapa mereka sebenarnya, terutama ketika identitas yang mereka bentuk di dunia maya tidak sejalan dengan identitas yang mereka miliki dalam kehidupan nyata. Krisis ini dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan konflik internal yang signifikan, yang akan berdampak pada kesehatan mental mereka.

#### **5. Peran Komunitas dan Dukungan Sosial**

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

Meskipun ada tantangan yang dihadapi, media sosial juga dapat menyediakan dukungan sosial yang penting. Komunitas online yang positif dapat membantu remaja merasa diterima dan memahami bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi masalah yang berkaitan dengan identitas. Ini bisa menjadi ruang aman bagi mereka untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan perspektif yang berbeda.

### 6. Pendidikan Literasi Digital

Untuk meminimalisir dampak negatif dari pembentukan identitas melalui media sosial, penting bagi remaja untuk mendapatkan pendidikan mengenai literasi digital. Menyadari perbedaan antara identitas digital dan identitas asli, serta memahami bagaimana manipulasi konten dapat memengaruhi persepsi diri dan orang lain, adalah keterampilan yang sangat penting bagi remaja di era digital ini.

Dengan demikian, media sosial memiliki dampak ganda dalam hal pembentukan identitas remaja. Sementara ia menawarkan peluang untuk eksplorasi diri dan menemukan komunitas, ada juga risiko signifikan yang harus diatasi untuk memastikan perkembangan identitas yang sehat dan positif. Pendekatan yang seimbang dan berbasis pendidikan akan menjadi kunci dalam membantu remaja navigasi dunia yang kompleks ini.

Pengaruh media sosial terhadap keterampilan sosial dan komunikasi remaja merupakan isu yang semakin banyak dibahas. Dengan banyaknya penggunaan platform digital untuk berinteraksi, terdapat perubahan signifikan dalam cara remaja berkomunikasi dan berinteraksi satu sama lain. Berikut adalah analisis mendalam tentang bagaimana media sosial memengaruhi keterampilan sosial dan komunikasi remaja:

#### 1. Peralihan ke Interaksi Virtual

Penggunaan media sosial menawarkan kenyamanan dan aksesibilitas, sehingga remaja lebih memilih interaksi virtual dibandingkan interaksi tatap muka. Hal ini sering kali menyebabkan penurunan keterampilan komunikasi non-verbal, seperti kontak mata, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh, yang sangat penting dalam membangun koneksi sosial yang mendalam.

#### 2. Keterampilan Komunikasi Tatap Muka

Dengan adanya interaksi yang lebih sering dilakukan melalui pesan teks, chat, atau media lainnya, remaja mungkin merasa kurang nyaman atau kurang mampu dalam situasi sosial di dunia nyata. Keterampilan seperti berargumen, memberikan umpan balik secara langsung, dan bernegosiasi dalam konteks sosial dapat terpengaruh, yang berpotensi menghasilkan ketidakpercayaan diri dalam berinteraksi secara langsung.

#### 3. Dampak pada Hubungan Interpersonal

Interaksi yang lebih banyak dilakukan secara virtual dapat mengubah cara remaja membangun dan memelihara hubungan. Meskipun media sosial memungkinkan mereka untuk terhubung dengan banyak orang, kualitas hubungan interpersonal mungkin menurun karena kurangnya kedalaman komunikasi. Hubungan yang pernah dibangun berdasarkan interaksi tatap muka dapat kehilangan nuansa emosional dan keintiman.

#### 4. Pengembangan Keterampilan Empati

Keterampilan empati, yang sangat berkaitan dengan kemampuan memahami dan merasakan pengalaman orang lain, juga dapat terpengaruh. Interaksi di media sosial sering kali bersifat asinkron dan tidak selalu mencerminkan konteks emosional secara langsung. Akibatnya, remaja mungkin mengalami kesulitan dalam mengembangkan empati yang kuat saat berinteraksi dalam situasi nyata.

#### 5. Munculnya Keterampilan Baru

Di sisi lain, media sosial juga dapat memperkenalkan keterampilan komunikasi baru yang relevan dalam konteks digital. Misalnya, kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas dan efektif dalam bentuk teks, mengelola reputasi online, dan berkolaborasi dalam proyek-proyek berbasis digital menjadi keterampilan yang penting di era informasi saat ini.

#### 6. Pendidikan dan Pelatihan Sosial

Penting bagi pendidik dan orang tua untuk memperhatikan perubahan ini dan membantu remaja mengembangkan keterampilan sosial yang seimbang. Program pelatihan komunikasi, kegiatan kelompok, dan pengalaman sosial yang melibatkan interaksi tatap muka dapat membantu memperkuat keterampilan komunikasi yang mungkin menurun akibat penggunaan media sosial yang berlebihan.

#### 7. Kesadaran Diri dan Refleksi

Mendorong remaja untuk lebih sadar akan cara mereka berinteraksi di media sosial dan di dunia nyata juga akan membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan. Refleksi tentang pengalaman komunikasi mereka, baik online maupun offline, dapat membantu mereka memahami kekuatan dan kelemahan dalam keterampilan sosial mereka.

Secara keseluruhan, meskipun media sosial telah mengubah cara remaja berinteraksi dan berkomunikasi, penting untuk menemukan keseimbangan antara penggunaan platform digital dan keterampilan komunikasi tatap muka. Dengan pendekatan yang tepat, remaja dapat dilengkapi dengan keterampilan yang diperlukan untuk bersosialisasi dengan baik, baik di dunia virtual maupun di dunia nyata.

Pengaruh algoritma media sosial terhadap perkembangan sosial remaja adalah topik yang semakin relevan seiring dengan meningkatnya penggunaan

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

platform digital. Algoritma yang digunakan oleh media sosial berfungsi untuk menyajikan konten yang dianggap relevan dan menarik bagi pengguna berdasarkan aktivitas dan preferensi mereka. Namun, hal ini juga dapat menciptakan keterbatasan perspektif. Berikut adalah analisis mendalam mengenai bagaimana keterbatasan perspektif akibat algoritma berdampak pada perkembangan sosial remaja:

### 1. Filter Bubble

Algoritma media sosial cenderung menciptakan "filter bubble," di mana pengguna hanya terpapar pada konten yang sesuai dengan minat dan pandangan mereka. Ini dapat membatasi pemaparan remaja terhadap perspektif yang berbeda dan memperkuat pandangan yang sudah ada. Dalam jangka panjang, kurangnya diversifikasi informasi dapat menghambat kemampuan mereka untuk berpikir kritis dan mempertimbangkan sudut pandang yang berbeda.

### 2. Reinforcement of Preexisting Beliefs

Dengan memperoleh informasi yang lebih sejalan dengan pandangan mereka, remaja berisiko memperkuat keyakinan yang mungkin sudah bias. Ini dapat mengarah pada polarisasi pendapat, di mana mereka cenderung menolak atau mengabaikan informasi yang tidak sejalan dengan apa yang mereka percayai. Ketidakmampuan untuk mendengar dan memahami pandangan lain dapat berkontribusi pada kurangnya toleransi dan empati terhadap kelompok atau individu dengan perspektif yang berbeda.

### 3. Pembentukan Keterampilan Dialog yang Kurang

Keterbatasan dalam mengenal perspektif baru juga berpotensi mengurangi keterampilan dialog remaja. Ketika remaja tidak terpapar pada berbagai sudut pandang, mereka mungkin kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang-orang yang memiliki pandangan yang berbeda. Keterampilan berdebat, mendengarkan aktif, dan menyampaikan argumen dengan baik menjadi semakin menantang ketika mereka terbiasa hanya berinteraksi dengan konten yang sama.

### 4. Dampak pada Empati dan Hubungan Sosial

Kurangnya paparan terhadap keragaman perspektif dapat memengaruhi kemampuan remaja untuk mengembangkan empati. Remaja yang tidak berinteraksi dengan orang-orang dari latar belakang yang berbeda mungkin sulit memahami tantangan dan pengalaman yang dihadapi oleh orang lain. Hal ini bisa menghambat kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang sehat dan inklusif dalam lingkungan sosial mereka.

### 5. Pengembangan Sikap Mandek

Keterbatasan perspektif juga bisa menimbulkan sikap mandek pada perkembangan pemikiran dan tindakan. Ketika remaja tidak dihadapkan pada ide-

ide atau pemikiran baru, mereka mungkin tidak merasa tertantang untuk menggali lebih dalam atau mempertimbangkan alternatif dalam hidup dan keputusan mereka. Hal ini dapat menghambat inovasi, kreativitas, dan kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan di dunia yang cepat.

#### 6. Pendidikan Media dan Kesadaran Digital

Untuk mengatasi masalah ini, pendidikan tentang media dan kesadaran digital menjadi sangat penting. Remaja perlu dilatih untuk mengenali algoritma dan memahami bagaimana konten dibentuk dan disajikan kepada mereka. Dengan membekali mereka keterampilan kritis dalam memilih informasi dan mendorong eksplorasi konten yang beragam, remaja dapat membantu memperluas perspektif mereka.

#### 7. Eksplorasi Konten Luar Zona Nyaman

Mengajak remaja untuk secara aktif mencari dan terlibat dengan konten yang beragam, termasuk yang mungkin bertentangan dengan keyakinan mereka, dapat membantu membuka wawasan. Diskusi kelompok, debat, dan forum diskusi tentang isu-isu sosial dapat mendorong pembelajaran dan pengertian yang lebih baik tentang keragaman pandangan.

Secara keseluruhan, meskipun algoritma media sosial dirancang untuk meningkatkan pengalaman pengguna dengan menyajikan konten yang relevan, penting bagi remaja untuk dikelilingi oleh keragaman perspektif. Membangun pemahaman, toleransi, dan kemampuan komunikasi yang baik dengan orang dari latar belakang yang berbeda sangat krusial untuk perkembangan sosial yang sehat.

### **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian yang menunjukkan peran signifikan media sosial dalam perubahan perilaku sosial remaja di Kota Medan mencerminkan dinamika kompleks yang terjadi dalam masyarakat saat ini. Penggunaan media sosial yang tinggi memang dapat berkontribusi pada peningkatan ekspresi diri remaja dan penerimaan norma-norma sosial yang lebih fleksibel. Berikut adalah beberapa poin penting yang dapat disoroti dari hasil penelitian ini, serta implikasi bagi orang tua, pendidik, dan pemerintah. Perubahan Ekspresi Diri dan Penerimaan Norma Baru Penggunaan media sosial memungkinkan remaja untuk mengekspresikan diri mereka lebih terbuka, menghadirkan keanekaragaman dalam cara mereka berbagi pendapat, kreativitas, dan identitas. Hal ini dapat berujung pada penerimaan nilai-nilai baru yang lebih inklusif, di mana remaja menjadi lebih menghargai perbedaan dan beradaptasi dengan perubahan sosial yang terjadi.

Tanggung Jawab Orang Tua Orang tua memainkan peran penting dalam membantu remaja menavigasi penggunaan media sosial. Edukasi tentang etika digital, privasi, dan dampak dari perilaku online perlu diajarkan sejak dini. Dialog terbuka antara orang tua dan anak mengenai pengalaman online, tantangan, serta

## JURNAL MULTIDISIPLIN SOSIAL HUMANIORA

pengaruh negatif media sosial dapat membantu remaja membuat keputusan yang lebih bijak. Peran Pendidik Pendidik juga memiliki tanggung jawab untuk mengintegrasikan pendidikan media dalam kurikulum. Pengajaran tentang cara menggunakan media sosial secara sehat dan konstruktif, termasuk pengembangan keterampilan berpikir kritis untuk menganalisis informasi, sangat penting. Ini tidak hanya akan membantu siswa dalam penggunaan media yang baik tetapi juga mendukung mereka dalam memahami arti dan implikasi dari norma sosial yang sedang berkembang.

Inisiatif Pemerintah Pemerintah dapat berperan dengan mengembangkan program yang meningkatkan kesadaran akan penggunaan media sosial yang bertanggung jawab. Inisiatif seperti kampanye sosialisasi, seminar, atau workshop untuk remaja dan orang tua tentang dampak media sosial dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih aman dan suportif bagi perkembangan remaja. Strategi Pengawasan dan Bimbingan Pengawasan yang sehat tanpa mengontrol berlebihan adalah kunci. Orang tua dan pendidik harus menciptakan ruang bagi remaja untuk berbagi pengalaman mereka di media sosial, sekaligus memberikan bimbingan mengenai batasan dan norma yang baik. Pendekatan ini tidak hanya mendukung kebebasan berekspresi tetapi juga menjaga keamanan dan kesejahteraan mental remaja.

Mendorong Kreasi Konten Positif Masyarakat juga perlu didorong untuk berpartisipasi dalam menciptakan dan membagikan konten positif di media sosial. Dengan menciptakan contoh yang baik dan menampilkan perilaku yang konstruktif, remaja dapat terinspirasi untuk mengikuti pola perilaku yang lebih sehat. 7. Monitor dan Evaluasi Terakhir, penting untuk melakukan evaluasi terus-menerus mengenai dampak media sosial terhadap perilaku sosial remaja. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami bagaimana perubahan norma-norma sosial ini berdampak pada kesehatan mental, interaksi sosial, dan keterampilan interpersonal remaja. Secara keseluruhan, penelitian ini menggarisbawahi bahwa meskipun media sosial dapat menjadi alat yang berpotensi positif bagi perkembangan remaja, penting untuk ada kerjasama antara orang tua, pendidik, dan pemerintah untuk mengedukasi dan mendukung remaja dalam memanfaatkan media sosial secara sehat. Dengan langkah-langkah yang tepat, kita dapat membantu remaja mengembangkan identitas yang kuat dan nilai-nilai sosial yang positif dalam era digital ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Auliya, F., & Rahmat, A. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja di Indonesia. *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa*, 4(1), 33-45.
- Cahyono, R. (2021). Persepsi Remaja Terhadap Dampak Penggunaan Media Sosial. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 14(2), 45-56.
- Chukwuere, J. E. (2021). Media Sosial dan Interaksi Sosial Siswa. *Jurnal Penelitian*

- Bimbingan dan Konseling, 7(1), 22-34.
- Desiana, F., & Suwarti, H. (2023). Cyberbullying dan Dampaknya Pada Remaja. Universitas Pendidikan Indonesia Repository, 3(5), 67-79.
- Fatmawati, N. (2021). Pengaruh Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Masyarakat. DJKN Kemenkeu, 5(3), 120-135.
- Fitri, S. (2017). Dampak Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Anak. Jurnal Ilmu Sosial, 8(3), 78-89.
- Fitrianur, I. (2016). Perilaku Sosial Siswa Perkotaan dalam Penggunaan Media Sosial. Jurnal Penelitian Komunikasi, 7(2), 41-52.
- Fronika, W. (2021). Pengaruh Media Sosial Terhadap Sikap Remaja. OSF Preprints.
- Harahap, D., & Ikhsan, A. (2024). Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Telegram di Kalangan Remaja. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8(2), 29841-29848.
- Imanidar, O., & Hasani, M. R. (2024). Literasi Sosial di Komunitas Difabel Slawi Mandiri. Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi, 8(2), 197-208.
- Jurnalpost. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Remaja dalam Pemilu 2024. Jurnalpost.
- Khaidir, M. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Pengembangan Konsep Diri Pada Remaja. An-Nida: Jurnal Komunikasi Islam, 15(1), 93-105.
- Khairuni, N. (2016). Dampak Positif dan Negatif Media Sosial Terhadap Pendidikan Akhlak Anak. Jurnal Pendidikan Islam, 2(1), 31-42.
- Kumala, E. A. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Masyarakat. Jurnal Ilmu Sosial dan Budaya, 7(3), 243-256.
- Lestarina, A., & Susanti, M. (2023). Peran Media Sosial dalam Pembentukan Identitas Diri pada Remaja. Jurnal Komunikasi Sosial, 5(1), 44-53.
- Maharani, T. S. (2021). Pengaruh Media Sosial Terhadap Diri Masyarakat. Times Indonesia, 11(4), 112-126.
- Ningrum, D. P. (2019). Pemanfaatan Media Sosial Terhadap Fenomena Hoax di Kalangan Remaja Milenial. Jurnal Ilmiah Padma Sri Kreshna, 1(1), 33-47.
- Nurhayati, M. (2023). Komunikasi Virtual Melalui Media Sosial Instagram di Kalangan Remaja. Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP), 6(1), 50-56.
- Nurwati, N. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. Jurnal Penelitian Sosial, 9(2), 134-145.
- Putri, R. E., & Supriyadi, T. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Persepsi Diri Remaja di Indonesia. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8(1), 7221-7226.
- Qomariyah, F. (2023). Analisis Perilaku Remaja Perkotaan Terhadap Media Sosial. Jurnal Sosial Humaniora, 11(3), 112-121.
- Rahman, J. (2017). Pengaruh Media Sosial Bagi Proses Belajar Siswa. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 4(2), 78-85.
- Rafiq, A. (2020). Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat. Jurnal Global Komunika, 2(1), 15-29.

## **JURNAL MULTIDISIPLIN SOSISAL HUMANIORA**

Regita, S., & Supriyadi, T. (2024). Pengaruh Algoritma Media Sosial Terhadap Persepsi Diri Remaja. *Jurnal Multidisiplin Sosial Humaniora*, 9(1), 55-67.

Susanti, R., & Supriyadi, T. (2023). Media Sosial dan Perubahan Identitas di Kalangan Remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 13(4), 333-348.