PROMOSI KESEHATAN TENTANG KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA PRODI S-1 FARMASI UNIVERSITAS UBUDIYAH INDONESIA

Andi Syahputra¹, Said Rizki Mulya²

^{1,2}S-1 Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia

Email: andi@uui.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap intensitas penggunaan media sosial. Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi S-1 Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia berjumlah 173 yang berusia 12-15 tahun dan memiliki akun media sosial. Peneliti berhipotesis bahwa kepercayaan diri berpengaruh terhadap intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala kepercayaan diri dengan skala intensitas penggunaan media sosial yang disusun dengan teknik Likert. Skala kepercayaan diri memiliki koefisien reliabilitas Alpha Cronbach (α) sebesar 0,879 dan skala intensitas penggunaan media sosial memiliki koefisien reliabilitas Alpha Cronbach (α) sebesar 0,837. Analisis data menggunakan uji regresi linear sederhana karena hanya menguji satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa nilai R square = 0,003 ($F = 0,434$ dan $t = 0,659$) dengan nilai signifikansi sebesar 0,511. Hal tersebut membuktikan bahwa kepercayaan diri tidak berpengaruh terhadap intensitas penggunaan media sosial.

Kata Kunci : Kepercayaan diri, intensitas penggunaan media sosial

ABSTRAC

This study aims to determine the effect of self-confidence on the intensity of social media use. The subjects in this study were 173 students of the Bachelor of Pharmacy study program, Faculty of Health, Ubudiyah University, Indonesia, aged 12-15 years old and had social media accounts. Researchers hypothesize that self-confidence affects the intensity of social media use in students. The data collection tool used is a self-confidence scale with a scale of intensity of social media use compiled with the Likert technique. The self-confidence scale has a Cronbach Alpha reliability coefficient (α) of 0.879 and the intensity scale of social media use has a Cronbach Alpha reliability coefficient (α) of 0.837. Data analysis used a simple linear regression test because it only tested one independent variable and one dependent variable. The results of this study indicate that the value of R square = 0.003 ($F = 0.434$ and $t = 0.659$) with a significance value of 0.511. This proves that self-confidence has no effect on the intensity of social media use.

Keywords: *Confidence, intensity of using social media*

1. PENDAHULUAN

Internet merupakan produk ilmu pengetahuan yang berkembang dengan pesat. Ceyhan (2007) menjelaskan bahwa individu mengirim pesan, mencari informasi, dan

melakukan interaksi dengan siapa saja secara cepat melalui internet. Individu mengakses media sosial dengan internet. Media sosial telah berkembang dengan pesat. Berbagai macam

media sosial saat ini antara lain Facebook, Twitter, Instagram, Path, dan Google plus.

Media sosial merupakan alat bantu untuk berkomunikasi dengan berbagai pihak di belahan dunia dengan menggunakan koneksi internet (Sikape, 2014). Menurut Boyd dan Ellison (2008), media sosial adalah alat perantara berbasis web yang memungkinkan individu membuat profil pribadi, melihat, dan memasuki profil orang-orang yang terdaftar dalam koneksi mereka.

Lenhart dkk (2010) menunjukkan bahwa 93% pengguna media sosial adalah mahasiswa dengan rentang usia 12 hingga 17 tahun. Kementerian KOMINFO melakukan survei terhadap 400 responden dengan rentang usia 10-19 tahun pada tahun 2014. Hasil survei menunjukkan bahwa 79,5% responden adalah pengguna internet. Motivasi utama mereka dalam penggunaan media sosial adalah untuk berkomunikasi (Siaran Pers, 2014). Hasil penelitian tersebut menunjukkan mahasiswa merupakan pengguna aktif media sosial di Indonesia.

Masa mahasiswa merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Santrock, 2003). Masa peralihan ini melibatkan perubahan secara biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2003). Mahasiswa memiliki tugas perkembangan untuk menjalin hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya serta mencapai tingkah laku sosial yang bertanggung jawab (Havighurst, dalam Hurlock, 1990).

Lingkungan keluarga dan sosial sangat mempengaruhi proses pencarian identitas diri pada mahasiswa (Erikson, dalam Feist & Feist, 2010). Gunarsa dan Gunarsa (1981) menjelaskan faktor lingkungan sangat berperan pada proses pembentukan identitas, terutama lingkungan keluarga. Dalam lingkungan keluarga yang positif, mahasiswa berpartisipasi dalam pengambilan keputusan (Enright, dkk dalam Santrock, 2007),

Suasana kekeluargaan yang mendukung dirasakan (Cooper, dkk dalam Santrock, 2007), dan komunikasi antar anggota keluarga baik (Gunarsa & Gunarsa, 1981). Pengaruh lingkungan keluarga yang positif menghasilkan identitas diri yang jelas pada mahasiswa (Gunarsa & Gunarsa, 1981). Dalam lingkungan keluarga yang negatif, mahasiswa

terbatas untuk mengemukakan pendapat, memperoleh bimbingan yang terbatas (Ehricht dkk, dalam Santrock, 2007), lingkungan keluarga tidak utuh (broken home), komunikasi antar anggota keluarga kurang baik (Gunarsa & Gunarsa 1981; Reis & Youniss dalam Santrock, 2007).

Banyak mahasiswa mengalami kegagalan dalam proses perkembangan karena faktor lingkungan keluarga (Gunarsa & Gunarsa, 1981). Pengaruh lingkungan keluarga yang negatif menghasilkan identitas diri yang tidak jelas pada mahasiswa (Gunarsa & Gunarsa, 1981). Dengan demikian, faktor lingkungan keluarga berperan penting dalam proses pencarian identitas diri.

Faktor lingkungan sosial berperan penting dalam proses pencarian identitas (Gunarsa & Gunarsa, 1981). Lingkungan yang mencontohkan perbuatan-perbuatan positif kepada mahasiswa membantu kelancaran pencarian identitas diri pada mahasiswa (Gunarsa & Gunarsa, 1981). Lingkungan sosial yang berpengaruh negatif terhadap mahasiswa, menghambat mahasiswa dalam proses pencarian identitas diri (Gunarsa & Gunarsa, 1981).

Stets dan Burke (2014) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan hasil dari proses pembentukan identitas. Identitas diri yang jelas menghasilkan kepercayaan diri yang tinggi. Identitas yang kabur menurunkan kepercayaan diri. Santrock (2003) menjelaskan rasa percaya diri atau self esteem (harga diri) merupakan dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri. Beberapa ahli mengatakan bahwa kepercayaan diri bersinonim dengan harga diri (Hamblin dkk, dalam Oney & Guven, 2015).

Owens dkk (dalam Oney & Guven, 2015) mengatakan bahwa harga diri dan kepercayaan diri mengacu pada cara seseorang mengevaluasi berbagai kemampuan dan karakteristik pribadi. Setiyo (dalam Puspitasari dan Laksmiwati, 2012) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala kelebihan yang dimiliki dan membuat mereka merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup. Kepercayaan diri mempengaruhi kemampuan seseorang berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain (Adywibowo, 2010).

Siska dan Purnamaningsih (2003) menjelaskan bahwa kepercayaan diri mempengaruhi komunikasi interpersonal Mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi berani untuk berinteraksi dengan orang lain secara langsung. Mahasiswa yang cenderung takut berinteraksi dengan orang lain secara langsung mengalami kegagalan dalam memperluas hubungan antarpribadi dan3. berkomunikasi secara lebih dewasa dengan teman sebaya (Havighurst, dalam Gunarsa & Gunarsa, 1981).

Media sosial menyebabkan seseorang berkomunikasi tidak langsung dengan orang lain. Caplan (2005) mengungkapkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan mengakibatkan dampak buruk berupa bertambahnya komunikasi secara tidak langsung (non-face to face communication). Hur (dalam Iskender & Akin, 2011) menegaskan kecanduan internet menyebabkan ketidakteraturan pada relasi.

Chou dan Hsiao, Griffiths dan Young (dalam Iskender & Akin, 2011) menyatakan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan berdampak negatif dalam kehidupan. Kraut, dkk (dalam Iskender & Akin, 2011) menjelaskan gejala - gejala yang muncul pada penggunaan internet yang berlebihan antara lain, kesulitan mengatur waktu online, kebosanan ketika offline, dan berkurangnya interaksi sosial secara langsung.

Seseorang dengan kepercayaan diri tinggi berani berinteraksi secara langsung. Individu dengan kepercayaan diri rendah cenderung takut berinteraksi secara langsung. Peneliti berasumsi mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi cenderung menggunakan media sosial dengan intensitas rendah. Mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah cenderung menggunakan media sosial dengan intensitas tinggi.

2. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembukaan acara penyuluhan kesehatan dimulai pada pukul 10.00 WIB dan dilanjutkan dengan pemaparan materi tentang "PROMOSI KESEHATAN TENTANG KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP INTESITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWI PRODI S-1 FARMASI UNIVERSITAS UBUDIYAH

INDONESIA". Mahasiswa mahasiswi sangat antusias dalam mendengarkan penyuluhan ini. Mereka tidak hanya mendapatkan materi, tetapi Karena berkat kegiatan ini mereka bisa meningkatkan dan mengelola rasa percaya diri mereka sehingga bijak lagi dalm menggunakan media sosial ini.

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif bagi mahasiswa dan mahasiswi agar mampu menerima penjelasan dan mengaplikasikan saat akan menghadapi penelitian nantinya. Diharapkan kepada mahasiswa mahasiswi agar saat meningkatkan dan mengelola rasa percaya diri mereka sehingga bijak lagi dalm menggunakan media sosial ini.

4. REFERENSI

- Adywibowo, I.P. (2010). Memperkuat kepercayaan diri anak melalui percakapan referensial. *Jurnal Pendidikan Penabur*. No. 15 Tahun ke-9.
- Afiatin, T & Martaniah, S. M. (1998). Peningkatan kepercayaan diri remaja melalui konseling kelompok. *Psikologika : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. No. 6. Tahun III. Yogyakarta : Perpustakaan ICBC.
- Andarwati, S.R & Sankarto, B.S. (2005). Pemenuhan kepuasan penggunaan internet oleh peneliti Badan Litbang Pertanian di Bogor. *Jurnal Perpustakaan Pertanian*. Vol. 14, Nomor 1.
- Frisnawari, A. (2012). Hubungan antara intensitas menonton reality show dengan kecenderungan perilaku prososial pada remaja. *Empathy*. Vol. I, No. 1.
- Iskender, M. & Akin, A. (2011). Self – compassion and internet addiction. *Turkish Online Journal of Educational Technology – TOJET*. Vol. 10/ No.3. p : 215-221.
- Ma'rifah, N.L., & Budiani, M.S. (2012). Hubungan antara attachment style dan self-esteem dengan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi : Teori dan Terapan*. Vol. 3. No. 1.

- O'Keeffe, G.S., & Pearson, K.C. (2011). Clinical report-the impact of social media on children, adolescents, and families. *American Academy of Pediatrics*. Volume 127, Number 4.
- Oney, E., & Guven, G.O. (2015). Confidence: A critical review of the literature and an alternative perspective for general and specific self-confidence. *Psychological Report: Mental and Physical Health*, 116 (1), 149-163.
- Prameswari, S.P.I., Aisah, S., & Mifbakhuddin. (2013). Hubungan obesitas dengan citra diri dan harga diri pada remaja putri di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang. *Jurnal Keperawatan Komunitas*. Volume 1, No. 1; 52-61.
- Puspitasari, R.P. & Laksmiwati, H. (2012). Hubungan konsep diri dan kepercayaan diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal pada remaja putus sekolah. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*. Vol. 3, No. 1, 58-66.
- Ranggamukti, B. (2011). Hubungan antara kepercayaan diri dengan frekuensi mengakses situs jejaring sosial. Skripsi. Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, Indonesia. Dari <http://library.usd.ac.id>
- Sikape, H.J. (2014). Persepsi komunikasi pengguna media sosial pada blackberry messenger twitter dan facebook oleh siswa SMAN 1 Tahuna. *Journal "Acta Diurna"*. Vol. III. No. 3.
- Siska, S. & Purnamaningsih, E.H. (2003). Kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi internasional pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. No. 2, 67-71.
- Stets, J.E., & Burke, P.J. (2014). Self-esteem and identities. *Sociological Perspectives*. Vol. 57(4), 409-433.
- Wulandari, R. (2000). Hubungan antara citra raga dengan intensitas melakukan body language pada wanita. Skripsi sarjana yang tidak diterbitkan. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta