

---

# Social Well-Being in Student Social Media Users: Social Well-Being Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial

Hardaning Prayacita  
Effy Wardati Maryam

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Social well-being is a person's achievement to face social roles in their environment. Social well-being is very important for every individual, especially for students because students are intellectual candidates or young intellectuals who will be the nation's successor who will have various predicates. Social well-being is one of the welfare that students want because of the demands of an increasingly sophisticated technology. This study aims to determine the description of social well-being and the factors that influence social well-being among students using social media. This researcher used a qualitative method with a phenomenological type, using two student subjects aged 18-30 years, male and female who actively use social media. Determination of the subject using purposive sampling, data collection methods in the form of interviews with both subjects. The results showed a picture of social well-being among students using social media in the form of social acceptance, social actualization, social relations, social contribution and social integration. It also shows the factors that support social well-being among students using social media, namely social support, social participation, social attitudes and social contacts.

---

## Pendahuluan

Manusia dalam kehidupan sehari-hari tidak akan lepas dari hubungan sosial maka dari itu manusia bisa disebut makhluk sosial. Dalam hubungan sosial individu akan saling berkomunikasi dengan individu lain. Banyak cara untuk berkomunikasi baik secara langsung maupun tidak langsung. Berkomunikasi langsung bisa dilakukan dengan saling bertatap muka atau bertemu antara individu itu sendiri. Sedangkan secara tidak langsung yaitu adanya perantara antar individu tersebut seperti bisa dengan mengirim surat atau internet. Tetapi dengan berkembangnya zaman cara berkomunikasi tidak langsung lebih bervariasi yaitu dengan menggunakan laptop maupun smartphone yaitu dengan menggunakan internet seperti chatting melalui whatsapp atau media sosial yang sudah sangat mudah dijangkau dan dimiliki banyak orang bahkan sekarang bisa bertatap muka langsung dengan *video call* atau *live streaming*. [] Menurut Dunbar (2016) media sosial juga memungkinkan kita untuk berkomunikasi dengan lebih banyak orang pada saat bersamaan di bandingkan ketika berkomunikasi secara langsung. Media sosial sendiri yaitu suatu media interaksi online seperti blog, aplikasi chatting sampai dengan jejaring sosial. Menurut Nurmi Hasti (2012) dengan media sosial orang mengakses internet tidak hanya untuk mencari informasi tetapi juga dapat berkomunikasi. Berdasarkan data dari *Wearesosial Hootsuite* tahun 2020 pengguna Internet di dunia mencapai 4,5 Milyar orang, ternyata 3,8 milyar sudah menggunakan media sosial [].

Indonesia berada di peringkat tiga dengan pertumbuhan populasi yang mengakses internet sebesar 17% dalam satu tahun terakhir, hampir 80% penggunaan internet di ponsel digunakan untuk media sosial. Generasi milenial yang umum disebut generasi Y serta generasi Z mendominasi penggunaan media sosial. Pengguna media sosial di Indonesia paling banyak berada pada rentang usia 18-34<sup>th</sup>. Menurut data *Wearesosial Hootsuite* 2020 ada 4 media sosial yang paling di gandrungi atau media sosial terpopuler di Indonesia yaitu Youtube dengan 88%, Whatsapp 84%, Facebook 82% dan Instagram 79% sedangkan media sosial yang lain di bawah 50%. Dihat dari data yang di dapat

bahwa pengguna media sosial di Indonesia berada pada rentan usia 18-34<sup>th</sup> maka bisa dikatakan masuk pada fase dewasa awal. Menurut Erikson tahap perkembangan dewasa awal yaitu antara usia 20-30<sup>th</sup>. Pada dewasa awal seorang individu akan masuk pada jenjang yang lebih tinggi dimana akan mendapatkan hal baru yang lebih luas lagi dan masuk sekolah perguruan tinggi atau Universitas, maka dari itu saat individu masuk di bangku perkuliahan dapat dikatakan sebagai mahasiswa. Banyak hal yang harus mahasiswa miliki agar mereka merasa mendapatkan kesejahteraan sosial (*social well-being*) di zaman yang semakin canggih dengan bermacam-macam teknologi. Salah satu teknologi yang digemari yaitu penggunaan media sosial yang cukup berpengaruh dalam dunia sosial karena menjadi kebutuhan. []

*Social well-being* merupakan bentuk evaluasi terhadap kemampuan atau pencapaian individu untuk menghadapi tugas atau peran sosial dalam struktur sosial dan komunitas []. *Social well-being* menyimpulkan berbagai hal yang dapat mempengaruhinya seperti penerimaan sosial (*social acceptance*), kontribusi sosial (*social contribution*), hubungan sosial (*social coherence*), integrasi sosial (*social integration*) dan aktualisasi sosial (*social actualization*) suatu individu dalam lingkungannya. Kemudian faktor yang mempengaruhi *social well-being* menurut Keyes [] yaitu Dukungan sosial, Partisipasi sosial, Sikap sosial dan kontak sosial. *Social Well-being* juga dibentuk oleh jaringan sosial seseorang dan perbedaan sosial yang diperoleh dari orang lain. Dalam hal ini jejaring sosial online (media sosial) dapat bermanfaat dalam melengkapi dalam beberapa kasus menggantikan hubungan sosial dengan cara tatap muka langsung yang semakin berkurang (Putnam, 2007 dalam Mesfin, 2019:77S). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mesfin A., dkk. menunjukkan orang lebih merasa mendapatkan kesejahteraan sosial (*social well-being*) sebagai akibat dari sering menggunakan jaringan sosial yang menjadi rutinitas. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan gambaran *social well-being* pada mahasiswa pengguna media sosial dan mendeskripsikan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *social well-being* pada mahasiswa pengguna media sosial. []

## Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan tipe fenomenologi. Subjek penelitian terdiri dari dua orang mahasiswa yang aktif menggunakan media sosial, ditentukan dengan teknik purposive sampling. Kriteria subjek dalam penelitian ini meliputi mahasiswa yang berusia 18-30 tahun serta pengguna aktif media sosial. Wawancara dilakukan dengan subjek penelitian untuk memperoleh data tentang gambaran *social well-being* pada mahasiswa pengguna media sosial. []; [] Analisis data dilakukan menggunakan metode Miles dan Huberman.

## Hasil dan Pembahasan

Analisa dari hasil penelitian yang meliputi gambaran *Social Well-being* pada mahasiswa pengguna media sosial dan faktor-faktor yang mempengaruhi *Social Well-being* pada mahasiswa pengguna media sosial. [] *Social well-being* merupakan bentuk evaluasi terhadap kemampuan atau pencapaian individu untuk menghadapi tugas atau peran sosial dalam struktur sosial dan komunitas []. Dimensi pertama yang menggambarkan *social well-being* bentuk *Social Acceptance* (penerimaan sosial) yang ditunjukkan oleh kedua subjek yaitu sama-sama percaya dengan media sosial whatsapp karena menurut mereka berada di lingkup orang-orang terdekat atau bisa dibilang orang yang dikenal. Sedangkan menurut kedua subjek video dalam media sosial youtube juga memiliki efek positif karena banyak tutorial yang dapat membantu dan bahkan ada video yang dapat menghibur.

Pada dimensi ke dua dari *social well-being* yaitu *Social Actualization* (aktualisasi sosial) kedua subjek sama-sama merasa mendapatkan dampak positif dalam penggunaan media sosial. [] Subjek I merasa media sosial whatsapp dan youtube memiliki potensi yang baik karena membantu dalam perkuliahan sampai masalah bisnisnya dan bahkan mendapatkan banyak pengetahuan dari video dalam youtube. Sedangkan pada subjek II dia merasa dimudahkan dalam berkomunikasi dan untuk menghibur dirinya, bukan hanya itu subjek juga dapat membagikan informasi untuk meringankan

pekerjaannya. Jadi menurut kedua subjek media sosial dapat berkembang secara positif bagi kehidupan mereka. Selanjutnya untuk *Social Coherence* (hubungan sosial) menurut subjek I penggunaan media sosial memiliki nilai yang positif serta dia memahami kegiatan di dalamnya seperti aktif dalam grup whatsapp untuk berkomunikasi ataupun musyawarah dengan teman-temannya. Lalu pada subjek II dia merasa media sosial sangat efektif dalam membantunya untuk bertukar pikiran dalam bersosialisasi secara langsung dan mudah berkomunikasi dengan teman yang jaraknya jauh. []

*Social Contribution* (Kontribusi Sosial) kedua subjek merasa sama-sama memiliki peran penting dalam media sosial yang mereka ikuti. Pada subjek I dia memiliki hal yang bernilai yang dapat dibagikan dalam perkuliahan karena dia sebagai penanggung jawab matakuliah dan usahanya, subjek juga berkontribusi dengan membuat video yang dibagikan di youtube yang dapat bermanfaat bagi orang lain. Kemudian pada subjek II dia merasa penting karena dapat memberikan informasi penting atau ide-ide yang dapat dibagikan sehingga bermanfaat bagi masalah perkuliahan, pekerjaan dan organisasinya untuk sebagai bahan diskusi. Dimensi yang terakhir dari *social well-being* yaitu *Social Integration* (integrasi sosial) pada kedua subjek merasa menjadi bagian dalam media sosial dan memiliki hubungan baik dengan lingkungan media sosial yang mereka ikuti. Pada subjek I dia merasa menjadi bagian dalam media sosial karena selalu aktif di dalamnya dan jika tidak aktif akan dicariin sama teman-teman dan mendapat respon baik dari semua yang dibagikan dalam media sosialnya. Sedangkan pada subjek II masih sama dengan subjek I karena menggunakan media sosial setiap hari, maka dia merasa memiliki hubungan baik dengan orang dalam media sosial dan didukung oleh orang terdekatnya dengan support dan dapat bersosialisasi dengan baik.

Dalam penelitian ini kedua subjek menunjukkan faktor-faktor yang mempengaruhi *Social Well-being* meliputi dukungan sosial, partisipasi sosial, sikap sosial dan kontak sosial. Dalam faktor dukungan sosial menurut Sarafini dan Smith (2011) sumber dukungan sosial bisa berasal dari berbagai sumber bisa berasal dari orang tua, teman, pacar dan organisasi komunitas. Cara lain bagi seseorang yang mencari dukungan sosial dan membuat hubungan sosial yaitu melalui internet []. Sesuai dengan hasil penelitian kedua subjek didukung oleh keluarga mereka dan teman-teman seperti *pen-support* atau penyemangat dan bantuan. Sehingga kedua subjek aktif menggunakan media sosial untuk tetap melakukan semua kegiatannya. Faktor selanjutnya yang mempengaruhi *social well-being* seorang individu yaitu partisipasi sosial. Adanya rasa kebersamaan dan keterlibatan dalam kegiatan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan hubungan dengan lingkungan itu berkaitan erat dengan *social well-being* pada seorang individu (Luise Muller, 2012). Pada kedua subjek partisipasi sosial yang mereka lakukan sama yaitu aktif menggunakan media sosial untuk membagikan informasi penting bagi orang-orang di sekitarnya dan pada subjek I menurutnya membagikan sesuatu yang dia sukai itu membuatnya sangat senang.

Sikap sosial adalah faktor ke tiga yang dapat mempengaruhi *social well-being* pada seorang individu. Menurut Teori identitas sosial yang dijelaskan oleh Tajfel (1978) menyatakan bahwa identitas sosial merupakan bagian penting dari citra diri seseorang dan sumber yang berharga bagi perasaan positif mengenai diri mereka. Sehingga saat individu percaya dengan komunitasnya maka dia memiliki identitas sosial yang bisa dikatakan penting bagi diri mereka sendiri. Terlihat juga pada hasil penelitian pada kedua subjek yaitu percaya dan puas akan media sosial yang aktif mereka gunakan untuk memenuhi kebutuhannya, seperti mengikuti tren berjualan online untuk mencukupi kebutuhan ekonom. Faktor terakhir yang dapat mempengaruhi *social well-being* yaitu kontak sosial. Beberapa orang menggunakan internet untuk membentuk potensi ikatan baru yang kuat []. Menurut penelitian Bekalu [] yang menyatakan bahwa akibat dari sering menggunakan jaringan sosial yang menjadi rutinitas dan semakin sering mereka berhubungan emosional maka akan mendapatkan kesejahteraan sosial (*social well-being*). Kontak sosial ini dilakukan oleh kedua subjek dengan cara berinteraksi secara online menggunakan media sosial dengan banyak orang untuk berkomunikasi ataupun berbagi informasi dan mereka sudah cukup lama menggunakan media sosial ini. []

---

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan mahasiswa pengguna media sosial terlihat pada *social well-being* yang di tunjukkan pada semua dimensi penerimaan sosial, aktualisasi sosial, hubungan sosial, kontribusi sosial dan integrasi sosial. Serta terlihat juga dalam faktor dukungan sosial yang di dapat dari keluarga dan teman dalam bentuk semangat dan bantuan, partisipasi sosial dengan ikut aktif membagikan informasi yang dimiliki dan ikut andil dalam kegiatan secara online, serta sikap sosial dengan percaya akan media sosial yang digunakan dan adanya kontak sosial yang di lakukan secara online sehingga memudahkan dan lebih efisien waktu dan tempat.

## Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada mahasiswa Universitas "X" yang telah memberikannya sehingga terlaksananya penelitian ini, serta Pimpinan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

## References

1. Bekalu, M. A., McCloud, R. F., & Viswanath, K. (2019). Association of Social Media Use With Social Well-Being, Positive Mental Health, and Self-Rated Health: Disentangling Routine Use From Emotional Connection to Use. *Health Education & Behavior*, 46(2S), 69S-80S.
2. Drakel, W. J., Pratiknjo, M. H., & Mulianti, T. (2018). PERILAKU MAHASISWA DALAM MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL. *Holistik*, 1-20.
3. Keyes, C. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140.
4. King, L. A. (2014). *PSIKOLOGI UMUM*. Jakarta: Salemba Humanika.
5. Kurniawan, A. (2020, 5). Pengertian Mahasiswa Menurut Para Ahli Beserta Peran Dan Fungsinya. Retrieved 5 2020, from gurupendidik.com: <https://www.gurupendidikan.co.id/pengertian-mahasiswa/>
6. Kusuma, W. (2019, Februari). Separuh Penduduk Indonesia Sudah "Melek" Media Sosial. Retrieved Juni 2020, from Kompas.com: <https://tekno.kompas.com/read/2019/02/04/19140037/separuh-penduduk-indonesia-sudah-melek-media-sosial#:~:text=Generasi%20milenial%20yang%20umum%20disebut,rentang%20usia%2018%2D34%20tahun.>
7. Moleong, L. (2017). *Metedologi Penelitian Kualitatif (Revisi)*. Retrieved from [www.rosda.co.id](http://www.rosda.co.id)
8. Ramadhan, B. (2020, februari). Ini Data Pengguna Internet di Seluruh Dunia Tahun 2020. Retrieved Mei 2020, from TEKNOIA: <https://teknoia.com/data-pengguna-internet-dunia-ac03abc7476>
9. Santrock, J. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Edisi 13 Jilid 1, Penerjemah: Widiasinta,B)*. Jakarta: Erlangga.
10. Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
11. Sumarti. (2019). Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial dan Subjektive Well Being Generasi Z. *Jurnal Psikologi*.
12. Trisnani. (2017, November). PEMANFAATAN WHATSAPP SEBAGAI MEDIA KOMUNIKASI DAN KEPUASAN DALAM PENYAMPAIAN PESAN DIKALANGAN TOKOH MASYARAKAT. *JURNAL KOMUNIKASI, MEDIA DAN INFORMATIKA*, 6(3), 1-12.