

Kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi terhadap kelelahan menggunakan media sosial



p-ISSN 2746-8976; e-ISSN 2685-8428
ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia
2022, Vol 10(1):58-63
DOI:10.22219/cognicia.v10i1.20077
©The Author(s) 2022
© 4.0 International license

Alfia Hidayatul Hafiza¹, Adhyatman Prabowo², dan Silfiasari³

Abstract

The fatigue of social media after use is the impact from a person's lower level of well-being related to their social media life. Social media use can't be separated from the existence of privacy concerns that can make someone feel physique and mentally exhausted because of their personal information pressure on social media. This study aims to empirically examine the effect of online subjective well-being and privacy concern to social media fatigue. The subjects of this study were social media users aged 20-30 years old, had at least 2 accounts, and used social media with a minimum duration of 6 hours a day, total respondents were 337 and used random sampling technique. The data was collected online using the Online Subjective Well-Being (OSWB), Social Media Fatigue (SMF), and Privacy Concern (PC) scales. Regression analysis showed that online subjective well-being and privacy concerns had an effect on social media fatigue ($p < 0.001$).

Keywords

Online subjective well-being, privacy concern, social media fatigue.

Pendahuluan

Perkembangan kehidupan manusia semakin berkembang dengan pesat. Hal ini juga dipengaruhi oleh teknologi informasi. Semakin banyak platform media sosial yang bermunculan membuat masyarakat mendapat kebebasan dalam menyampaikan ide, kreativitas, pendapat, dan hal lainnya di setiap waktu. Secara nyata, media sosial telah mempengaruhi segala aspek dalam kehidupan sosial masyarakat, salah satunya di Indonesia. Media sosial merupakan suatu wadah berbasis teknologi internet yang dapat mendukung interaksi dan komunikasi para penggunanya secara lebih interaktif. Menurut Kaplan dan Haenlein (2010), media sosial adalah wadah atau layanan berbasis internet yang membuat penggunanya untuk saling berbagi pendapat, pikiran, cara pandang hingga pengalaman mereka. Kehadiran media sosial dalam masyarakat memungkinkan adanya hubungan tanpa batas ruang maupun waktu. Selain dengan memberikan akses komunikasi, media sosial juga menjadi sarana dalam berbagi informasi bahkan hiburan. Seiring dengan perkembangan zaman dan teknologi, media sosial saat ini sudah tidak terbatas pada pesan seluler melainkan banyak fitur-fitur yang ditambahkan seperti fitur foto, video dan suara. Banyak pula bermunculan platform media sosial untuk menunjang kebutuhan kehidupan masyarakat atau sekedar menjadi aplikasi hiburan seperti zoom, twitter, instagram, whatsapp, tik tok dan lainnya.

Kemunculan pandemi covid-19 menjadi permasalahan kesehatan global yang muncul pertama kali pada Desember 2019 yang diakibatkan oleh penyebaran virus corona (2019-nCoV) di Wuhan, Cina. Kehadiran virus corona menciptakan banyaknya kebijakan kesehatan dari pemerintah, seperti lockdown, pembatasan fisik (physical distancing) dan sosial (social distancing) untuk mencegah lebih banyaknya penularan virus (Wibowo & Afriyani, 2021). Adanya

pembatasan sosial dan fisik memaksa banyak orang untuk beralih memanfaatkan media sosial dan media berbasis internet untuk tetap terikat dan berhubungan dengan orang lain, pekerjaan, hingga mencari hiburan sehingga kebutuhan penggunaan media sosial terus meningkat selama masa pandemi covid-19. Pada tahun 2021 menurut data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) menyatakan adanya kenaikan jumlah pengguna internet sebesar 11 persen dari tahun sebelumnya, yakni dari 175,4 juta menjadi 202,6 juta pengguna. Menurut persentase pengakses internet dari Badan Pusat Statistik (2021) di Indonesia pada tahun 2018-2020 ditemukan jika rentang usia yang paling tinggi persentasenya adalah individu 25 tahun ke atas. Berdasarkan pada rentang perkembangan individu dalam usia 20 hingga 30 tahun disebut sebagai dewasa awal (Santrock, 2012).

Media sosial dalam penggunaannya seperti pedang bermata dua, yang mana pada satu sisi memberikan dampak positif dan sisi lainnya memberi dampak yang negatif. Selama masa pandemi covid-19, media sosial dapat menjadi media yang menghubungkan orang dengan lingkungan sosialnya, pekerjaan, dan pendidikan hingga memberikan hiburan di tengah kesuntukan pembatasan yang diterapkan oleh pemerintah. Dampak negatif yang muncul akibat penggunaan media sosial yakni potensi dikuntit di dunia maya (Kaur et al., 2021a), rasa takut akan ketinggalan (FoMO) (Tandon et al., 2021a), masalah tidur (Dhir et al., 2021; Kaur et al.,

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Malang

Alfia Hidayatul Hafiza, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

Email: alfiahidayatulhafiza@webmail.umm.ac.id, adhyatman-prabowo@umm.ac.id, silfiasari@umm.ac.id

2021b) dan emosi negatif yang timbul dari penggunaan media sosial, seperti kecemburuan, kecemasan, dan depresi (Tandon et al., 2021b). Kelelahan juga menjadi salah satu dari dampak negatif yang timbul karena penggunaan media sosial (Malik et al., 2019). Penggunaan media sosial yang berlebihan menyebabkan rasa lelah atau disebut dengan istilah kelelahan bermedia sosial karena tekanan yang didapat oleh individu (Zhang et al., 2016). Kelelahan bermedia sosial merupakan perasaan subjektif dari pengguna media sosial yang meliputi perasaan lelah, marah, kecewa, dan menurunnya minat karena banyaknya konten yang tersaji (Bright, Kleiser, & Grau, 2015; Ravindran, Yeow Kuan, & Hoe Lian, 2014; Rahardjo et al., 2021). Adanya kelelahan bermedia sosial juga dapat menyebabkan individu kehilangan konsentrasi atas kegiatan yang perlu dilakukan (Zhang et al., 2016; Rahardjo et al., 2021). Menurut Wheelan, Islam, dan Brooks (2020) kelelahan bermedia sosial dapat terjadi akibat adanya informasi, komunikasi dan sosial yang didapatkan secara berlebihan ketika menggunakan media sosial. Semakin lama waktu yang individu habiskan dalam bermedia sosial dan banyaknya konten yang tersedia memicu timbulnya kelelahan (Bright, Kleiser, & Grau, 2015).

Media sosial menjadi wadah bagi individu untuk menciptakan dunia baru yang ideal sehingga timbul perasaan positif seperti kepuasan atau bahkan perasaan negatif seperti kelelahan. Kesejahteraan subjektif sejatinya merupakan penilaian seseorang terhadap hidupnya sebagai hasil dari proses untuk mencapai suatu tujuan, keterlibatan dalam aktivitas yang menyenangkan dan menarik, hingga adanya hubungan sosial yang terjalin secara positif (Diener, Sapyta, & Suh, 1998). Arus perasaan dan emosi individu secara luas meliputi kepuasan, kebahagiaan, hingga pengaruh positif dan negatif dari penggunaan internet dan media sosial disebut sebagai kesejahteraan subjektif online (Fan et al., 2019; Verduyn et al., 2017) yang disebabkan adanya dukungan sosial dan kepuasan digital atau media sosial (Huang, 2016). Kelelahan menjadi efek negatif yang dirasakan individu dengan kesejahteraan subjektif yang rendah akibat penggunaan media sosial secara berlebihan (Wang et al., 2017).

Untuk dapat masuk dan menggunakan media sosial kita perlu mendaftarkan dan menyerahkan informasi pribadi (seperti nama, tanggal dan tempat lahir, hingga nama orang tua) bahkan ketika telah dapat mengakses media sosial seseorang dapat dengan bebas membagikan foto, video, atau bahkan lokasi yang terkait dengan kehidupan pribadi mereka. Adanya kebebasan bermedia sosial membuat orang mungkin secara tidak sadar telah menyerahkan informasi pribadi (privasi) sehingga beresiko menjadi boomerang (Dijk, 2012). Beberapa ahli mengatakan tingginya keterlibatan seseorang pada media sosial akan menyebabkan pengguna mengalami masalah privasi akibat meningkatnya pelanggaran data dan keterjangkauan khusus dari platform media sosial (Choi & Sung, 2018). Masalah privasi menjadi komponen yang menyebabkan kelelahan bermedia sosial (Dhir et al., 2019; Lee & Hsieh, 2013). Selain itu menurut Ye dan Ho (2018) masalah privasi pengguna media sosial dapat mempengaruhi perilaku mereka untuk melindungi informasi pribadi yang terdapat pada akun media sosial sehingga menimbulkan dampak negatif pada kesejahteraan subjektif mereka.

Berdasarkan pemaparan di atas peneliti mengemukakan pertanyaan sebagai rumusan dari masalah, yakni apakah ada pengaruh kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi terhadap kelelahan menggunakan media sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan literatur yang membahas mengenai kesejahteraan subjektif dilihat dari konteks kehidupan di dunia maya, kelelahan yang disebabkan oleh penggunaan media social, serta masalah privasi yang menjadi kekhawatiran dalam berkomunikasi dan berinteraksi di jejaring media online. Selain itu, harapannya penelitian ini memberikan masukan kepada para pengguna media sosial di Indonesia untuk dapat lebih memilih dan memilah informasi pribadi yang disebar atau diberikan dalam media sosial mereka agar tidak menimbulkan permasalahan kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi sehingga muncul kelelahan bermedia sosial.

Metode

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional guna mengetahui hubungan antar variabel bebas dan variabel terikat tanpa adanya perubahan serta manipulasi hasil data yang diperoleh. Metode atau pendekatan kuantitatif menurut Neuman (2003) merupakan suatu teknik atau metode yang datanya berupa angka atau bilangan. Sedangkan desain korelasional merupakan prosedur penelitian kuantitatif untuk mengukur tingkat hubungan antar variabel dengan proses statistik analisis correlational (Prasetyo, 2012).

Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini subjek atau responden merupakan individu dalam rentang usia dewasa awal yakni 20-30 tahun (Santrock, 2012) sebanyak 337 orang dengan kriteria khusus berupa pengguna media sosial, memiliki minimal 2 akun media sosial, dan penggunaan yang lebih dari 6 jam per harinya. Pengambilan data menggunakan teknik simple random sampling adalah cara untuk mengambil sampel yang memberi kesempatan terpilihnya setiap anggota populasi (Arieska dan Herdiani, 2018). Rincian data karakteristik penelitian terletak pada Tabel 1.

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah individu dalam rentang usia 20-29 tahun. Partisipan merupakan pengguna media sosial dengan jumlah akun media sosial sebanyak 2 hingga 10 dengan lama penggunaan berkisar antara 6 sampai 15 jam lebih per harinya.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga variabel yang terdiri atas dua variabel bebas, yakni kesejahteraan subjektif online (X1), masalah privasi (X2), dan kelelahan bermedia sosial sebagai variabel terikat (Y).

Kesejahteraan subjektif online adalah suatu perasaan atau konsep afeksi dari kesejahteraan secara subjektif dalam konteks online yang dilihat dari penggunaan media sosial dan dalam penelitian ini menjadi variabel X1 atau variabel bebas pertama. Instrumen penelitian ini digunakan dari skala Online Subjective Well-Being (OSWB) yang memiliki 6 item

Tabel 1. Karakteristik Penelitian

Karakteristik	N	Presentase
Usia		
20 - 23	312	92.5 %
24 - 26	20	6.0%
27 - 29	5	1.5%
Jenis Kelamin		
Perempuan	248	73.6 %
Laki-laki	89	26.4 %
Jumlah Akun Medsos		
2 - 4	281	83.4 %
5 - 7	41	12.2 %
8 - 10	6	1.8%
lainnya	9	2.7%
Lama Penggunaan		
6-10 jam perhari	271	80.4 %
>10 jam perhari	64	19.0 %
>15 jam perhari	2	0.6%

di dalamnya. Skala OSWB dikembangkan oleh Kaur et al. (2021c) kemudian diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia, satu contoh dari itemnya adalah “Saya puas dengan kehidupan sosial daring saya di platform media sosial”. Skala OSWB telah dilakukan uji coba kepada 30 responden dan diperoleh nilai reliabilitas skala sebesar 0.841. Pengukuran tanggapan berbentuk skala likert dengan nilai 1 – 4 (1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, dan 4 = sangat setuju).

Masalah privasi menjadi variabel bebas kedua atau variabel X2 dari penelitian ini. Masalah privasi adalah permasalahan yang terjadi dalam pemberian informasi pribadi ketika menggunakan media sosial. Pengumpulan data menggunakan skala Privacy Concern (PC) yang dikembangkan oleh Kaur et al. (2021c) yang terdiri dari 6 item, skala kemudian diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan telah diuji reliabilitasnya sebesar 0.845 dengan salah satu contoh itemnya yaitu “Saya khawatir tentang privasi saya di media sosial”. Skoring dilakukan menggunakan skala likert dengan rentang nilai 1 – 4 (1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, dan 4 = sangat setuju).

Kelelahan bermedia sosial yakni perasaan negatif berupa kelelahan ketika bermedia sosial dan merupakan variabel terikat (variabel Y). Pengukuran untuk variabel ini menggunakan skala Social Media Fatigue (SMF) yang dikembangkan oleh Kaur et al. (2021c) dengan jumlah 5 item menggunakan skala likert 1-4 (1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, dan 4 = sangat setuju). Skala SMF kemudian diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia, salah satu itemnya berbunyi “Saya merasa lelah lantaran penggunaan media sosial”. Setelah dilakukan uji coba kepada 30 responden, diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0.892.

Prosedur dan Analisis Data

Proses penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa tahap, yakni tahap pertama (persiapan), tahap kedua (pelaksanaan pengumpulan data), dan tahap ketiga (analisis data). Pada tahap pertama (persiapan), peneliti menentukan dan mengidentifikasi permasalahan, variabel yang terkait dan pengkajian literatur dari permasalahan yang dibahas. Kemudian berlanjut pada pencarian alat ukur (instrumen) yang valid dan reliabel. Proses ini dapat membantu peneliti

dalam menyusun dan menuliskan latar belakang pelaksanaan penelitian, perumusan kajian teoritik, dan hipotesis, serta penentuan subjek, metode penelitian, dan instrumen yang digunakan.

Tahap kedua yakni pelaksanaan pengumpulan data menggunakan instrumen yang telah didapatkan kepada subjek dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Pengumpulan data menggunakan metode online pada google form yang disebarluaskan melalui media sosial. Subjek atau responden bersifat sukarela dan tanpa adanya paksaan. Instrumen atau alat ukur yang telah didapat perlu melalui tahap adaptasi melalui expert judgment dan try out sebelum disebarluaskan untuk pengambilan data.

Tahap terakhir analisis data dari apa yang telah didapatkan berdasarkan pelaksanaan tahap kedua (pengumpulan data). Setelah data didapatkan, maka dilakukan analisis menggunakan regresi linear berganda untuk melihat pengaruh kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi terhadap kelelahan bermedia sosial.

Hasil

Hasil pelaksanaan penelitian didapatkan skor kategori rendah dari variabel kesejahteraan subjektif online sebanyak 40.4% dan yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 59.6%. Hasil dari variabel masalah privasi dengan kategori rendah sebesar 45.1% dan kategori tinggi 54.9%. Sedangkan untuk variabel kelelahan bermedia sosial untuk kategori rendah adalah senilai 43.3% dan kategori tinggi adalah 56.7%, selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 3.

Sebelum dilakukannya analisis regresi berganda, maka data perlu memenuhi syarat asumsi normalitas. Uji normalitas dilihat dari hasil nilai Skewness dan Kurtosis. Dari hasil uji normalitas didapatkan bahwa hasil nilai skewness pada variabel kesejahteraan subjektif online adalah sebesar -0,172 dan nilai kurtosis kesejahteraan subjektif online 0.382. Analisis untuk variabel kelelahan bermedia sosial untuk uji normalitas mendapatkan nilai skewness 0.064 dan kurtosis -0.445. Sedangkan untuk variabel masalah privasi hasil nilai skewness-nya adalah -1.055 dan kurtosis-nya adalah 1.138. Dari rincian hasil skewness dan kurtosis pada setiap variabel, diketahui bahwa nilai pada setiap item variabel berada dalam batas toleransi, yakni masih dalam rentang ± 2 dan dapat dikatakan jika data penelitian ini telah memenuhi asumsi normalitas sehingga data telah berdistribusi normal untuk dapat dilakukan analisis regresi linear.

Hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi sebagai predictor secara signifikan dapat memprediksi kelelahan bermedia sosial dengan $F(2,334) = 17.636, p < 0.001$. Varians kelelahan bermedia sosial yang mampu dijelaskan oleh kedua predictor tersebut sebesar 9.6% ($R^2 = 0.096$). Selain itu ditemukan jika secara signifikan kesejahteraan subjektif online mampu memprediksi kelelahan bermedia sosial ($= -0.153, p = 0.004$) dan masalah privasi mampu memprediksi kelelahan bermedia sosial ($= 0.265, p < 0.001$).

Pembahasan

Hasil dari penelitian ini adalah pertama; adanya pengaruh kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi terhadap

Tabel 2. Indeks Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Nama Instrumen	Jumlah Item	Korelasi Item-Total	Reliabilitas ()
Online Subjective Well-Being (OSWB)	6	0.395–0.813	0.841
Privacy Concern (PC)	6	0.347–0.877	0.845
Social Media Fatigue (SMF)	5	0.618–0.797	0.892

Tabel 3. Kategorisasi Subjek

	Kategori	Norma Kategorisasi	Jumlah	Presentase
Kesejahteraan Subjektif Online	Tinggi	X 50	201	59.6 %
	Rendah	X 50	136	40.4 %
	Total		337	100 %
Masalah Privasi	Tinggi	X 50	185	54.9 %
	Rendah	X 50	152	45.1 %
	Total		337	100 %
Kelelahan Bermedia Sosial	Tinggi	X 50	191	56.7 %
	Rendah	X 50	146	43.3 %
	Total		337	100 %

Tabel 4. Analisis Regresi Linear

Alat Ukur	Jumlah Item Valid	Indeks Reliabilitas
Body Shape Questionnaire (BSQ)	19	0.822
Body Comparison Scale (BCS)	11	0.944

kelelahan menggunakan media sosial. Berdasarkan perhitungan analisis statistik regresi linear berganda, kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi secara signifikan mampu memprediksi kelelahan dalam menggunakan media sosial dengan nilai dari $F = 17.636$ dan $p < 0.001$. Penjabaran tersebut menunjukkan bahwa individu yang merasa puas dan dapat meregulasi emosi serta perasaannya dengan baik dapat menekan munculnya efek negatif dari media sosial, yakni kelelahan. Selain itu, pengguna media sosial yang memiliki tingkat kekhawatiran yang tinggi akan informasi pribadi yang dicantumkan atau dibagikan dalam media sosial dapat meningkatnya kelelahan ketika menggunakan media sosial. Kontribusi efektif dari varian kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi secara bersamaan sebesar 9.6% terhadap kelelahan bermedia sosial, sementara sisanya merupakan kontribusi dari faktor-faktor lain diluar dari variabel yang disebutkan dalam penelitian.

Kedua; adanya pengaruh kesejahteraan subjektif online terhadap kelelahan bermedia sosial ditunjukkan dari nilai yang signifikan ($t = -2.939$; $p = 0.004$) dengan sumbangan efektif atas varian secara mandiri sebesar 2.4%. Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pengguna media sosial yang merasa tidak puas akan kehidupannya di media sosial dan membuatnya tidak dapat menggunakan media sosial tersebut dengan tepat serta bijak memiliki kemungkinan lebih besar merasakan kelelahan sebagai efek negatif dari bermedia sosial (Kaur et al., 2021a). Selain itu, individu dalam rentang usia dewasa awal yang mempercayai bahwa kehidupan di media sosial dapat memberikan kebahagiaan dan memungkinkan mereka untuk dapat mengembangkan kehidupan sosial digital, sehingga kesejahteraan subjektif online berperan sebagai faktor pelindung individu terhadap dampak negatif dari media

sosial, termasuk kelelahan. Satici dan Uysal (2015) juga menyatakan jika keterikatan serta kepuasan individu akan kehidupan bermedia sosial dapat mendorong seseorang pada fenomena negatif yang muncul akibat dari penggunaan media sosial yang berlebihan sehingga ada peningkatan kapasitas dalam diri mereka untuk dapat memproses suatu informasi dan komunikasi yang diterima. Kaur et al. (2021c) juga menyebutkan bahwa model keterbatasan kapasitas menjadi dasar untuk memahami bagaimana motivasi positif seperti kesejahteraan subjektif online dapat memberikan output yang negatif seperti kelelahan.

Ketiga; berdasarkan hasil dari analisis nilai $t = 5.081$; $p < 0.001$ pada variabel masalah privasi, memperlihatkan bahwa masalah privasi juga berkorelasi secara positif dan signifikan terhadap kelelahan bermedia sosial. Sumbangan efektif varian masalah privasi sebesar 7.1% terhadap kelelahan bermedia sosial, dimana adanya masalah terkait informasi pribadi dan privasi dalam media sosial dapat memberikan tekanan kepada penggunaannya sehingga muncul rasa lelah.

Menurut Lee dan Hsieh (2013) masalah privasi menjadi salah satu resiko dari media sosial dan menjadi penyebab munculnya kelelahan bermedia sosial. Media sosial sering kali bersinggungan dengan masalah privasi, masalah akan pelanggaran privasi, data pribadi dan sensitif yang diunggah serta pengaturan privasi yang cukup rumit dapat menimbulkan kebingungan serta tekanan sehingga berpotensi menyebabkan kelelahan (Malik et al., 2016). Selain itu, Dhir et al. (2019) menyatakan bahwa keterlibatan masalah privasi yang terdapat pada media sosial berdampak pada tingginya kelelahan yang dirasakan oleh para pengguna media sosial. Dari pemaparan tersebut maka masalah privasi menjadi variabel dalam penggunaan media sosial yang dapat memberikan dampak munculnya kelelahan karena adanya tekanan hingga kekhawatiran akibat dari informasi pribadi yang diberikan untuk dapat mengakses atau menggunakan media sosial.

Kaur et al. (2021a) menyatakan jika adanya kontrol akan informasi pribadi yang diberikan ke platform media sosial serta fokus pengguna terhadap kepuasan penggunaan media sosial dapat menekan timbulnya kelelahan dalam bermedia sosial. Selain itu menurut Beaudry dan Pinsonneault (2005) ada dua cara untuk individu merespon permasalahan privasi

yang menyebabkan kelelahan berdasarkan sistem koping, yakni respon secara perilaku dan respon kognitif. Berdasarkan dari respon perilaku, pengguna yang terlalu fokus dengan efek dari permasalahan privasi sehingga mereka menghabiskan banyak waktu untuk mencermati dan mempelajari bagaimana kebijakan privasi yang diberikan oleh platform media sosial dapat diterapkan lebih ketat untuk melindungi konten yang mereka unggah (Lin, Fan, & Chau, 2014). Sedangkan dari sisi kognitif, individu dengan tingkat kerasionalan yang baik dapat mengevaluasi perilaku yang ditunjukkan berdasarkan pada preferensi yang mencerminkan tingkat kepercayaan mereka terhadap media sosial (Becker, 1978).

Maka dapat dikatakan bahwa diluar dari kesejahteraan subjektif online pengguna yang rendah dan adanya tekanan dari masalah privasi yang menyebabkan kelelahan bermedia sosial, ada faktor-faktor lain yang mungkin saja berlaku dan memberikan sumbangan efektif lebih besar seperti kapasitas diri, kontrol akan informasi pribadi yang berikan, kepuasan, koping hingga tingkat kepercayaan terhadap platform media sosial yang ada. Kurangnya pembahasan terkait hubungan dan pengaruh kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi terhadap kelelahan bermedia sosial menjadi salah satu penghambat dan keterbatasan dalam pengerjaan penelitian ini, selain itu perlu adanya perluasan rentang usia subjek, karena dalam penelitian ini hanya berfokus pada pengguna dalam rentang usia dewasa awal. Pada penelitian selanjutnya dapat mencantumkan faktor-faktor lain dalam bermedia sosial yang mempengaruhi kelelahan dalam menggunakan media sosial, selain dari masalah privasi.

Simpulan dan Implikasi

Berdasarkan temuan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan jika hipotesis diterima atau dinyatakan jika terdapat adanya pengaruh kesejahteraan subjektif online dan masalah privasi terhadap kelelahan bermedia sosial pada pengguna dalam rentang usia dewasa awal yang menggunakan media sosial selama lebih dari 6 jam perharinya dan memiliki minimal 2 akun. Dari hasil ini kesejahteraan subjektif online yang rendah dan masalah privasi yang tinggi beresiko menimbulkan kelelahan bagi pengguna media sosial.

Adanya penelitian ini memberikan implikasi untuk individu agar lebih memperhatikan penggunaan media sosial serta bagaimana diri mereka dalam menanggapi emosi dan perasaan yang timbul dari penggunaan media sosial. Sebagai pengguna media sosial, seseorang juga perlu memperhatikan dan memilah informasi pribadi yang akan disebarluaskan sehingga tidak menimbulkan dampak negatif berupa kelelahan. Penelitian ini juga dapat dijadikan acuan ketika dilaksanakannya penelitian terbaru yang berkaitan dengan variabel-variabel tersebut.

Referensi

- Arieska, P. K., & Herdiani, N. (2018). Pemilihan teknik sampling berdasarkan perhitungan efisiensi relatif. *Statistika*, 6(2), 166-171. <https://doi.org/10.26714/jsunimus.6.2.2018.%25p>
- Badan Pusat Statistik. (2021). Persentase penduduk usia 5 tahun keatas yang pernah mengakses internet dalam 3 bulan terakhir menurut kelompok usia (persen) 2018-2021-. <https://www.bps.go.id/indicator/2/840/1/-persentase-penduduk-usia-5-tahun-ke-atas-yang-pernah-mengakses-internet-dalam-3-bulan-terakhir-menurut-kelompok-umur.html>
- Beaudry, A., & Pinsonneault, A. (2005). Understanding user responses to information technology: A coping model of user adaptation. *MIS Quarterly*, 29(3), 493-524. <https://doi.org/10.2307/25148693>
- Becker, G. S. (1978). *The economic approach to human behavior*. University of Chicago Press.
- Bright, L. F., Kleiser, S. B., & Grau, S. L. (2015). Too much facebook? An exploratory examination of social media fatigue. *Computers in Human Behavior*, 44(44), 148-155. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.048>
- Choi, T., R., & Sung, Y. (2018). Instagram versus Snapchat: Self-expression and privacy concern on social media. *Telematics and Informatics*, 35(8), 2289-2298. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2018.09.009>
- Dhir, A., Kaur, P., Chen, S., & Pallesen, S. (2019). Antecedents and consequences of social media fatigue. *International Journal of Information Management*, 48, 192-202.
- Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P., Budhiraja, S., & Islam, N. (2021). The dark side of social media: Stalking, online self-disclosure, and problematic sleep. *International Journal of Consumer Studies*, 45(6), 1373-1391. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12659>
- Diener, Ed., Sapyta, J. J., & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9(1), 33-37. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_3
- Dijk, J. V. (2012). *The network society*. 3., [revised] ed. Sage.
- Fan, X., Deng, N., Dong, X., Lin, Y., & Wang, J. (2019). Do others' self-presentation on social media influence individual's subjective well-being? A moderated mediation model. *Telematics Informatics*, 41, 86-102. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.04.001>
- Huang, H. Y. (2016). Examining the beneficial effect of individual's self-disclosure on the social network site. *Computers in Human Behavior*, 57, 122-123. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.030>
- Kaplan, Andreas. M., & Haelein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53 (1), 59-60. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Kaur, P., Dhir, A., Tandon, A., Alzeiby, E. A., & Abohassan, A. A. (2021a). A systematic literature review on cyberstalking. An analysis of past achievements and future promises. *Technological Forecasting and Social Change*, 163, 120426. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2020.120426>
- Kaur, P., Dhir, A., Alkhalifa, A. K., Tandon, A. (2021b). Social media platform and sleep problems: A systematic literature review, synthesis, and framework for future research. *Internet Research*, 31(4), 1121-1152. <https://doi.org/10.1108/INTR-04-2020-0187>
- Kaur, P., Islam, N., Tandon, A., & Dhir, A. (2021c). Social media users' online subjective well-being and fatigue: A network heterogeneity perspective. *Technological Forecasting & Social Change*, 172, 121039. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.121039>
- Lee, C. C., & Hsieh, M. C. (2013). Development of social media scale. In *Proc. 6th International Colloquium on Business & Management*, Bangkok, Thailand.

- Lin, H., Fan, W., & Chau, P. Y. K. (2014). Determinants of users' continuance of social networking sites: A self-regulation perspective. *Information & Management*, 51(5), 595-603. <https://doi.org/10.1016/j.im.2014.03.010>
- Malik, A., Hiekkänen, K., Dhir, A., & Nieminen, M. (2016). Impact of privacy, trust, and user activity on intention to share Facebook photos. *Journal of Information, Communication and Ethics in Society*, 14(4), 364-382. <https://doi.org/10.1108/JICES-06-2015-0022>
- Malik, A., Dhir, A., Kaur, P., & Johri, A. (2019). Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: A larger cross-sectional study. *Information Technology & People*, 34(2), 557-580. <https://doi.org/10.1108/ITP-06-2019-0289>
- Neuman, W. L. (2003). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches*. Fifth Edition. Allyn and Bacon, Boston, Massachusetts.
- Prasetyo, I. (2012). *Teknik analisa data dalam research and development*. Jurusan PLS FIP Universitas Negeri Yogyakarta. Retrieved from academia.edu
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I. (2021). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi covid-19: Peran neurotisme kelebihan Informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin, 19(2), 142-152. <https://doi.org/10.7454/jps.2021.16>
- Ravindran, T., Yeow Kuan, A. C., & Hoe Lian, D. G. (2014). Antecedents and effects of social network fatigue. *Journal of the Association for Information Science and Technology*, 65(11), 2306-2320. <https://doi.org/10.1002/asi.23122>
- Santrock, J. M. (2012). *Perkembangan masa hidup Jilid 1 Edisi 13*. Erlangga.
- Satici, S. A., & Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 49, 185-190. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.005>
- Tandon, A., Dhir, A., Almugren, I., AlNemer, G. N., & Mantymaki, M. (2021a). Fear of missing out (FoMO) among social media users: A systematic literature review, synthesis, and framework for future research. *Internet Research*, 31(3), 782-821. <https://doi.org/10.1108/INTR-11-2019-0455>
- Tandon, A., Dhir, A., & Mantymaki, M. (2021b). Jealousy due to social media? A systematic literature review and framework of social media-induced jealousy. *Internet Research*, 31(5), 1541-1582. <https://doi.org/10.1108/INTR-02-2020-0103>
- Verduyn, P., Ybarra, O., Resibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being: A critical review. *Soc. Behav. Pers. Int. J.* 43(1), 1-44. doi: 10.1111/sipr.12033.
- Wang, J. L., Gaskin, J., Rost, D. H., & Gentile, D. A. (2018). The reciprocal relationship between passive social networking site (SNS) usage and users' subjective well-being. *Social Science Computer Review*, 36(5), 511-522. <https://doi.org/10.1177/0894439317721981>
- Wheelan, E., Islam, A. N., & Brooks, S. (2020). Is boredom proneness related to social media overload and fatigue? A stress-strain-outcome approach. *Internet Research*, 30(3), 869-887. <https://doi.org/10.1108/INTR-03-2019-0112>
- Wibowo, M. T. H., & Afriyani, A. (2021). Strategi kebijakan, tata kelola pemerintahan dalam penanganan covid-19 di Kabupaten Sumedang. *Kebijakan: Jurnal Ilmu Administrasi*, 12(1), 1-14. <http://dx.doi.org/10.23969/kebijakan.v12i1.2739>
- Ye, S., & Ho, K. K. (2018). Would you feel happier if you have more protection behavior? A panel survey of University Student in Japan. *Behavior & Information Technology*, 38(4), 422-434. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1544275>
- Zhang, S., Zhao, L., Lu, Y., Yang, J. (2016). Do you get tired of socializing? An empirical explanation of discontinuous usage behavior in social network sites services. *Information & Management*, 53(7), 904-914. <https://doi.org/10.1016/j.im.2016.03.006>