

FENOMENA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DI SEKOLAH

Rani Hartanti

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas PGRI Semarang
Email : ranihartanti71@gmail.com

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital di zaman sekarang ini telah membawa perubahan signifikan dalam dunia pendidikan, khususnya melalui kehadiran media sosial di lingkungan sekolah. Penggunaan media sosial di sekolah memiliki potensi besar untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan membangun komunitas positif, tetapi juga perlu dikelola dengan bijak untuk menghindari dampak negatif. Artikel ini menyajikan gagasan konseptual mengenai penggunaan media sosial sebagai sarana pendukung pembelajaran dan pengembangan siswa. Media sosial yang awalnya lebih dikenal sebagai ruang interaksi sosial kini memiliki potensi sebagai alat edukatif yang interaktif dan kolaboratif. Namun, pemanfaatannya di sekolah juga menimbulkan tantangan, seperti distraksi belajar, penyebaran informasi tidak benar, dan potensi cyberbullying. Artikel ini menekankan pentingnya peran guru dan kebijakan sekolah dalam mengarahkan penggunaan media sosial secara bijak dan produktif. Dengan pendekatan pedagogis yang tepat, media sosial dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan literasi digital, membangun komunikasi yang efektif, dan menumbuhkan sikap tanggung jawab dalam berinteraksi di ruang digital.

Kata kunci: literasi digital; media sosial; pendidikan; pembelajaran; sekolah.

ABSTRACT

The development of digital technology in today's era has brought significant changes in the world of education, especially through the presence of social media in the school environment. The use of social media in schools has great potential to improve the quality of learning and build positive communities, but it also needs to be managed wisely to avoid negative impacts. This article presents conceptual ideas regarding the use of social media as a means of supporting student learning and development. Social media, which was initially better known as a social interaction space, now has the potential to be an interactive and collaborative educational tool. However, its use in schools also poses challenges, such as learning distractions, the spread of incorrect information, and the potential for cyberbullying. This article emphasizes the importance of the role of teachers and school policies in directing the use of social media wisely and productively. With the right pedagogical approach, social media can be used to improve digital literacy, build effective communication, and foster a sense of responsibility in interacting in the digital space.

Keywords: digital literacy; social media; education; learning; school.

PENDAHULUAN

Dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi yang menjadi landasan utama era globalisasi, kehidupan manusia kini berlangsung dalam dua dimensi yang berbeda. Interaksi, komunikasi, sosialisasi, dan hubungan sosial tidak lagi terbatas pada dunia nyata, melainkan juga

meluas ke ranah digital. Kemajuan teknologi telah menciptakan sebuah ruang baru yang bersifat nonmaterial namun memiliki jangkauan tanpa batas, yaitu dunia maya. Dunia maya (*cyberspace*) merupakan media elektronik dalam jaringan komputer yang digunakan untuk komunikasi, baik secara satu arah maupun interaktif secara online.

Menurut Rafiq (2020: 28) media sosial adalah sebuah media online, yang para penggunanya dengan mudah berbagi menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Bagi masyarakat Indonesia khususnya remaja, media sosial menjadi sebuah kecanduan, tiada hari tanpa membuka media sosial, bahkan hampir 2 jam tidak lepas dari *gadget*. Media sosial yang paling banyak digunakan di kalangan remaja yaitu *Facebook*, *Twitter*, *Path*, *YouTube*, *Instagram*, *Kaskus*, *Line*, *Whatsapp*, *Blackberry Messenger* menurut Cahyono (2016: 152). Kehadiran media sosial membawa dampak yang bersifat dilematis. Di satu sisi, media sosial memberikan kemudahan bagi manusia untuk berkomunikasi secara luas tanpa terhalang oleh ruang dan waktu. Namun, di sisi lain, penggunaannya juga dapat mengubah pola interaksi sosial, seperti berkurangnya komunikasi langsung, munculnya kecanduan digital, serta timbulnya masalah etika dan hukum akibat konten yang melanggar norma moral, privasi, dan aturan. Kebebasan dan kemudahan dalam menyebarkan informasi melalui media sosial juga dapat menimbulkan dampak negatif, terutama ketika penyedia informasi tidak mengedepankan etika, sehingga berpotensi menyebarkan berita hoaks, ujaran kebencian, dan hal-hal yang bersifat merugikan (Morissan, 2013: 493).

Dengan itu banyak remaja yang menggunakan media sosial juga mempengaruhi dampak buruk bagi remaja berupa informasi yang diperoleh seperti informasi *hoax* yang ada di media sosial sebagai kesenangan saja. Dimana remaja itu menjadi nyaman menggunakan media sosial sampai lupa waktu, sehingga menyebabkan kesulitan dalam belajar. Salah satu permasalahan tersebut yaitu remaja terganggu dalam proses pembelajaran dan tugas-tugas belajar menurut Cahyono (2016: 155).

Media sosial memiliki ciri-ciri sebagai berikut : 1) pesan disampaikan tidak hanya untuk satu orang, tetapi banyak orang, seperti melalui sms atau internet; 2) pesan yang disampaikan bebas tanpa melalui “*gatekeeper*” ; 3) pesan yang disampaikan lebih cepat dibandingkan yang lainnya; 4) penerima pesan menentukan waktu interaksi Hikmat (2018: 40). Dua hal yang paling penting dalam menyalurkan informasi yaitu media dan komunikasi. Menurut survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet Indonesia (APJII) tahun 2016 mengungkap, lebih dari

setengah penduduk Indonesia kini telah terhubung ke internet. Dari total jumlah populasi indonesia sebanyak 256,2 juta penduduk , sekitar 137,2 juta orang diantaranya sudah terhubung ke dunia maya. Pengguna *whatsapp* di Indonesia mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yaitu 88,7% naik menjadi 92,1% dari jumlah populasi, pemakai *instagram* juga mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yang semula 84,8% naik menjadi 86,5%, kemudian pengguna *facebook* yang sebelumnya 81,3% naik menjadi 83,8%, dan pemakai *tiktok* di Indonesia mengalami peningkatan yang pesat dari tahun sebelumnya 63,1% kini menjadi 70,8% dari jumlah populasi.

Fenomena Penggunaan Media Sosial

Banyak kasus yang ditemukan yaitu gangguan kesehatan mental berdasarkan penelitian oleh Demelia et.al (2023) dengan judul *Ketergantungan Handphone Pada Remaja*, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami ketergantungan sebanyak 61% dan tidak ketergantungan sebanyak 39%. Hal ini diakibatkan karena remaja memiliki kontrol diri yang rendah sehingga tidak mampu mengatur waktu dalam penggunaan handphone. Remaja pada penelitian ini menggunakan handphone untuk bermain sosial media dan game.

Kasus serupa juga terjadi pada gadis yang berusia 24 tahun depresi karena kecanduan *live tiktok* dimana saat dievakuasi gadis tersebut berulang kali mempergerakkan seolah sedang *lip sync* menyanyikan lagu-lagu yang ada di tiktok dan berulang kali melakukan gerakan seolah sedang live di tiktok. Menurut pengakuan gadis tersebut depresi karena sudah melakukan live tiktok berulang kali hingga mengeluarkan kuota dalam jumlah banyak, namun tidak kunjung banyak orang yang menonton livenya. Kemudian pada sabtu 25 November 2023 gadis tersebut dievakuasi dan diberikan pelayanan oleh Dinsos Bogor (*sumber: Kompas.com, 30/11/2023*).

Penulis juga mendapatkan data fenomena penggunaan media sosial secara nyata di sekolah. Beberapa siswa disekolah mengalami penggunaan media sosial yang tinggi, karena hampir setiap harinya mereka mengakses media sosial 7-8 jam dalam sehari. Jenis media sosial yang diakses mereka diantaranya *tiktok*, *instagram*, dan *game online*. Namun yang paling sering diakses yaitu *tiktok* mereka menelusuri beranda *tiktok* yang masih viral kemudian mereka juga mengikuti konten terbaru yang ada *tiktok*. Mereka juga mengatakan bahwa sudah merasakan dampaknya ketika terlalu banyak mengakses media sosial. Seperti halnya ketika ujian mereka merasakan

konsentrasiya terganggu, matanya sakit, sering lupa makan, tidak bisa mengontrol emosinys serta lupa mengerjakan tugas karena terlalu asik bermain game online.

Dampak-Dampak Penggunaan Media Sosial

Menurut Erga (2021: 81) dampak negatif yang disebabkan oleh penggunaan media sosial sebagai berikut :

- a. Sulit bersosialisasi dengan orang-orang sekitar dimana hal tersebut termasuk kepedulian terhadap orang lain disekitarnya karena enggan untuk melakukan komunikasi secara nyata. Jika bertemu secara langsung orang yang aktif menggunakan media sosial cenderung pendiam dan jarang berinteraksi dengan orang lain bahkan tidak banyak bergaul.
- b. Membuat orang ketergantungan menghabiskan waktunya hanya untuk mengakses media sosialnya mulai dari peduli pada dirinya sendiri sehingga mereka menjadi kehilangan kesadaran terhadap lingkungan sekitarnya.
- c. Produktivitas kinerja menurun, seperti pekerja atau staff perusahaan, pelajar, mahasiswa yang menggunakan media sosial saat bekerja akam memiliki lingkup yang lebih sedikit waktunya untuk belajar dan bekerja.
- d. Cybercrime atau kejahatan yang dilakukan di media sosial seperti halnya kejahatan global hadir dalam berbagai bentu *hacking, craking, spaming* dan lainnya.
- e. Pornografi, ini merupakan kemampuan media sosial untuk menyebarkan informasi, terkadang mengunggah gambar mereka pribadi yang harusnya menjadi privasi sendiri di media sosial. Hal tersebut sangalah berbahaya karena terdapat pihak yang tidak bertanggungjawab yang memanfaatkan postingan itu sehingga beresiko besar.

Adapun menurut Gani (2020: 39) dampak negatif penggunaan media sosial sangat merugikan bagi penggunanya antara lain :

- a. Tidak bisa fokus pada hal lain selain media sosial karena terlalu asik dengan media sosial sehingga seperti siswa pun menjadi malas dalam belajarnya.
- b. Remaja menjadi malas dalam mempelajari keterampilan komunikasinya didunia nyata karena mereka lebih menyukai komunikasi lewat media sosial yang berlebihan dan sangat merusak tingkat pemahaman linguistik.

- c. Remaja lebih terobsesi pada diri sendiri karena terlalu banyak menghabiskan waktunya untuk mengakses media sosial dan kurang memperhatikan lingkungan sekitar. Dalam hal tersebut menjadikan remaja kurang peka terhadap lingkungan sekitarnya.
- d. Sangat sulit membedakan antara percakapan di media sosial dan secara langsung karena tidak ada persyaratan ejaan atau tata bahasa pada platform ini.
- e. Menimbulkan ketergantungan yang mengakibatkan sebuah penyakit seperti kesemasan yang berlebihan, kelainan psikis, kecanduan atau kebiasaan buruk yang lainnya.

Sedangkan menurut Natali et al. (2021) dampak negatif dari penggunaan media sosial ini diantaranya :

- a. Kesehatan emosional terganggu karena muncul perasaan yang tidak puas dengan diri sendiri setelah melihat unggahan orang lain.
- b. Muncul berita palsu dan ujaran kebencian hal ini dapat merusak reputasi seseorang yang menyebabkan munculnya permusuhan.
- c. Pencurian data yang disalahgunakan oleh pemilik media sosial atau pencuri data sebagai akun palsu untuk melakukan kejahatan ke pengguna lain.

Dari beberapa uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial memiliki dampak negatif diantaranya kurangnya kontrol diri dalam menjaga privasinya sehingga menimbulkan cybercrime, pencurian data, penyebaran *hoax* serta dapat menimbulkan kecemasan yang berlebihan seperti takut, panik, cemas ketika tidak mendapatkan informasi terbaru dari media sosial.

UPAYA MENEKAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Ada beberapa upaya yang dilakukan untuk menekan kasus penggunaan media sosial di sekolah seperti Guru BK memiliki peran penting dalam membantu siswa mengurangi ketergantungan pada media sosial. Upaya yang bisa dilakukan antara lain memberikan pemahaman tentang dampak negatif media sosial, membantu siswa mengatur waktu penggunaan, serta memberikan layanan konseling individual maupun kelompok untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan penggunaan media sosial. Selain itu, kolaborasi dengan orang tua dan pihak sekolah juga penting dalam upaya ini. Dari beberapa upaya sangat bisa diterapkan untuk

menangani penggunaan media sosial yang tinggi sehingga siswa akan menjadi lebih sadar dalam mengontrol penggunaan media sosialnya dan tidak mengganggu konsentrasi belajarnya.

KESIMPULAN

Fenomena penggunaan media sosial yang tinggi di lingkungan sekolah mencerminkan dinamika baru dalam cara siswa berinteraksi, mengakses informasi, dan mengekspresikan diri. Di satu sisi, media sosial memiliki potensi besar sebagai sarana pendukung pembelajaran, pengembangan kreativitas, serta peningkatan literasi digital siswa. Namun di sisi lain, penggunaan yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar, kesehatan mental, dan etika pergaulan siswa. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut pemanfaatan media sosial secara bijak dan terarah di sekolah, baik melalui pendekatan edukatif, kebijakan yang adaptif, maupun penguatan peran guru dan orang tua sebagai pendamping digital. Agar nantinya bisa mengoptimalkan manfaat media sosial dalam konteks pendidikan dan mendukung tumbuh kembang siswa di era digital. Hal-hal yang akan dilakukan terkait dengan gagasan selanjutnya yaitu peneliti bisa mengkaji dampak positif dan negatif media sosial terhadap perilaku, prestasi belajar, dan perkembangan sosial-emosional siswa, mengembangkan program literasi digital di sekolah guna membekali siswa dengan kemampuan berpikir kritis, etika digital, dan manajemen waktu dalam bermedia sosial, serta bisa merancang model bimbingan dan konseling yang responsif terhadap dinamika media sosial, termasuk teknik self-management dan peningkatan kesadaran diri. Dengan itu sekolah tidak hanya mampu merespons fenomena yang ada, tetapi juga berperan aktif dalam membentuk generasi yang cerdas, etis, dan bijak dalam menggunakan media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Desy, N., Fani, T., & Muhib, A. (2022). Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Disiplin Belajar Siswa. *Educouns Journal: Jurnal Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(1), 155–160.
- Gani, A. G. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja. *Jurnal Mitra Manajemen*, 7(2).
- Handayani, N. M., Mustika, I., & Annisa, D. F. (2024). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 7(6), 568–578.

- Isnaini, F., & Taufik. (2015). Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(02).
- Nurhayati, T., Mustika, R. I., & Fatimah, S. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management terhadap Kematangan Karier pada Siswa SMA. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 4(3), 219–226.
- Putri, J. N., Sumiatin, T., Su'udi, & Yunariyah, B. (2024). Penggunaan Gadget dan Perubahan Perilaku Remaja di Sekolah Menengah Atas Tuban. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 376–383. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/1389>
- Rafiq, A. (2020). Dampak Media Sosial terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat. *Global Komunika: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 3(1), 18–29.
- Tanjung, D. A., & Syarqawi, A. (2025). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Self Management Pada Siswa Kecanduan Tiktok. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 768–781.
- Widada, C. K. (2018). Mengambil Manfaat Media Sosial dalam Pengembangan Layanan. *Journal of Documentation and Information Science*, 2(1), 23–30.
- Wulandari, D., & Hermiati, D. (2019). Deteksi Dini Gangguan Mental dan Emosional pada Anak yang Mengalami Kecanduan Gadget. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 382–392.