

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era modern ini, teknologi berkembang dengan sangat cepat. Salah satu bukti kecepatan kemajuan ini adalah bagaimana Internet semakin masuk ke dalam kehidupan manusia dan akhirnya menjadi fenomena biasa dan menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari. Dengan waktu, gaya hidup pengguna mulai diubah oleh berbagai kemudahan Internet, seperti kemampuan untuk melakukan berbagai jenis aktivitas yang sebelumnya hanya dapat dilakukan di luar internet dan kemampuan untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain.

Interaksi manusia terutama dilakukan secara tatap muka sebelum munculnya teknologi Internet. Namun, orang masih dapat berinteraksi dengan orang lain melalui berbagai latar belakang budaya, waktu, dan lokasi. Internet membuat orang dapat berkomunikasi dan terhubung dengan orang yang jauh secara fisik melalui berbagai layanan seperti chat, email, email, dan bahkan media sosial online. Media sosial adalah cara pengguna berkomunikasi dalam proses sosial (Mulawarman & Nurfitri, 2017).

Laporan We Are Social (2023) menyatakan bahwa pada Januari 2023, ada 167 juta orang di Indonesia yang aktif menggunakan media sosial. Angka ini mencakup 60,4% dari total penduduk negara tersebut. Setiap hari, masyarakat Indonesia menghabiskan 3 jam 18 menit di media sosial. Periode ini adalah yang terpanjang ke-10 secara global. Selain itu, per Januari 2023, ada 212,9 juta orang di Indonesia yang menggunakan internet. Berbeda dengan media sosial, jumlah pengguna internet meningkat sebesar 3,85% pada awal tahun ini. Dari jumlah yang disebutkan di atas, 98,3% pengguna internet Indonesia menggunakan telepon seluler. Selain itu, orang Indonesia rata-rata menggunakan internet selama 7 jam 42 menit per hari.

Salah satu media sosial yang sangat populer dan banyak digunakan saat ini adalah TikTok. TikTok merupakan aplikasi berbagi video pendek milik

ByteDance. Pada tahun 2023, TikTok akan terus menjadi salah satu aplikasi jejaring sosial terpopuler di dunia, termasuk Indonesia. Berdasarkan studi Katadata (2023), terdapat sekitar 106,51 juta pengguna TikTok di Indonesia per Oktober 2023 dan menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah pengguna TikTok terbesar kedua di dunia. Sebagian besar pengguna TikTok berusia antara 18 dan 25 tahun, dengan 20,9% perempuan dan 17,5% laki-laki. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna media sosial adalah dewasa awal.

Masa dewasa awal merupakan masa dimana individu mulai mengalami banyak permasalahan baik karena percintaan, keluarga, pertemanan, pekerjaan dan tuntutan penyesuaian diri terhadap lingkungannya dengan cepat. Hurlock (Maimunah & Satwika, 2021) mengungkapkan masa ini dipenuhi dengan individu yang mengalami ketegangan emosional, penyesuaian diri, komitmen, perubahan nilai yang ada dalam dirinya dan kemantapan dirinya atas nilai-nilai yang ia anut.

Mahasiswa merupakan individu pada masa dewasa awal yang telah mencapai tahap berpikir postformal. Tahap ini ditandai dengan kemampuan melihat masalah dari sudut pandang yang berbeda, berpikir realistis, mendekati masalah dengan bijaksana, dan menemukan solusi (Febriyanti dkk., 2023). Namun pada kenyataannya, mahasiswa kerap kali merasa putus asa, melakukan evaluasi diri yang berlebihan sehingga menimbulkan penilaian diri yang negatif, seringkali terjebak dalam situasi sulit, merasa cemas, merasa tertekan dan memiliki kekhawatiran terhadap hubungannya dengan keluarga, teman dan pasangan. Penilaian diri secara berlebihan menyebabkan mereka mengalami ketidakpuasan hidup yang mengakibatkan munculnya iri. Iri dapat menimbulkan perasaan inferioritas dan evaluasi diri yang negative (Febriyanti dkk., 2023)

Salah satu manfaat media sosial adalah memudahkan pengguna untuk berkolaborasi dan terlibat dalam aktivitas. Namun, media sosial juga memiliki banyak efek negatif. Sebagai contoh, melakukan perbandingan sosial ke atas yang dapat menimbulkan iri yaitu munculnya emosi dan perasaan negatif

akibat dari kelebihan orang lain (Appel, Crusius, & Gerlach, 2015). Menurut Tandoc, Ferruci dan Duffy (2015) semakin sering seseorang menggunakan media sosial online dan memiliki akses ke informasi pribadi orang lain, semakin besar kemungkinan mereka membandingkan diri mereka dengan orang lain, yang meningkatkan kemungkinan timbulnya rasa iri.

Berdasarkan hasil *preliminary study* yang dilakukan di Universitas Islam “45” Bekasi pada tanggal 20 sampai dengan 25 November 2023 pada 5 subjek mahasiswa aktif di Universitas Islam “45” Bekasi pengguna TikTok menunjukkan bahwa 5 responden merasa iri ketika melihat konten yang dibagikan orang lain terkait dengan pencapaian dan kebahagiaan yang dimilikinya. Pada aspek perbandingan sosial yang negatif, 5 responden mengatakan bahwa dirinya menginginkan apa yang dimiliki orang lain di TikTok, dan berpikir bahwa orang lain lebih baik daripada diri sendiri. Lalu pada aspek perasaan yang bermusuhan terhadap orang lain, 4 subjek mengatakan bahwa mereka merasa bahwa kehidupan yang orang lain miliki di TikTok jauh lebih menguntungkan dibanding dirinya sendiri.

Bedasarkan hasil wawancara pada 5 responden mahasiswa aktif di Universitas Islam “45” Bekasi pengguna TikTok menunjukkan bahwa 5 responden merasa bahwa dirinya kurang puas terhadap kehidupan yang sedang dijalannya. Pada aspek keinginan untuk mengubah kehidupan 5 responden mengatakan bahwa mereka ingin memiliki kehidupan yang bahagia, tidak memiliki masalah hidup, dan memiliki ekspektasi kehidupan yang menyenangkan seperti yang mereka lihat di TikTok. Pada aspek kepuasan terhadap kehidupan saat ini, 4 responden mengakui bahwa dirinya memiliki kondisi kehidupan yang tidak cukup baik. Lalu pada aspek kepuasan hidup di masa lalu, 3 responden mengaku bahwa dirinya memiliki keinginan untuk merubah kesalahan di masa lalu.

Lalu pada aspek kepuasan terhadap kehidupan di masa yang akan datang, 3 responden mengatakan bahwa dirinya belum cukup optimis tentang masa depannya. Lalu pada aspek penilaian individu terhadap kehidupannya, 4 responden mengaku bahwa dirinya memiliki keinginan untuk mengulang

kehidupannya dan memperbaiki kesalahan yang ada di masalahnya. Kepuasan hidup memiliki hubungan yang kuat dengan rasa syukur, dimana McCullough (Prabowo,2017) menemukan bahwa orang yang bersyukur memiliki tingkat emosi positif yang lebih tinggi, kepuasan dengan kehidupannya, dan memiliki tingkat stres dan depresi yang lebih rendah.

Bedasarkan hasil wawancara pada 5 responden mahasiswa aktif di Universitas Islam “45” Bekasi pengguna TikTok menunjukkan bahwa 5 responden merasa bahwa syukur adalah salah satu faktor mereka untuk mengurangi iri terhadap orang lain. Pada aspek rasa apresiasi (sense of appreciation) 5 responden mengatakan bahwa kehidupan yang mereka jalani adalah bentuk dari takdir yang Tuhan berikan, dan 3 lainnya merasa bahwa dirinya belum cukup beruntung dilahirkan di dunia dan merasa bahwa Tuhan belum adil bagi dirinya.

Lalu pada aspek perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki, 4 responden mengaku bahwa mereka belum cukup bahagia dengan kehidupan yang dijalani, 5 responden merasakan hal positif dan bahagia ketika bertemu dengan orang terdekatnya. Lalu pada aspek kecenderungan untuk bertindak sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimilikinya 5 responden mengapresiasi kebaikan orang lain yang telah berperan dalam hidupnya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Krasnova, Wenninger, Widjaja, dan Buxmann (Kesi dkk., 2019) melaporkan bahwa iri mampu menjadi ancaman tersembunyi bagi kepuasan hidup pengguna media sosial. Kepuasan hidup berpatokan penilaian individu pada standar yang telah ditetapkan (Aswin & Ramdhani, 2017). Kepuasan hidup terjadi ketika individu membandingkan keadaan saat ini dengan keadaan yang dianggap sebagai standar ideal (Khusnul Khotimah Sirajuddin dkk., 2023). TikTok memunculkan harapan bagi individu sehingga mereka membandingkan antara harapan dan pencapaian yang telah dimiliki.

Kepuasan hidup memiliki hubungan yang kuat dengan rasa syukur, dimana McCullough (Prabowo,2017) menemukan bahwa orang yang

bersyukur memiliki tingkat emosi positif yang lebih tinggi, kepuasan dengan kehidupannya, dan memiliki tingkat stres dan depresi yang lebih rendah. Syukur atau rasa bersyukur sendiri merupakan perasaan kagum, syukur, dan penghargaan terhadap kehidupan (Pitaloka & Ediati, 2015). Seligman & Peterson (Lestari,2021) mengungkapkan bahwa orang yang bersyukur dapat menerima diri sendiri dan apa yang dimilikinya, sehingga tidak merasa iri terhadap orang lain . Pengguna media sosial yang memiliki rasa syukur tidak akan merasa iri dan merasa tersaingi ketika melihat postingan orang lain (Farida & Abdillah, 2022).

Peterson & Seligman (Lestari,2021) menyatakan bahwa Orang yang memiliki rasa syukur yang baik tidak menyangkal atau mengabaikan hal-hal negatif dalam hidupnya, namun ia tetap memilih untuk bersyukur dan menikmati apa yang dimilikinya. Individu yang bersyukur tidak begitu mementingkan harta benda, mereka cenderung tidak menilai kesuksesan mereka sendiri dan kesuksesan orang lain berdasarkan akumulasi harta benda. mereka tidak terlalu iri terhadap orang-orang kaya, dan mereka lebih cenderung berbagi harta benda mereka dengan orang lain dibandingkan dengan orang yang kurang bersyukur (Lestari,2021). Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang kepuasan hidup dan kebersyukuran terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. bagaimana gambaran kepuasan hidup dan kebersyukuran dan iri pada mahasiswa pengguna TikTok?
- b. apakah ada hubungan antara kepuasan hidup dan iri pada mahasiswa pengguna TikTok?
- c. apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan iri pada mahasiswa pengguna TikTok ?
- d. apakah ada pengaruh antara kepuasan hidup dan kebersyukuran dan iri pada mahasiswa pengguna TikTok ?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

- a. mengetahui bagaimana gambaran kepuasan hidup dan kebersyukuran terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok
- b. mengetahui apakah ada hubungan kepuasan hidup terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok
- c. mengetahui apakah ada hubungan kebersyukuran terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok
- d. mengetahui apakah ada pengaruh kepuasan hidup dan kebersyukuran terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari adanya penelitian ini adalah:

1. memperkuat serta memperluas kajian keilmuan mengenai fenomena iri
2. memberikan informasi atau pengetahuan mengenai hubungan antara kepuasan hidup dan kebersyukuran terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok.

2. Manfaat praktis

- a. penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta pengetahuan bagi pembaca mengenai hubungan antara kepuasan hidup dan kebersyukuran terhadap iri pada mahasiswa pengguna TikTok