

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital telah membawa transformasi signifikan dalam pola interaksi sosial masyarakat. Internet sebagai medium komunikasi modern memungkinkan terjadinya pertukaran informasi secara cepat, luas, dan tanpa batas geografis. Salah satu manifestasi dari perkembangan tersebut adalah hadirnya media sosial yang kini menjadi bagian integral dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di kalangan generasi muda dan mahasiswa. Secara konseptual, media sosial didefinisikan sebagai aplikasi berbasis internet yang berlandaskan pada ideologi dan teknologi Web 2.0, yang memungkinkan terciptanya serta terdistribusinya konten yang dihasilkan oleh pengguna (user-generated content) (Kaplan & Haenlein, 2010). Definisi ini menegaskan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang partisipatif yang memberi kesempatan kepada individu untuk memproduksi, mendistribusikan, serta mengonsumsi informasi secara simultan. Selaras dengan itu, (van Dijck, 2013) menyatakan bahwa media sosial merupakan platform komunikasi yang memfasilitasi eksistensi pengguna melalui interaksi, kolaborasi, dan pembentukan jejaring sosial secara daring.

Instagram merupakan platform berbasis visual yang memungkinkan penggunaannya untuk membagikan foto, video, serta berinteraksi melalui fitur

komentar, tanda suka (likes), cerita (stories), dan pesan langsung (direct message). Sejak diakuisisi oleh Meta Platforms, Instagram mengalami perkembangan signifikan baik dari sisi fitur maupun jumlah pengguna. Keberadaan Instagram tidak hanya dimanfaatkan sebagai media berbagi dokumentasi visual, tetapi juga sebagai sarana membangun identitas diri, memperluas relasi sosial, serta mempertahankan komunikasi interpersonal.

Dalam konteks mahasiswa, khususnya mahasiswa perantau, Instagram dapat berperan sebagai medium yang menjembatani keterpisahan fisik dengan keluarga dan lingkungan asal. Mahasiswa perantau merupakan individu yang meninggalkan daerah tempat tinggalnya untuk menempuh pendidikan di wilayah lain dalam kurun waktu tertentu. Proses perpindahan tersebut sering kali menimbulkan tantangan adaptasi, baik secara sosial, budaya, maupun psikologis. Salah satu respons emosional yang umum dialami mahasiswa perantau adalah homesickness.

Dalam menghadapi tekanan psikologis akibat perpisahan dengan lingkungan asal, mahasiswa perantau memerlukan strategi penyesuaian diri yang efektif. Strategi tersebut dikenal sebagai *coping mechanism* atau mekanisme koping. Secara umum, coping mechanism merujuk pada upaya individu dalam mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dipersepsikan sebagai tekanan atau stres.

Menurut Charles S. Carver (2011), coping merupakan serangkaian respons kognitif dan perilaku yang digunakan individu untuk mengatur, mengurangi, atau

mentoleransi tekanan yang muncul akibat situasi yang menantang. Coping tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada regulasi emosi yang muncul sebagai konsekuensi dari situasi tersebut. Dengan kata lain, coping melibatkan proses adaptif yang bertujuan untuk mempertahankan keseimbangan psikologis individu.

Dalam konteks mahasiswa perantau yang mengalami homesickness, coping mechanism menjadi aspek penting dalam proses adaptasi sosial dan emosional. Gejala homesickness seperti perasaan rindu, kesepian, kecemasan, serta keterasingan menuntut individu untuk mengembangkan strategi regulasi emosi yang efektif. Salah satu bentuk coping yang relevan dalam era digital adalah pemanfaatan media sosial sebagai sarana dukungan sosial.

Homesickness dalam kajian kontemporer dipahami sebagai reaksi emosional terhadap perpisahan dari rumah dan lingkungan yang familiar. Christopher A. Thurber dan Edward Walton (2012) menjelaskan bahwa homesickness merupakan kondisi yang melibatkan kombinasi perasaan rindu, kesedihan, serta kesulitan beradaptasi di lingkungan baru, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis dan performa akademik. Selain itu, Joshua Klapow (2013) menyatakan bahwa individu yang mengalami homesickness cenderung menunjukkan gejala seperti penurunan konsentrasi, kecemasan sosial, dan perasaan terisolasi.

Untuk menghadapi tekanan emosional tersebut, individu mengembangkan berbagai strategi pengelolaan stres yang dikenal sebagai coping mechanism. Dalam

perkembangan teori stres modern, Charles S. Carver (2011) menjelaskan bahwa coping merupakan respons kognitif dan perilaku yang digunakan individu untuk mengatur tuntutan situasional yang menimbulkan stres. Coping tidak hanya terbatas pada penyelesaian masalah secara langsung, tetapi juga mencakup upaya regulasi emosi guna mempertahankan keseimbangan psikologis. Pendekatan kontemporer membedakan coping ke dalam dua dimensi utama, yaitu problem-focused coping dan emotion-focused coping, yang keduanya relevan dalam konteks adaptasi mahasiswa perantau.

Penggunaan Instagram oleh mahasiswa perantau dapat dikategorikan sebagai salah satu bentuk emotion-focused coping, khususnya dalam aspek pencarian dukungan sosial secara daring (*online social support*). Moira Burke dan Robert Kraut (2016) dalam kajian mereka mengenai interaksi media sosial menunjukkan bahwa komunikasi yang bersifat interpersonal dan bermakna di media sosial dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis serta memperkuat rasa keterhubungan sosial. Dalam konteks ini, Instagram memungkinkan mahasiswa perantau untuk tetap terhubung dengan keluarga, teman, dan lingkungan asal, sehingga mengurangi perasaan terasing dan kesepian.

Namun demikian, penggunaan Instagram tidak terlepas dari potensi dampak ambivalen. Di satu sisi, platform ini dapat menjadi sarana adaptif dalam mereduksi gejala homesickness melalui akses komunikasi yang mudah dan cepat. Di sisi lain, penggunaan yang berlebihan atau tidak terkontrol dapat memunculkan konsekuensi

negatif, seperti ketergantungan media sosial atau kecenderungan melakukan perbandingan sosial yang justru memperburuk kondisi emosional.

Media sosial telah menjadi bagian integral dari aktivitas akademik maupun interaksi sosial. Fenomena ini memunculkan pertanyaan akademik yang relevan, yakni apakah Instagram berfungsi sebagai mekanisme coping yang adaptif dalam mengurangi gejala homesickness, atau justru berpotensi memperkuat kondisi tersebut apabila digunakan secara tidak tepat.

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pasundan (FISIP UNPAS) Bandung merupakan salah satu lingkungan akademik yang dihuni oleh mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia. Keberagaman latar belakang geografis mahasiswa menunjukkan bahwa fenomena homesickness menjadi isu yang relevan dalam konteks kehidupan akademik di lingkungan tersebut. Kota Bandung sebagai kota metropolitan dengan dinamika sosial yang kompleks turut menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi dari mahasiswa perantau.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa terdapat hubungan yang menarik untuk dikaji antara penggunaan Instagram sebagai media sosial, strategi coping mahasiswa perantau, dan gejala homesickness yang mereka alami. Oleh karena itu, penelitian dengan judul *“Peran Instagram sebagai Coping Mechanism dalam Mengatasi Gejala Homesickness pada Mahasiswa Perantau FISIP UNPAS Bandung”* menjadi penting untuk dilakukan guna memperoleh pemahaman empiris mengenai bagaimana media sosial dimanfaatkan sebagai strategi pengelolaan emosi dalam konteks adaptasi mahasiswa perantau.

Dengan melakukan penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran Instagram sebagai coping mechanism dalam mengatasi homesickness pada mahasiswa perantau, sehingga dapat memberikan masukan bagi institusi pendidikan untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau.

1.2 Fokus Penelitian dan pertanyaan penelitian

1.2.1 Fokus penelitian

Fokus penelitian ini adalah menganalisis peran Instagram sebagai coping mechanism dalam mengatasi gejala homesickness pada mahasiswa perantau FISIP UNPAS Bandung.

Penelitian ini akan memusatkan perhatian pada:

1. Bentuk penggunaan Instagram oleh mahasiswa perantau.
2. Gejala homesickness yang dialami mahasiswa perantau.
3. Strategi coping yang dilakukan melalui Instagram.
4. Dampak penggunaan Instagram terhadap kondisi emosional mahasiswa perantau.

1.2.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan judul yang tertera di atas, maka peneliti membuat beberapa pertanyaan yang akan melengkapi penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana bentuk *coping mechanism* yang dilakukan mahasiswa perantau FISIP UNPAS Bandung dalam mengatasi *homesickness*
2. Bagaimana pola penggunaan Instagram oleh mahasiswa perantau dalam kehidupan sehari-hari
3. Mengapa Instagram dimanfaatkan sebagai *coping mechanism* dalam mengatasi *homesickness*
4. Apa dampak penggunaan Instagram terhadap kondisi emosional mahasiswa perantau FISIP UNPAS Bandung?

1.3 Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mendapatkan jawaban serta mendapat gambaran secara jelas mengenai masalah yang dikaji oleh peneliti. Tujuan penelitian antara lain:

1. Untuk mengetahui dan mendeskripsikan gejala *homesickness* pada mahasiswa perantau FISIP UNPAS Bandung.
2. Untuk menganalisis pola penggunaan Instagram oleh mahasiswa perantau.
3. Untuk memahami peran Instagram sebagai *coping mechanism* dalam mengatasi *homesickness*.
4. Untuk mengidentifikasi dampak positif dan negatif penggunaan Instagram terhadap kondisi emosional mahasiswa perantau.

1.3.2 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi kajian ilmu komunikasi baik secara umum maupun secara khusus. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat berguna dalam kehidupan sehari-hari. Adapun kegunaan penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

1.3.2.1 Kegunaan Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu komunikasi, khususnya dalam kajian media sosial dan komunikasi digital, serta memperkaya literatur mengenai coping mechanism dan homesickness pada mahasiswa perantau.
2. Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan, informasi, referensi dan melengkapi bahan kepustakaan bagi pihak yang membutuhkan, khususnya bagi akademisi dan praktisi.

1.3.2.2 Kegunaan Praktis

1. Hasil dari penelitian ini mampu menjadi salah satu bahan masukan pemikiran dan menambah wawasan pengetahuan mengenai pemanfaatan media sosial secara lebih bijak sebagai strategi coping dalam menghadapi homesickness.

2. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat dalam menambah kepustakaan ilmu komunikasi terutama bidang media sosial dan media baru, serta meningkatkan informasi dan memperluas pengetahuan bagi pihak yang berkepentingan mengenai materi yang diteliti.