

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Tinjauan Pustaka

2.1.1 Review Penelitian Sejenis

Berdasarkan topik yang diangkat dalam penelitian ini, diperlukan dukungan dari penelitian-penelitian sebelumnya yang membahas kajian serupa. Oleh karena itu, peneliti memulai dengan menelusuri dan mengkaji berbagai penelitian terdahulu sebagai referensi pendukung dan pelengkap, sekaligus sebagai pedoman yang relevan, sehingga penelitian ini dapat memperkuat landasan serta memperkaya kajian pustaka yang telah ada.

Review penelitian sejenis merupakan pemaparan teori, hasil temuan, serta berbagai bahan kajian lain yang diperoleh dari sumber referensi untuk dijadikan dasar dalam pelaksanaan penelitian. Bagian ini berfungsi sebagai landasan dalam menyusun kerangka pemikiran yang sistematis sesuai dengan rumusan masalah yang akan diteliti. Review penelitian sejenis memuat ulasan, ringkasan, serta analisis penulis terhadap berbagai sumber pustaka, seperti artikel ilmiah, buku, materi presentasi, maupun informasi dari internet yang relevan dengan topik penelitian. Review yang baik hendaknya bersifat relevan dengan permasalahan yang dikaji, menggunakan sumber yang mutakhir, serta memadai dalam

mendukung penelitian. Proses ini dapat dilakukan melalui penyusunan landasan teori, tinjauan teori, maupun tinjauan pustaka.

Review penelitian merupakan kumpulan dari penelitian-penelitian sebelumnya yang dibuat oleh orang lain yang berkaitan dengan penelitian ini. Peneliti harus belajar dari peneliti lain, untuk menghindari duplikasi dan pengulangan penelitian atau kesalahan yang sama seperti yang dibuat oleh peneliti sebelumnya.

Review penelitian diperlukan untuk mengidentifikasi penelitian serupa yang telah dilakukan sebelumnya, sehingga peneliti dapat mencari tahu persamaan dan perbedaan antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan. Berikut beberapa penelitian yang terkait judul yang peneliti ambil:

- 1) Nazilatul Nur Andayani “COPING STRATEGI MENGURANGI RASA HOMESICK PADA MAHASISWA RANTAU”, Penelitian ini menganalisis Strategi Mengurangi Rasa Homesick pada Mahasiswa Rantau. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana strategi coping dalam mengurangi rasa homesick pada mahasiswa rantau dengan memanfaatkan data primer, yang diperoleh secara langsung dari mahasiswa rantau yang tengah menghadapi homesickness. Data primer mencakup cerita, pengalaman, pandangan, serta makna mendalam yang diungkapkan oleh para informan melalui proses wawancara yang menekankan penilaian individu (cognitive appraisal) dan strategi coping yang mereka gunakan.

Hasil penelitian ini ialah didapatkan kesimpulan bahwa Mahasiswa rantau mengalami homesick baik secara emosional maupun sosial. Rasa homesick sering muncul sebagai perasaan sedih, kesepian, keinginan untuk pulang, hingga ketidaknyamanan terhadap lingkungan baru. Dukungan Sosial sebagai Emotion-Focused Coping Informan menggunakan dukungan dari teman, pasangan, dan keluarga sebagai strategi emotion-focused coping. Perbedaan penelitian terdahulu tersebut dengan penelitian ini adalah penggunaan teori dan fokus kajian. Pada penelitian terdahulu menggunakan pendekatan strategi coping secara umum tanpa menitikberatkan pada media tertentu, sedangkan dalam penelitian ini digunakan teori coping dari Lazarus dan Folkman yang secara spesifik mengkaji peran media sosial Instagram sebagai coping mechanism dalam mengatasi gejala homesickness pada mahasiswa perantau.

- 2) Wa Ode Dwi Cahyani Rahmad (2025) *Self-Disclosure Mahasiswa Ilmu Komunikasi di Instagram: Studi Kualitatif tentang Ekspresi Diri di Era Digital* yang dimuat dalam jurnal J-IKA membahas cara mahasiswa menggunakan Instagram sebagai sarana untuk mengungkapkan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Instagram menjadi media penting bagi mahasiswa untuk menampilkan identitas diri, membangun hubungan sosial, serta mengatur bagaimana mereka ingin dilihat oleh orang lain di ruang digital.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian lain yang juga membahas fenomena *self-disclosure* di media sosial. Studi-studi sebelumnya menjelaskan bahwa individu biasanya tidak mengungkapkan semua hal secara terbuka, melainkan memilih informasi tertentu dengan mempertimbangkan siapa yang melihat, norma yang berlaku, serta dampaknya terhadap citra diri. Di kalangan mahasiswa, pengungkapan diri ini sering dimanfaatkan sebagai bentuk ekspresi diri, mencari pengakuan dari orang lain, dan membangun citra personal.

Selain itu, beberapa penelitian juga menemukan bahwa tingkat keterbukaan seseorang di media sosial dipengaruhi oleh faktor psikologis, seperti rasa percaya diri, kebutuhan untuk diterima dalam lingkungan sosial, dan pandangan terhadap privasi. Instagram sebagai platform berbasis visual turut memperkuat hal ini melalui berbagai fitur seperti *stories*, *feed*, dan *reels* yang memungkinkan pengguna menyusun dan menampilkan diri mereka secara lebih menarik dan terkontrol.

Namun demikian, ada juga penelitian yang mengingatkan bahwa pengungkapan diri yang terlalu berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti risiko kebocoran privasi, munculnya kecemasan sosial, hingga ketergantungan pada respons dari pengguna lain seperti *likes* dan komentar. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk memiliki literasi digital agar dapat menggunakan media sosial secara lebih bijak, terutama dalam mengatur batasan dalam mengungkapkan diri. Secara umum,

penelitian dalam jurnal tersebut menegaskan bahwa *self-disclosure* di media sosial merupakan fenomena yang kompleks, karena tidak hanya berkaitan dengan komunikasi antarindividu, tetapi juga menyangkut pembentukan identitas diri dan dinamika sosial di era digital.

Perbedaan penelitian terdahulu tersebut dengan penelitian ini adalah penggunaan teori dan fokus penelitian. Pada penelitian terdahulu menggunakan konsep *self-disclosure* yang berfokus pada ekspresi diri dan pembentukan identitas di media sosial, sedangkan dalam penelitian ini digunakan teori coping dari Lazarus dan Folkman untuk melihat bagaimana Instagram dimanfaatkan sebagai mekanisme coping dalam mengatasi homesickness pada mahasiswa perantau.

- 3) Aureliahermansyah dkk. (2026) dalam jurnal *Jurnal Netnografi Komunikasi* mengkaji hubungan antara intensitas penggunaan fitur Instagram Story dengan interaksi sosial mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei korelasional untuk mengetahui hubungan antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dengan kekuatan sedang antara intensitas penggunaan Instagram Story dan interaksi sosial mahasiswa. Artinya, semakin sering dan intens mahasiswa menggunakan Instagram Story, maka semakin tinggi pula tingkat interaksi sosial yang terjadi di antara mereka.

Dalam penelitian tersebut, intensitas penggunaan diukur melalui frekuensi, durasi, dan perhatian dalam menggunakan Instagram Story, sedangkan

interaksi sosial dilihat dari respons, keterlibatan, serta keberlanjutan komunikasi. Selain itu, penelitian ini juga didasarkan pada *Social Information Processing Theory* yang menjelaskan bahwa interaksi sosial di media digital dapat berkembang melalui pertukaran pesan secara terus-menerus. Secara umum, penelitian ini menegaskan bahwa fitur Instagram Story tidak hanya berfungsi sebagai media berbagi konten, tetapi juga menjadi sarana penting dalam membangun dan meningkatkan interaksi sosial di kalangan mahasiswa. Perbedaan penelitian ini penulis menggunakan teori *Social Information Processing Theory* untuk menjelaskan interaksi sosial di media digital. Sedangkan peneliti kali ini akan melakukan penelitian objek pada bagaimana proses *self-disclosure* atau ekspresi diri mahasiswa di Instagram.

Perbedaan penelitian terdahulu tersebut dengan penelitian ini adalah penggunaan teori dan fokus variabel penelitian. Pada penelitian terdahulu menggunakan *Social Information Processing Theory* untuk menjelaskan interaksi sosial di media digital, sedangkan dalam penelitian ini digunakan teori coping dari Lazarus dan Folkman yang berfokus pada bagaimana Instagram digunakan sebagai strategi coping dalam mengurangi gejala homesickness pada mahasiswa perantau.

- 4) Siahaan (2025) dalam jurnal *Jurnal Dialektika Pendidikan IPS* membahas makna perilaku sosial mahasiswa dalam penggunaan fitur Instagram Story dengan konteks *self-disclosure*. Penelitian ini menggunakan pendekatan

kualitatif deskriptif dengan metode fenomenologi untuk memahami pengalaman dan makna yang dirasakan oleh mahasiswa dalam menggunakan Instagram Story. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Instagram Story sangat erat kaitannya dengan praktik *self-disclosure*, di mana mahasiswa cenderung menampilkan sisi positif dari diri mereka sebagai bentuk pencitraan diri di media sosial. Selain itu, Instagram Story tidak hanya berfungsi sebagai media komunikasi, tetapi juga menjadi sarana untuk mengekspresikan diri, membangun identitas digital, serta menjalin interaksi sosial.

Penelitian ini juga menemukan bahwa Instagram telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa. Fleksibilitas fitur yang tersedia memungkinkan pengguna untuk berbagai kebutuhan, mulai dari berbagi pengalaman pribadi hingga mengikuti tren yang sedang berkembang. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan Instagram Story memiliki makna yang kompleks karena tidak hanya berkaitan dengan aktivitas berbagi konten, tetapi juga mencerminkan perubahan sosial dan budaya di kalangan generasi muda. Oleh karena itu, penelitian ini menyarankan pentingnya penggunaan media sosial secara bijak serta peningkatan literasi digital agar dampak negatif dapat diminimalisir. Penelitian selanjutnya berfokus pada makna perilaku sosial mahasiswa dalam penggunaan Instagram Story berdasarkan pengalaman subjektif mereka.

Sedangkan penelitian yang akan dilakukan lebih menekankan pada proses self-disclosure sebagai bentuk ekspresi diri mahasiswa di Instagram. Perbedaan penelitian terdahulu tersebut dengan penelitian ini adalah penggunaan teori dan arah penelitian. Pada penelitian terdahulu tidak secara spesifik menggunakan teori coping dan lebih menekankan pada makna perilaku sosial serta self-disclosure, sedangkan dalam penelitian ini digunakan teori coping dari Lazarus dan Folkman untuk menganalisis peran Instagram sebagai media coping dalam menghadapi homesickness pada mahasiswa perantau.

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

No.	Nama dan Judul Penelitian	Teori Penelitian	Metode Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Nadiyah Aurellia Putri (2024) PENGGUNAAN SECOND ACCOUNT INSTAGRAM SEBAGAI MEDIA SELF DISCLOSURE PADA MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS PASUNDAN	Menggunakan konsep Self-Disclosure	Pendekatan Kualitatif	Menggunakan objek penelitian yang sama yaitu media sosial Instagram serta subjek penelitian mahasiswa. Sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif.	Perbedaannya terletak pada penggunaan konsep, dimana penelitian ini menggunakan teori self disclosure dengan fokus pada keluasaan, kedalaman, dan target keterbukaan diri, sedangkan penelitian peneliti menggunakan konsep coping mechanism.
2.	Nazilatul Nur Andayani (2026) Coping Strategi Mengurangi Rasa Homesick pada Mahasiswa Rantau	Menggunakan Konsep Strategi Coping	Pendekatan Kualitatif	Persamaan penelitian terletak pada fokus kajian yang sama-sama membahas fenomena <i>homesickness</i> pada mahasiswa rantau/perantau serta penggunaan strategi <i>coping</i> dalam menghadapi kondisi tersebut.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada fokus kajian, penggunaan teori, dan objek media yang diteliti. Penelitian ini secara khusus mengkaji peran media sosial Instagram sebagai <i>coping mechanism</i> dalam mengatasi gejala

					homesickness pada mahasiswa perantau FISIP UNPAS Bandung.
3.	Wa Ode Dwi Cahyani Rahmad (2025) Self-Disclosure Mahasiswa Ilmu Komunikasi di Instagram: Studi Kualitatif tentang Ekspresi Diri di Era Digital	Menggunakan Konsep Self-Disclosure	Pendekatan Kualitatif	Menggunakan objek penelitian yang sama yaitu media sosial Instagram serta subjek penelitian mahasiswa.	Perbedaan penelitian terdahulu tersebut dengan penelitian ini adalah penggunaan teori dan fokus penelitian. penelitian ini digunakan teori coping dari Lazarus dan Folkman untuk melihat bagaimana Instagram dimanfaatkan sebagai mekanisme coping dalam mengatasi homesickness pada mahasiswa perantau.
4.	Aureliahermansyah dkk. (2026) Hubungan antara intensitas penggunaan fitur Instagram Story dengan interaksi sosial mahasiswa.	Menggunakan Social Information	Pendekatan Kuantitatif dengan metode	Persamaan terletak pada penggunaan media sosial Instagram sebagai objek kajian utama serta subjek	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada fokus penelitian, pendekatan metodologi,

		Processing Theory	survei korelasional.	penelitian yang sama-sama berfokus pada mahasiswa.	serta teori yang digunakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami secara mendalam pengalaman mahasiswa perantau dalam memanfaatkan Instagram sebagai <i>coping mechanism</i> terhadap gejala homesickness.
5.	Siahaan (2025) Makna perilaku sosial mahasiswa dalam penggunaan fitur Instagram Story dengan konteks <i>self-disclosure</i> .	Menggunakan konsep Self-Disclosure	Pendekatan Kualitatif	Persamaan penelitian terletak pada penggunaan media sosial Instagram sebagai objek kajian utama serta subjek penelitian yang sama-sama berfokus pada mahasiswa.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada fokus kajian, teori yang digunakan, serta arah penelitian.

2.2 Kerangka Konseptua

2.2.1 Komunikasi

Komunikasi merupakan salah satu proses dasar dalam kehidupan manusia yang berfungsi sebagai sarana untuk menyampaikan informasi, ide, gagasan, maupun perasaan antarindividu. Secara umum, komunikasi dapat diartikan sebagai proses penyampaian pesan dari komunikator kepada komunikan melalui media tertentu dengan tujuan mencapai kesamaan makna. Menurut (Lasswell, 1948), komunikasi dapat dijelaskan melalui rumusan pertanyaan “Who says what in which channel to whom with what effect.” Konsep ini menekankan bahwa komunikasi melibatkan beberapa unsur penting, yaitu pengirim pesan, isi pesan, saluran yang digunakan, penerima pesan, serta efek yang dihasilkan dari proses tersebut.

Komunikasi juga dapat dipahami sebagai suatu proses interaksi sosial yang berlangsung secara terus-menerus dan dinamis. (Rogers & Williams, 1983) menyatakan bahwa komunikasi adalah proses penyampaian suatu ide dari sumber kepada satu atau lebih penerima dengan tujuan untuk memengaruhi atau mengubah perilaku mereka. Definisi ini menunjukkan bahwa komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian informasi, tetapi juga memiliki tujuan untuk memberikan pengaruh terhadap sikap maupun tindakan individu.

Selain itu, komunikasi dipandang sebagai proses penciptaan makna yang terjadi secara bersama-sama. Dean C. Barnlund(1964) mengemukakan bahwa komunikasi merupakan proses transaksional yang dinamis, di mana individu secara bersamaan menciptakan dan menafsirkan pesan. Pandangan ini menegaskan bahwa komunikasi bersifat dua arah dan melibatkan umpan balik (feedback), sehingga memungkinkan terjadinya pemahaman yang lebih efektif antara pihak yang berkomunikasi.

Di samping itu, komunikasi juga merupakan proses yang menggunakan simbol sebagai media penyampaian pesan. Joseph A. DeVito (2016) menjelaskan bahwa komunikasi adalah proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau lebih dengan memanfaatkan simbol-simbol, baik verbal maupun nonverbal. Simbol tersebut dapat berupa bahasa, gerakan tubuh, ekspresi wajah, maupun tanda-tanda lain yang memiliki makna tertentu, sehingga keberhasilan komunikasi sangat bergantung pada kesamaan pemahaman terhadap simbol yang digunakan.

Komunikasi memiliki peran penting dalam membentuk hubungan sosial antarindividu. Onong Uchjana Effendy (2003) mendefinisikan komunikasi sebagai proses penyampaian pesan dari seseorang kepada orang lain dengan tujuan untuk memberikan informasi atau memengaruhi sikap, pendapat, dan perilaku, baik secara langsung maupun melalui media. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai alat penyampaian pesan, tetapi juga sebagai sarana dalam membangun hubungan sosial.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa komunikasi merupakan suatu proses yang kompleks yang melibatkan berbagai unsur seperti pengirim, pesan, media, penerima, serta efek yang dihasilkan. Komunikasi tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga memiliki fungsi persuasif dan transaksional, serta berperan penting dalam kehidupan individu maupun masyarakat secara luas.

2.2.1.1 Tujuan Komunikasi

Komunikasi adalah proses penyampaian pesan dari seseorang kepada orang lain dengan tujuan tertentu. Dalam berbagai situasi, komunikasi memiliki peranan yang sangat penting, baik dalam kehidupan pribadi, sosial, maupun profesional. Berikut beberapa tujuan utama komunikasi yang dapat dijelaskan kembali:

1. Komunikasi berfungsi untuk menyampaikan informasi. Dalam lingkungan kerja, pendidikan, maupun kehidupan sehari-hari, komunikasi digunakan untuk memberikan penjelasan, arahan, atau laporan agar pihak penerima dapat memahami pesan dengan baik.
2. Komunikasi juga bertujuan untuk mempengaruhi orang lain. Dalam konteks pemasaran, komunikasi dimanfaatkan untuk menarik minat konsumen terhadap suatu produk atau jasa. Sementara dalam bidang politik, komunikasi digunakan untuk meyakinkan masyarakat terhadap kebijakan atau gagasan tertentu.

3. Komunikasi berperan dalam membangun hubungan sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan interaksi dengan orang lain. Melalui komunikasi, individu dapat menjalin, memperkuat, serta mempertahankan hubungan dengan keluarga, teman, rekan kerja, maupun lingkungan masyarakat.

4. Komunikasi membantu dalam penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan. Dalam kelompok atau organisasi, komunikasi yang efektif memungkinkan terjadinya diskusi, pertukaran ide, serta pencarian solusi bersama terhadap suatu permasalahan.

5. Komunikasi menjadi sarana untuk mengekspresikan diri. Baik secara verbal maupun nonverbal, komunikasi memungkinkan seseorang untuk menyampaikan perasaan, pikiran, dan harapannya sehingga tercipta pemahaman yang lebih baik dan mengurangi potensi kesalahpahaman.

Menurut Effendy dalam buku *Ilmu, Teori dan Filsafat Komunikasi*, tujuan komunikasi dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Mengubah sikap (to change the attitude),

Pesan yang disampaikan, baik secara langsung maupun tidak langsung, dapat mempengaruhi sikap seseorang secara bertahap.

2. Mengubah opini atau pandangan (to change the opinion)

Penyampaian informasi yang bertujuan agar masyarakat mengubah persepsi atau pendapatnya.

3. Mengubah perilaku (to change the behavior)

Komunikasi yang dilakukan secara sistematis hingga mampu mempengaruhi tindakan seseorang.

4. Mengubah masyarakat (to change the society)

Komunikasi yang bertujuan mendorong masyarakat untuk mendukung dan berpartisipasi terhadap suatu tujuan tertentu (2003:55).

Dapat dipahami bahwa komunikasi memiliki dampak yang besar bagi penerima pesan. Informasi yang disampaikan oleh komunikator dapat mempengaruhi sikap, pendapat, perilaku, bahkan kondisi sosial masyarakat secara luas.

Sementara itu, DeVito dalam bukunya *Komunikasi Antar Manusia* menjelaskan bahwa tujuan komunikasi meliputi:

1. Menemukan, yaitu melalui komunikasi seseorang dapat memahami dirinya sendiri maupun orang lain, serta mengenal dunia di sekitarnya yang terdiri dari berbagai peristiwa dan individu.
2. Berhubungan, karena salah satu kebutuhan dasar manusia adalah menjalin hubungan dengan orang lain.
3. Meyakinkan, di mana komunikasi—terutama melalui media massa—sering digunakan untuk mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang.

Bermain, yaitu komunikasi juga digunakan sebagai sarana hiburan, seperti bercanda atau menikmati humor (2011:31).

2.2.1.2 Fungsi Komunikasi

Menurut Mulyana dalam bukunya Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar mengemukakan 4 fungsi komunikasi, yaitu:

1. Fungsi Komunikasi Sosial, mengisyaratkan bahwa komunikasi penting untuk membangun konsep diri kita, aktualisasi diri, untuk kelangsungan hidup, untuk memperoleh kebahagiaan, terhindar dari tekanan dan ketegangan, dan memupuk hubungan dengan orang lain.
2. Fungsi Komunikasi Ekspresif, yaitu dapat dilakukan baik sendirian ataupun dalam berkelompok. Komunikasi ekspresif tidak otomatis bertujuan mempengaruhi orang lain, namun dapat dilakukan sejauh komunikasi tersebut menjadi instrument untuk menyampaikan perasaan-perasaan (emosi) kita
3. Fungsi Komunikasi Ritual, biasanya dilakukan secara kolektif. Suatu komunitas sering melakukan upacara-upacara berlainan sepanjang tahun dan sepanjang hidup, yang disebut para antropolog sebagai *rites 16 of passage*, mulai dari upacara kelahiran, sunatan, ulang tahun, pertunangan, siraman, pernikahan, ulang tahun perkawinan, hingga upacara kematian.
4. Fungsi Komunikasi Instrumental, komunikasi yang berfungsi memberitahukan atau menerangkan (*to inform*) mengandung muatan persuasif dalam arti bahwa

pembicara menginginkan pendengarnya mempercayai bahwa fakta atau informasi yang disampaikannya akurat dan layak diketahui.

Fungsi komunikasi adalah potensi yang dapat digunakan untuk memenuhi tujuan-tujuan tertentu. Seperti yang dinyatakan oleh Cangara dalam bukunya Pengantar Ilmu Komunikasi yaitu:

1. Menginformasikan (*to inform*)

Yaitu memberikan informasi kepada masyarakat, memberitahukan kepada masyarakat mengenai peristiwa yang terjadi, ide atau pikiran dan tingkah laku orang lain, serta segala sesuatu yang disampaikan orang lain.

2. Mendidik (*to educate*)

Fungsi komunikasi sebagai sarana pendidikan. Melalui komunikasi, manusia dalam masyarakat dapat menyampaikan ide dan pikirannya kepada orang lain sehingga orang lain mendapatkan informasi dan ilmu pengetahuan.

3. Menghibur (*to entertain*)

Fungsi komunikasi selain menyampaikan pendidikan, dan mempengaruhi, komunikasi juga berfungsi untuk memberi hiburan atau menghibur orang lain.

4. Mempengaruhi (*to influence*)

Fungsi mempengaruhi setiap individu yang berkomunikasi, tentunya berusaha saling mempengaruhi jalan pikiran komunikan dan lebih jauh lagi

berusaha merubah sikap dan tingkah laku komunikan sesuai dengan apa yang diharapkan (2005: 55).

2.2.1.3 Unsur Komunikasi

Dalam proses komunikasi, terdapat beberapa unsur penting yang saling berkaitan dan menentukan keberhasilan penyampaian pesan. Unsur-unsur ini menjadi komponen dasar yang harus ada agar komunikasi dapat berlangsung secara efektif. Menurut Harold D. Lasswell (1948), unsur-unsur komunikasi dapat dipahami melalui rumusan “Who says what in which channel to whom with what effect,” yang mencakup sumber (komunikator), pesan, saluran, penerima, dan efek. Berikut penjelasan masing-masing unsur tersebut:

1. Sumber (Komunikator)

Sumber atau komunikator merupakan pihak yang memulai proses komunikasi dengan menyampaikan pesan kepada pihak lain. Komunikator dapat berupa individu, kelompok, maupun organisasi yang memiliki tujuan tertentu dalam menyampaikan informasi. Menurut Onong Uchjana Effendy (2003), komunikator adalah pihak yang menyampaikan pesan dengan maksud memengaruhi komunikan agar terjadi perubahan sikap atau perilaku. Oleh karena itu, seorang komunikator harus memiliki kredibilitas, pengetahuan, serta kemampuan komunikasi yang baik agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan efektif.

2. Pesan (Message)

Pesan adalah isi atau informasi yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan. Pesan dapat berupa ide, gagasan, informasi, perasaan, maupun instruksi yang disampaikan dalam bentuk simbol, baik verbal maupun nonverbal. Joseph A. DeVito (2016) menjelaskan bahwa pesan merupakan kumpulan simbol yang memiliki makna dan dikirimkan oleh komunikator kepada penerima. Pesan yang efektif harus disusun secara jelas, sistematis, dan sesuai dengan karakteristik penerima agar tidak menimbulkan kesalahpahaman.

3. Saluran (Media)

Saluran atau media adalah sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari komunikator kepada komunikan. Saluran komunikasi dapat berupa media langsung (tatap muka) maupun tidak langsung (media massa, media digital, dan sebagainya). Menurut Everett M. Rogers (1983), saluran komunikasi merupakan alat yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari sumber kepada penerima. Pemilihan saluran yang tepat sangat penting karena akan memengaruhi efektivitas penyampaian pesan, terutama dalam menjangkau audiens yang lebih luas.

4. Penerima (Komunikan)

Penerima atau komunikan adalah pihak yang menerima pesan dari komunikator. Komunikan dapat berupa individu, kelompok, atau khalayak luas yang menjadi sasaran komunikasi. Menurut Wilbur Schramm (1954), keberhasilan komunikasi sangat bergantung pada kesamaan pengalaman (*field of experience*) antara komunikator dan komunikan. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman pesan

dipengaruhi oleh latar belakang, pengetahuan, serta persepsi yang dimiliki oleh penerima.

5. Efek (Effect)

Efek merupakan hasil atau dampak yang ditimbulkan dari proses komunikasi terhadap komunikan. Efek ini dapat berupa perubahan pengetahuan, sikap, maupun perilaku. Harold D. Lasswell (1948) menekankan bahwa setiap proses komunikasi selalu menghasilkan efek tertentu, baik yang diharapkan maupun tidak diharapkan. Efek komunikasi sering dijadikan sebagai indikator keberhasilan suatu proses komunikasi.

6. Umpan Balik (Feedback)

Umpan balik adalah respons atau tanggapan yang diberikan oleh komunikan kepada komunikator setelah menerima pesan. Umpan balik dapat bersifat langsung maupun tidak langsung, serta verbal maupun nonverbal. Menurut Dean C. Barnlund (1964), umpan balik merupakan bagian penting dalam komunikasi karena menunjukkan bahwa proses komunikasi bersifat dua arah (transaksional). Dengan adanya umpan balik, komunikator dapat mengetahui apakah pesan yang disampaikan telah dipahami dengan baik.

7. Gangguan (Noise)

Gangguan atau noise adalah segala sesuatu yang dapat menghambat atau mengganggu jalannya proses komunikasi. Gangguan dapat berupa gangguan fisik (suara bising), psikologis (emosi, prasangka), maupun semantik (perbedaan makna

kata). Menurut Claude Shannon dan Warren Weaver (1949), noise merupakan faktor yang dapat menyebabkan distorsi pesan sehingga pesan tidak diterima secara utuh oleh komunikan. Oleh karena itu, penting untuk meminimalkan gangguan agar komunikasi dapat berlangsung secara efektif.

2.2.1.4 Bentuk-bentuk Komunikasi

Komunikasi tidak hanya sekadar berbicara, tetapi juga mencakup proses pertukaran makna melalui simbol, bahasa, maupun perilaku nonverbal. Menurut Deddy Mulyana, komunikasi merupakan proses penyampaian pesan dari seseorang kepada orang lain dengan tujuan tertentu. Komunikasi dapat dikelompokkan berdasarkan jumlah dan jenis peserta yang terlibat dalam proses tersebut. Komunikasi dapat dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu :

1). Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi, ide, pendapat, dan perasaan antara dua orang atau lebih yang biasanya terjadi secara tatap muka atau melalui media personal. Berbeda dengan komunikasi intrapersonal, bentuk komunikasi ini sangat bergantung pada hubungan timbal balik (*reciprocity*). Kualitas komunikasi ini sering kali ditentukan oleh kedekatan emosional antara pihak yang terlibat. Komunikasi ini mencakup penggunaan bahasa verbal yang jelas serta isyarat nonverbal seperti kontak mata, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh yang memperkuat makna pesan tersebut.

Fungsi dari komunikasi interpersonal adalah sebagai berikut:

(1). Membangun dan Memelihara Hubungan: Merupakan alat utama untuk menciptakan ikatan sosial, mulai dari hubungan persahabatan, profesional, hingga hubungan kekeluargaan yang harmonis.

(2). Pemenuhan Kebutuhan Sosial: Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan interaksi dengan orang lain untuk merasa diakui, dicintai, dan memiliki rasa kebersamaan dalam suatu kelompok.

(3). Penyelesaian Konflik: Memberikan ruang bagi individu yang berselisih untuk saling menjelaskan posisi masing-masing demi mencapai titik temu atau kompromi.

(4). Pertukaran Informasi dan Pengetahuan: Memfasilitasi proses belajar-mengajar secara informal di mana individu dapat saling memberikan edukasi atau tips praktis dalam kehidupan sehari-hari.

Komunikasi interpersonal dapat berlangsung baik secara verbal maupun nonverbal. Proses ini tidak hanya berfokus pada isi pesan yang disampaikan dan diterima, tetapi juga mencakup cara penyampaian, penggunaan bahasa tubuh, serta ekspresi yang ditampilkan. Berikut adalah beberapa aspek dalam komunikasi interpersonal:

1. Kesesuaian Konteks: Penggunaan bahasa perlu disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang sedang dihadapi. Dalam suasana santai, gaya bahasa bisa lebih bebas, sedangkan dalam situasi formal diperlukan bahasa yang lebih sopan dan terstruktur agar tetap sesuai dengan norma yang berlaku.

2. Keterbukaan dan Kejujuran: Sikap terbuka dan jujur menjadi dasar penting dalam menjalin komunikasi yang efektif. Dengan menyampaikan informasi secara apa adanya, hubungan yang terjalin akan lebih kuat karena dilandasi rasa saling percaya.

3. Kemampuan Mendengarkan: Mendengarkan bukan hanya sekadar menerima suara, tetapi juga melibatkan perhatian penuh terhadap pesan yang disampaikan. Kemampuan ini mencakup memahami isi pembicaraan serta memberikan tanggapan yang relevan.

4. Empati: Empati berarti mampu merasakan dan memahami perasaan orang lain. Dengan adanya empati, seseorang dapat lebih menghargai sudut pandang lawan bicara sehingga komunikasi berjalan lebih harmonis.

5. Sikap Mendukung: Dalam komunikasi, penting untuk menunjukkan sikap yang memberi dukungan. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan apresiasi, dorongan, atau respon yang membangun, sehingga lawan bicara merasa dihargai.

6. Sikap Positif: Membawa energi positif dalam komunikasi membantu menciptakan suasana yang menyenangkan. Sikap ini tercermin dari cara berpikir yang baik, tidak mudah berprasangka, dan mampu menghargai orang lain.

7. Kesetaraan: Komunikasi yang efektif terjadi ketika kedua pihak saling menghormati dan tidak merasa lebih unggul satu sama lain. Dengan adanya kesetaraan, setiap orang memiliki kesempatan yang sama untuk menyampaikan pendapat.

8. Kejelasan Pesan: Pesan yang disampaikan harus disusun secara jelas dan tidak berbelit-belit. Hal ini bertujuan agar informasi mudah dipahami dan tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda.

9. Bahasa Nonverbal: Unsur nonverbal seperti ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan nada suara turut memengaruhi makna komunikasi. Bahkan, pesan nonverbal sering kali memperkuat atau menegaskan apa yang disampaikan secara verbal.

10. Umpan Balik (Feedback): Umpan balik merupakan tanggapan dari penerima pesan terhadap informasi yang diberikan. Melalui feedback, dapat diketahui sejauh mana pesan dipahami dan apakah komunikasi berjalan dengan efektif.

Dengan memperhatikan aspek-aspek komunikasi ini, kita dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal kita dalam kehidupan sehari-hari.

2.2.2 Media Baru

Media baru (*new media*) adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan jenis media yang berbasis teknologi digital dan berkembang pesat seiring kemajuan internet. Berbeda dengan media konvensional seperti televisi, radio, dan surat kabar, media baru memiliki karakter yang lebih interaktif, dinamis, serta memberi ruang bagi pengguna untuk tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memproduksi dan menyebarkannya. Secara umum, media baru meliputi berbagai platform digital seperti website, blog, aplikasi, serta media sosial seperti Instagram, TikTok, dan YouTube. Kehadiran media ini didukung oleh jaringan

internet yang memungkinkan penyebaran informasi berlangsung dengan cepat, luas, dan dapat diakses kapan saja tanpa batasan wilayah.

Menurut Denis McQuail (2010), media baru adalah seperangkat teknologi komunikasi berbasis digital yang memiliki karakteristik utama berupa interaktivitas, konektivitas, serta kemampuan mengintegrasikan berbagai bentuk konten dalam satu platform. Sementara itu, Martin Lister dkk. (2009) menjelaskan bahwa media baru mencakup media digital yang ditandai oleh adanya digitalisasi, konvergensi, interaktivitas, dan jaringan (networked communication).

Selain itu, Lev Manovich (2001) menyebutkan bahwa media baru memiliki beberapa prinsip utama, seperti representasi numerik (berbasis data digital), modularitas, otomatisasi, variabilitas, dan transkodifikasi. Prinsip-prinsip ini menunjukkan bahwa media baru tidak hanya sekadar alat komunikasi, tetapi juga sistem yang dapat diprogram dan dimodifikasi.

Karakteristik utama media baru meliputi interaktivitas (pengguna dapat merespons secara langsung), konvergensi (penggabungan teks, audio, visual dalam satu media), serta sifat personalisasi (pengguna dapat memilih konten sesuai kebutuhan). Perkembangan media baru juga membawa berbagai implikasi, seperti kemudahan akses informasi, peningkatan partisipasi publik, hingga munculnya tantangan seperti penyebaran hoaks, overload informasi, dan ketergantungan terhadap teknologi.

Dengan demikian, media baru dapat dipahami sebagai hasil perkembangan teknologi komunikasi digital yang tidak hanya mengubah cara penyampaian pesan, tetapi juga mengubah peran audiens menjadi lebih aktif dalam proses komunikasi.

Adapun karakteristik media baru menurut Lievrouw dan Livingstone (2006), serta Creeber dan Martin (2009), antara lain:

1. Bersifat digital
2. Interaktif
3. Terkoneksi secara jaringan (networked),
4. Dapat dipersonalisasi (personalized)
5. Terjadi konvergensi media
6. Berlangsung dalam waktu nyata (real-time)
7. Memiliki tingkat aksesibilitas yang tinggi.

Dalam ranah komunikasi, media baru memegang peran penting sebagai saluran informasi dan partisipasi publik. Brian Winston (1998) serta Baran dan Davis (2012) mengungkapkan bahwa media baru memungkinkan terjadinya komunikasi sosial lintas batas, memperkuat partisipasi publik, mempercepat distribusi informasi, serta menjadi sarana promosi dan pembangunan citra bagi organisasi.

Menurut Manuel Castells (2009) dalam bukunya *Communication Power*, institusi yang mampu memanfaatkan media baru secara efektif akan memiliki keunggulan dalam membangun hubungan dengan publik, memengaruhi opini masyarakat, serta memperkuat legitimasi sosialnya. Oleh sebab itu, banyak organisasi modern, termasuk lembaga publik seperti museum, mulai memanfaatkan media sosial sebagai sarana untuk membentuk citra dan menjalin komunikasi dengan masyarakat luas.

Demikian, kehadiran media baru juga tidak terlepas dari berbagai tantangan. Sejumlah kritik yang kerap muncul di antaranya adalah fenomena kelebihan informasi (*information overload*), terbentuknya ruang gema (*echo chamber*), serta meningkatnya kekhawatiran terkait privasi dan etika dalam penggunaan data. Oleh karena itu, pemanfaatan media baru perlu diimbangi dengan literasi digital yang baik, baik bagi pengguna maupun pihak yang mengelola informasi.

2.2.3 Media Sosial

2.2.3.1 Pengertian Instagram

Instagram merupakan platform media sosial berbasis aplikasi yang memungkinkan penggunanya membagikan foto, video, serta cerita dalam bentuk visual. Aplikasi ini pertama kali dirilis pada 6 Oktober 2010 oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger. Menurut Nasrullah (2017:35), Instagram dapat dipahami sebagai media komunikasi visual yang menggabungkan fungsi dokumentasi pribadi dengan

jejaring sosial. Dengan demikian, Instagram tidak hanya berperan sebagai tempat penyimpanan foto digital, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun identitas diri sekaligus menjalin hubungan sosial dengan orang lain.

Aplikasi ini dirancang untuk memberikan pengalaman berbagi konten visual yang menarik melalui berbagai fitur, seperti filter dan alat penyuntingan. Seiring perkembangannya, Instagram tumbuh menjadi salah satu platform media sosial paling populer di dunia dengan jumlah pengguna aktif yang sangat besar.

Pada tahun 2012, Instagram diakuisisi oleh Meta Platforms (sebelumnya Facebook), yang kemudian mendorong berbagai inovasi fitur. Hal ini menjadikan Instagram tidak lagi sekadar platform berbagi foto, melainkan juga sebagai alat yang memiliki peran penting dalam berbagai bidang, seperti bisnis, hiburan, pendidikan, hingga pemasaran digital.

Gambar 2.1 Logo Instagram



Sumber : Laman Wikipedia

2.2.3.2 Fitur-fitur Instagram

Instagram juga memiliki berbagai fitur menarik yang dirancang untuk meningkatkan pengalaman pengguna,

1. Feed Instagram

Feed merupakan fitur utama pada Instagram yang berfungsi sebagai halaman beranda untuk menampilkan unggahan foto dan video dari akun yang diikuti pengguna. Fitur ini memungkinkan interaksi melalui pemberian tanda suka, komentar, serta penyimpanan konten.

2. Instagram Stories

Instagram Stories adalah fitur yang memungkinkan pengguna membagikan konten berupa foto atau video yang bersifat sementara dengan durasi 15 detik dan akan hilang secara otomatis dalam kurun waktu 24 jam setelah dipublikasikan. Fitur ini sangat populer karena memungkinkan pengguna membagikan momen secara spontan tanpa memenuhi feed utama.

3. Reels

Reels merupakan fitur yang digunakan untuk membuat dan membagikan video pendek dengan durasi tertentu yang dapat dilengkapi dengan musik, efek visual, serta alat pengeditan kreatif lainnya

4. Direct Message (DM)

Direct Message adalah fitur komunikasi pribadi yang memungkinkan pengguna untuk mengirim dan menerima pesan secara langsung, baik dalam bentuk teks, gambar, video, maupun pesan suara, kepada pengguna lain secara individu maupun kelompok.

5. IGTV (Instagram TV)

IGTV adalah fitur yang memungkinkan pengguna mengunggah video dengan durasi lebih panjang, biasanya untuk konten yang lebih mendalam seperti wawancara, tutorial, dan vlog.

6. *Instagram Live*

Instagram Live adalah fitur siaran langsung yang memungkinkan pengguna untuk menyiarkan video secara real-time kepada pengikutnya serta berinteraksi secara langsung melalui komentar dan reaksi.

7. *Highlights*

Highlights merupakan fitur yang digunakan untuk menyimpan dan mengelompokkan konten Instagram Stories agar dapat diakses kembali setelah melewati batas waktu 24 jam.

8. *Effects*

Effects adalah fitur yang menyediakan berbagai efek visual berbasis augmented reality (AR) yang dapat digunakan pada kamera untuk mempercantik atau memodifikasi tampilan foto dan video.

9. *Instagram Ads*

Instagram Ads adalah fitur periklanan berbayar yang memungkinkan bisnis mempromosikan produk atau layanan mereka kepada audiens yang lebih luas.

10. *Share*

Share merupakan fitur untuk membagikan ulang konten ke pengguna lain, baik melalui Direct Message maupun ke Stories.

11. *Close Friends*

Close Friends merupakan fitur yang memungkinkan pengguna membagikan Stories hanya kepada daftar pengguna tertentu yang telah dipilih.

12. *Music*

Fitur *Music* memungkinkan pengguna menambahkan lagu atau potongan audio ke dalam konten Stories atau Reels untuk meningkatkan daya tarik dan ekspresi konten.

13. *Notes*

Notes merupakan fitur berupa pesan singkat berbentuk teks yang ditampilkan di bagian Direct Message untuk dibagikan kepada pengikut atau teman tertentu.

14. *Explore*

Explore Pada juni 2023, instagram memperkenalkan explore atau jelajah. Yang menampilkan foto atau video populer, foto yang diambil di lokasi terdekat dan pencarian yang sering dilakukan pengguna. Fitur ini diperbarui pada juni 2015 untuk menampilkan tag dan tempat yang sedang tren, konten yang dikurasi dan kemampuan untuk mencari lokasi. Pada saat ini menu explore diikuti penambahan sesuai dengan munculnya fitur baru dalam instagram seperti live dan instagram stories.

2.2.4 Mekanisme Coping

Coping adalah perubahan kognitif dan perilaku secara konstan dalam upaya untuk mengatasi tuntutan internal dan atau eksternal khusus yang melelahkan atau melebihi sumber individu (Lazarus, 1985 dalam Nasir dan Muhith, 2011). Coping yang efektif adalah coping yang membantu seseorang untuk menoleransi dan menerima situasi menekan serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya (Lazarus dan Folkman, (1984) dalam Nasir dan Muhith, 2011). Mekanisme coping adalah cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku. Coping adalah proses dimana seseorang mencoba untuk mengatur perbedaan yang diterima antara keinginan (demands) dan pendapatan (resources) yang dinilai dalam suatu keadaan yang penuh tekanan, coping dapat diarahkan untuk memperbaiki atau menguasai suatu masalah dapat juga membantu mengubah persepsi atas ketidaksesuaian, menerima bahaya, melepaskan diri atau menghindari situasi stres (Nasir dan Muhith, 2011).

Diantara beberapa pendapat mengenai coping dapat disimpulkan bahwa coping adalah cara atau langkah yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi masalah yang dihadapi, beradaptasi dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam atau melebihi batas kemampuan individu, baik secara kognitif maupun perilaku. Model keperawatan jiwa supportive therapy (Wermon, Rockland) bahwa pada konsep ini faktor biopsikososial dan respons maladaptif akan berakumulasi menjadi satu, aspek biologis yang menjadi masalah seperti sering sakit mag, batuk, dan lain-lain, sedangkan aspek psikologis yang didapat dari kejadian itu diantaranya mudah cemas, sulit berkonsentrasi, kurang percaya diri, mudah melamun, dan pemarah, serta pada aspek sosialnya adalah susah bergaul, menarik diri, manja, tidak disukai, bermusuhan, tidak mampu mendapat pekerjaan. Prinsip terapinya dengan menguatkan respons coping adaptif, individu diupayakan mengenal kekuatan-kekuatan yang ada pada dirinya, kemudian kekuatan mana yang akan menjadi pemecahan masalah yang dihadapi (Kusumawati dan Hartono, 2010).

2.2.4.1 Klasifikasi Mekanisme Coping

Berdasarkan penggolongan dibagi menjadi dua (Stuart dan Sundeen, 1995, dalam Nasir dan Muhith). Mekanisme coping adaptif merupakan mekanisme yang mendukung fungsi integrasi (kesempurnaan atau keseluruhan), pertumbuhan, belajar, dan mencapai tujuan. Kategorinya adalah berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang, memiliki persepsi luas, dapat menerima dukungan dari orang lain dan aktivitas konstruktif.

Kemudian mekanisme coping maladaptif merupakan mekanisme coping yang menghambat fungsi integrasi (kesempurnaan atau keseluruhan memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi, dan cenderung menguasai lingkungan. Kategorinya adalah perilaku cenderung merusak, melakukan aktifitas yang kurang sehat seperti obat-obatan, jamu dan alkohol, tidak mampu berfikir apa-apa atau disorientasi dan tidak mampu menyelesaikan masalah.

2.2.4.2 Strategi Mekanisme Coping

Berdasarkan strategi dibagi menjadi dua, Lazarus dan Folkman, (1984) dalam Nasir dan Muhith (2010). Coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*). *Problem focused coping* yaitu usaha untuk mengatasi stres dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan.

1. *Problem focused coping* ditujukan untuk mengurangi keinginan dari situasi yang penuh dengan stres atau memperluas sumber untuk mengatasinya. Seseorang menggunakan metode *problem focused coping* apabila mereka percaya bahwa sumber atau keinginan dari situasinya dapat diubah. Strategi yang dipakai dalam *problem focused coping* antara lain sebagai berikut:

a) *Confrontative Coping* : usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan risiko.

b) *Seeking Social Support* : usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain.

c) *Planful problem solving* : usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis.

2. *Emotion focused coping* yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan. *Emotion focused coping* ditujukan untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi stres. Seseorang dapat mengatur respon emosionalnya melalui pendekatan perilaku dan kognitif. Strategi yang digunakan dalam emosional focus coping antara lain sebagai berikut:

a) *Self control* : usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan.

b) *Distancing* : usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap masalah seperti lelucon.

c) *Positive reappraisal* : usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan berfokus dalam pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

d) *Accepting responsibility* : usaha untuk menyadari tanggungjawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik.

e) *Escape/avoidance* : usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

2.2.5 *Homesickness*

Definisi *Homesickness* Menurut Archer et al., (1998 : 3) Istilah 'rindu kampung halaman' mencakup reaksi terhadap sejumlah keadaan yang melibatkan pemisahan dari orang-orang dan tempat-tempat yang akrab dan dicintai. Sejalan dengan pernyataan Thurber & Walton, (2012 : 416) *Homesickness* adalah kesusahan atau penderitaan yang disebabkan oleh perpisahan dari rumah. Ciri kognitifnya adalah pikiran yang menyita perhatian rumah dan keterikatan. Bisa di artikan juga mahasiswa yang mengalami kerinduan di lingkungan universitas menghadapi tantangan akademis, sosial, dan emosional saat mereka bergulat dengan kehidupan baru (Thomas, 2020 : 137).

Menurut Baier & Welch, (1992: 55) *homesickness* adalah konsep yang akrab bagi kebanyakan orang dan hampir secara universal dialami. Sebutkan Kerinduan rumah membangkitkan kenangan spontan peristiwa dan pengalaman kembali perasaan yang melekat pada pengalaman asli, seolah-olah pengalaman itu memiliki belum sepenuhnya terintegrasi secara emosional oleh orang tersebut. Kerinduan rumah dalam beberapa kasus membangkitkan rasa malu atau perasaan

tidak mampu karena tidak mampu mengatasi berada jauh dari rumah. Orang Bekerja dengan anak-anak yang mengalami rumah.

Homesickness didefinisikan sebagai bentuk gambaran atau penjelasan tentang perasaan tidak nyaman terhadap tempat tinggal baru atau lingkungan baru (Fisher et al., 1985:182). *Homesickness* timbul ketika individu meninggalkan rumah untuk tempat tinggal baru, baik karena alasan pendidikan, pekerjaan dan lain sebagainya yang kemudian menimbulkan masalah berupa jauh dari dukungan sosial keluarga dan kerabat (Stroebe et al., 2002 : 216). *Homesickness* berarti kerinduan akan kampung halaman sehingga menimbulkan kecemasan yakni individu akan merasa ikatan kasih sayang akan melemah atau putus dan menganggap diri mereka bergantung pada orang lain (Brewin et al., 1989 :468).

2.2.5.1 Dimensi *Homesickness*

Menurut (Archer et al., 1998 :218) bahwa dimensi *homesickness* terdiri dari dua yakni :

- a. Kesulitan beradaptasi Seseorang yang sedang merasakan *homesickness* akan memunculkan ketidakpuasan dalam lingkungan sosial dan interaksi yang terjadi di lingkungan baru. Individu yang sulit untuk beradaptasi akan merasakan rasa bersalah pada dirinya, menyalahkan, kehilangan arah atau tujuan, individu juga merasa gelisah , individu juga akan susah untuk mengidentifikasi masalah.
- b. Keterikatan dengan rumah Perasaan terikat dengan rumah disebabkan karena adanya kedekatan dengan orang , terdapat perasaan nyaman dan kelekatan terhadap

semua elemen yang berkaitan dengan rumah serta lingkungan asal. Individu juga merasakan kesedihan karena jauh dari rumah, individu juga mendapat pikiran yang mengganggu pada dirinya, terkadang individu juga mimpi akan rumah. Berdasarkan pernyataan tersebut perasaan homesickness meliputi dua dimensi yakni kesulitan beradaptasi dan keterikatan dengan rumah.

Berdasarkan pernyataan tersebut perasaan homesickness meliputi dua dimensi yakni kesulitan beradaptasi dan keterikatan dengan rumah.

2.2.5.2 Faktor Penyebab *Homesickness*

Homesickness bisa timbul dalam diri individu disebabkan oleh beberapa faktor yang dialami pada perantau, Thurber dan Walton mengungkapkan terdapat beberapa faktor penyebab homesickness pada perantau diantaranya yaitu baru pertama kali jauh dari kampung halaman dalam waktu yang lama, kontrol diri rendah, terlalu bergantung pada orang tua, memutus hubungan sosial dengan lingkungan baru, preseparation sikap negatif, perbedaan budaya dan lingkungan yang kontras.

Memahami faktor penyebab homesickness penting dalam menentukan strategi coping yang tepat dalam penanganannya, sehingga strategi yang digunakan efektif dalam mengatasi permasalahan homesickness. Menurut Willis dkk faktor penyebab perasaan homesickness dapat timbul dalam diri individu diantaranya:

a) Meninggalkan teman di kampung halaman

Jauh dari teman merupakan salah satu penyebab individu dapat merasakan homesickness. Terlebih jika teman tersebut sudah menjadi tempat untuk berbagi cerita, ketika jauh dari teman akan membuat individu merasa kehilangan orang terdekat. Sering kali individu yang berjauhan dengan temannya komunikasi akan terhambat, ini disebabkan karena sudah adanya kesibukan masing-masing yang membuat intensitas untuk berkomunikasi berkurang. Individu pada masa awal merantau terkadang akan kesulitan dalam mendapatkan teman, hal ini bisa disebabkan karena masih terjebak dalam kenyamanan lingkungan pertemanan di kampung halaman. Sehingga terdapat perasaan emosional yang mana individu merasa tidak puas dengan lingkungan baru.

b) Jauh dari keluarga

Jauh dari keluarga sudah menjadi risiko yang dialami oleh perantau, individu yang baru mengalami hal ini akan merasa homesickness. dampak positif jauh dari keluarga akan membuat individu menjadi pribadi yang mandiri. Namun, terkadang individu yang baru merasakan merantau akan merasa berat dan belum terbiasa.

c) Pikiran terfokus pada rumah

Individu yang merantau dan merasa kurang puas dengan tempat barunya akan merasa bahwa rumah adalah tempat yang paling nyaman untuk ditinggali. Secara tidak sadar aspek kognitif individu akan membandingkan kenyamanan antara di rumah dan perantauan. sehingga kenyamanan di lingkungan baru belum

dirasakan oleh perantau, hal ini yang membuat perantau merasa homesick di tempat barunya.

d) Kesepian

Kesepian adalah hal yang biasa dirasakan oleh perantau yang memilih tempat perantauan jauh dari kampung halaman. Saat merantau ia tidak memiliki keluarga, orang terdekat, teman, dan bahkan tidak ada orang yang ia kenali. Oleh sebab itu, mudah sekali individu bisa merasa kesepian. Kesepian termasuk aspek kognitif yang berkaitan dengan pola pikir individu, individu yang tidak memiliki teman akan merasa dikucilkan dan tidak diterima oleh lingkungan baru, hingga akhirnya timbul rasa kesepian.

e) Kurang pandai beradaptasi

Salah satu keahlian yang menguntungkan bagi perantau adalah keahlian dalam beradaptasi. Namun, perantau awal biasanya belum memahami bagaimana beradaptasi dengan lingkungan baru serta masih adanya perasaan canggung untuk berkomunikasi dengan orang baru, selain itu ekspektasi yang tidak sesuai dengan realita membuat individu merasa tidak tertarik untuk mencobanya lagi, hal ini menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam hal adaptasi yang membuat individu merasa frustrasi, kehilangan arah dan tujuan, serta menurunnya ketertarikan individu dengan lingkungan baru. Ketidakpandaian individu dalam beradaptasi akan membentuk kemarahan pada diri individu sehingga termasuk dalam aspek emosional.

2.3 Kerangka Teoritis

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mendorong munculnya media baru (*new media*) yang memungkinkan interaksi berlangsung dengan cepat, menjangkau khalayak luas, serta melampaui batas-batas geografis. Dalam hal ini, media sosial sebagai bagian dari media baru tidak hanya berperan sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga menjadi ruang interaksi sosial yang memfasilitasi komunikasi dua arah, pertukaran pengalaman, serta pembentukan relasi secara virtual. Dari perspektif komunikasi, media sosial memiliki karakteristik yang partisipatif, interaktif, dan berbasis jaringan, sehingga memungkinkan penggunaanya berperan ganda sebagai produsen sekaligus konsumen informasi.

2.3.1 Teori Strategi Coping

Coping adalah bagaimana reaksi seseorang ketika menghadapi stres ataupun tekanan (Siswanto, 2007). Coping yaitu proses untuk menata tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan sumberdaya individu (Lazarus & Launier, dalam Taylor, 2009). Coping merupakan perubahan kognitif dan perilaku secara konstan dalam upaya untuk mengatasi tuntutan internal dan atau eksternal khusus yang melelahkan atau melebihi sumber individu (Folkman & Lazarus dalam Krohne, 2002). Coping adalah usaha untuk memecahkan masalah dan usaha untuk melakukan sesuatu yang konstruktif guna mengubah situasi stres. Sedangkan usaha mengatur emosi merupakan usaha untuk menata reaksi emosi terhadap kejadian stresor (Stanton, Kirk, Cameron, & Danoff-burg, dalam Taylor, 2009). Perilaku

coping melibatkan adanya insight sebagai pemahaman yang “benar” dari hasil interaksi persepsi dan ingatan yang hadir saat stres atau ketegangan itu muncul.

Perilaku coping jika dilihat dari sudut pandang pemecahan masalah dari Hayes akan selalu melibatkan perilaku kognitif yaitu identifikasi masalah, representasi masalah, perencanaan sebuah solusi, perealisasi rencana, pengevaluasian rencana, dan pengevaluasian solusi sehingga akan menghasilkan keadaan yang “well defined” saat permasalahan terdefinisikan dengan jelas atau “ill defined” saat adanya kekecewaan atau kegagalan yang muncul akibat kurang berhasil pemecahan masalah (Solso, Maclin & Maclin, dalam Raudatussalamah & Fitri, 2012) Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa coping adalah usaha dan upaya yang dilakukan individu untuk melindungi diri, menangani, dan mencegah dari situasi yang dianggap membebani atau mengancam dirinya.

2.3.1.1 Jenis - Jenis Coping Berdasarkan Fungsinya

Teori mengenai strategi coping secara lebih komprehensif dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (1984) yang secara umum mengemukakan bahwa strategi coping terdiri dari usaha yang bersifat kognitif dan behavioral. Ada beberapa cara untuk mengkategorikan strategi coping yang digunakan individu ketika menghadapi stres. Salah satu kategorisasi yang paling umum adalah mengklasifikasikan strategi coping sebagai fokus masalah atau coping sebagai fokus emosional. Strategi coping berfokus masalah bertujuan untuk mengubah atau menghilangkan sumber stres, sedangkan strategi coping berfokus emosi

memfokuskan pada penyesuaian respon emosional yang ditimbulkan oleh situasi stres (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, dalam Muhonen & Torkelson, 2011).

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Bowman dan Stern, 1995), secara umum strategi coping dibagi ke dalam dua kategori utama yaitu:

a. Problem Focused Coping,

Problem Focused Coping merupakan salah satu bentuk coping yang lebih berorientasi pada pemecahan masalah (problem solving), meliputi usaha-usaha untuk mengatur atau merubah kondisi objektif yang merupakan sumber kecemasan atau melakukan sesuatu untuk merubah sumber kecemasan tersebut. Problem-focused coping merupakan strategi yang bersifat eksternal. Orientasi utama problem-focused coping adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi stresor yang dihadapi atau dirasakan.

Pendapat senada mengenai problem-focused coping dikemukakan oleh Taylor (2009) yang menyatakan problem-focused coping sebagai usaha untuk melakukan sesuatu yang bersifat konstruktif mengenai kondisi stres yang dianggap membahayakan, menekan atau menantang individu. Lazarus dan Folkman (1984) menambahkan bahwa problem-focused coping dapat diarahkan baik pada lingkungan maupun pada diri individu sendiri, yang mencakup penyusunan rencana tindakan, pelaksanaan, dan cara mempertahankan untuk mendapatkan hasil seperti yang diinginkan.

b. Emotion Focused Coping

Emotion Focused Coping merupakan usaha-usaha untuk mengurangi atau mengatur emosi dengan cara menghindari berhadapan langsung dengan stresor. Emotional focused coping merupakan strategi yang bersifat internal. Dalam emotional focused coping terdapat kecenderungan untuk lebih memfokuskan diri dan melepaskan emosi yang berfokus pada kekecewaan ataupun distress yang dialami dalam rangka melepaskan emosi atau perasaan tersebut (focusing on and venting of emotion). Taylor (2006) mengatakan bahwa strategi ini menyertakan usaha untuk meregulasi pengalaman emosional akibat situasi stres tersebut.

Kesimpulan dari pemaparan di atas adalah untuk melakukan coping bagi individu dalam menghadapi stres dapat dilakukan dengan dua cara yaitu, pertama dengan usaha individu untuk mengurangi, mengubah dan menghilangkan sumber-sumber stres dengan merencanakan tindakan, melaksanakan, dan mempertahankan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan yang dikenal dengan strategi coping berfokus masalah. Kedua dengan usaha individu untuk mengontrol emosi terhadap tekanan serta penyesuaian respon emosi yang diberikan terhadap stres yang merupakan strategi coping berfokus pada emosi.

2.3.1.2 Aspek Coping

Terdapat beberapa aspek menurut jenis coping dari Lazarus dan Folkman (1984) diantaranya yaitu, aspek dari problem-focused coping terbagi atas:

- a. Confrontative (Konfrontasi). Individu menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang menekan, dengan tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan risiko.
- b. Seeking Social Support (Pencarian Dukungan Sosial). Usaha individu untuk memperoleh dukungan dari orang lain berupa nasehat, informasi, dan bantuan yang diharapkan membantu memecahkan masalahnya.
- c. Planful Problem Solving (Perencanaan Penyelesaian Masalah). Individu berusaha menganalisa situasi untuk memperoleh solusi, kemudian mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah.

Selain itu menurut Aldwin dan Revenson (dalam Indirawati, 2006) membagi problem-focused coping menjadi tiga bagian, yaitu:

- a. Cautiousness (Kehati-Hatian).

Individu berpikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.

- b. Instrumental Action (Tindakan Instrumental).

Tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah yang akan dilakukannya.

- c. Negotiation (Negosiasi).

Beberapa usaha oleh seseorang yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau menjadi penyebab masalahnya. Aspek dari emotion focused coping menurut Lazarus dan Folkman (1984) yaitu:

a. Self Control (Kontrol Diri).

Usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait masalah.

b. Distancing (Menjauh).

Usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seakan tidak terjadi apa-apa, atau menciptakan pandangan positif seperti menganggap masalah sebagai lelucon.

c. Positive Reappraisal (Penilaian Kembali Secara Positif).

Usaha individu untuk menciptakan arti positif dari situasi yang dihadapi dengan fokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal bersifat religius.

d. Accepting Responsibility (Penerimaan Tanggung Jawab).

Usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba menerima agar semua menjadi lebih baik.

e. Escape atau Avoidance (Melarikan Diri atau Menghindar). Usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Sedangkan menurut Aldwin dan Revenson (dalam Indirawati, 2006)

Emotion Focused Coping terbagi menjadi:

a. Escapism (Melarikan Diri Dari Masalah).

Perilaku menghindari masalah dengan cara membayangkan seandainya berada dalam suatu situasi lain yang lebih menyenangkan; menghindari masalah dengan makan ataupun tidur; bisa juga dengan merokok ataupun meneguk minuman keras.

b. Minimization (Menganggap Masalah Seringan Mungkin).

Tindakan menghindari masalah dengan menganggap seakan-akan masalah yang tengah dihadapi itu jauh lebih ringan daripada yang sebenarnya

c. Self Blame (Menyalahkan Diri Sendiri).

Cara seseorang saat menghadapi masalah dengan menyalahkan serta menghukum diri secara berlebihan sambil menyesali tentang apa yang telah terjadi.

d. Seeking Meaning (Mencari Hikmah Yang Tersirat).

Proses individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari segi-segi yang menurutnya penting dalam hidupnya. Individu mencoba mencari hikmah atau pelajaran yang dapat dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

Kesimpulan dari penjelasan di atas yaitu, coping memiliki beberapa aspek diantara confrontative, seeking social support, planful problem solving, self control,

distancing, positive reappraisal, accepting responsibility, dan, escape atau avoidance.

2.4 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran merupakan bagian penting dalam penelitian yang berfungsi sebagai landasan konseptual untuk menjelaskan hubungan antar variabel yang diteliti. Secara umum, kerangka pemikiran adalah alur logika yang disusun berdasarkan teori, konsep, dan hasil penelitian terdahulu untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Kerangka ini menggambarkan bagaimana suatu variabel memengaruhi variabel lainnya, sehingga dapat membantu peneliti dalam merumuskan hipotesis atau fokus penelitian.

Penelitian ini berkaitan dengan fenomena mahasiswa perantau FISIP Universitas Pasundan Bandung yang harus meninggalkan daerah asal, keluarga, teman, serta lingkungan yang sebelumnya familiar untuk menempuh pendidikan di Bandung. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai tantangan dalam proses adaptasi, baik secara sosial maupun emosional. Dalam penelitian ini, homesickness dipahami sebagai kondisi ketidaknyamanan atau tekanan emosional yang muncul akibat perpisahan dari rumah dan lingkungan yang familiar. Archer et al. (1998) menjelaskan bahwa homesickness berkaitan dengan reaksi individu terhadap perpisahan dari orang-orang dan tempat yang akrab serta dicintai. Sejalan dengan itu, Thurber dan Walton (2012) menjelaskan bahwa homesickness merupakan bentuk tekanan atau penderitaan yang disebabkan oleh perpisahan dari rumah. Munculnya gejala homesickness tersebut kemudian mendorong mahasiswa

perantau untuk melakukan berbagai upaya dalam mengelola tekanan yang dirasakan. Salah satu upaya tersebut adalah *coping mechanism*.

Kerangka pemikiran dalam penelitian ini memandang coping sebagai usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan individu secara terus-menerus untuk mengatasi tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu. Dalam penelitian ini, coping dipahami sebagai proses yang dilakukan mahasiswa perantau untuk menghadapi tekanan akibat homesickness, baik dengan berusaha mengatasi sumber permasalahan maupun dengan mengatur respons emosional yang muncul.

Atas dasar ini, Teori strategi coping Lazarus dan Folkman (1984) menjadi teori utama yang digunakan dalam penelitian ini. Lazarus dan Folkman membagi strategi coping berdasarkan fungsinya menjadi dua bentuk utama, yaitu *problem-focused* coping dan *emotion-focused* coping. *Problem-focused* coping merupakan usaha individu untuk mengatasi atau mengubah sumber permasalahan yang menimbulkan tekanan. Strategi ini meliputi *confrontative coping*, *seeking social support*, dan *planful problem solving*. Dalam penelitian ini, *seeking social support* menjadi salah satu aspek yang relevan untuk melihat bagaimana mahasiswa perantau memanfaatkan Instagram. *Seeking social support* merupakan usaha individu untuk memperoleh kenyamanan emosional, bantuan, informasi, maupun dukungan dari orang lain. Dengan adanya Instagram, mahasiswa perantau memiliki media yang memungkinkan mereka tetap melakukan komunikasi dan mempertahankan hubungan sosial dengan keluarga, teman, maupun lingkungan

asal meskipun berada dalam jarak geografis yang berbeda. *Emotion-focused coping* merupakan usaha individu untuk mengatur respons emosional yang muncul akibat situasi yang dianggap menekan. Lazarus dan Folkman menjelaskan bahwa strategi ini ditujukan untuk mengontrol respons emosional melalui pendekatan kognitif maupun perilaku. Bentuknya meliputi *self-control*, *distancing*, *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, dan *escape/avoidance*. Instagram dalam penelitian ini diposisikan sebagai bagian dari media baru dan media sosial yang menyediakan ruang bagi mahasiswa perantau untuk melakukan komunikasi, interaksi, ekspresi diri, serta memperoleh dukungan sosial secara daring. Fitur seperti *feed*, *Instagram Stories*, *Reels*, *Direct Message*, dan *Instagram Live* memungkinkan pengguna untuk berbagi informasi, melihat aktivitas orang lain, berkomunikasi secara personal, serta mempertahankan hubungan sosial. Dengan karakteristik tersebut, Instagram dapat menjadi media yang digunakan mahasiswa perantau ketika menghadapi kondisi emosional akibat homesickness.

Peneliti membuat kerangka pemikiran ini dengan maksud mempermudah memahami penelitian yang berjudul “Peran Media Sosial Instagram Sebagai Coping Mechanism Dalam Mengatasi Gejala Homesickness Pada Mahasiswa Perantau Fisip Unpas Bandung”.

Gambar 2.2 **Kerangka Pemikiran**

