

HUBUNGAN ANTARA LITERASI DIGITAL DENGAN DIGITAL WELL-BEING PADA PENGGUNA INTERNET DAN MEDIA SOSIAL DI KOTA BEKASI

Elfrida Royani Hutagalung¹, Adi Fahrudin², Ditta Febrieta³¹Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi, Indonesia²Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi, Indonesia³Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi, Indonesia202010515089@mhs.ubharajaya.ac.id, adi.fahrudin@dsn.ubharajaya.ac.id,ditta.febrieta@dsn.ubharajaya.ac.id**Abstrak**

Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial dengan menggunakan 134 responden yang berasal dari Kota Bekasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan tujuan untuk melihat hubungan dari kedua variabel yang tersebut, yang dalam proses analisis data menggunakan bantuan software IBM SPSS Statistik 23. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi antara variabel literasi digital dengan digital *well-being* sebesar 0,378** dengan taraf sig (2-tailed) sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$) sehingga dapat dinyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara variabel literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi.

Kata Kunci : literasi digital; digital *well-being*; remaja

ABSTRACT

This study explains the relationship between digital literacy and digital well-being in internet and social media users in Bekasi City. This study aims to find out whether there is a relationship between digital literacy and digital well-being in internet and social media users using 134 respondents from Bekasi City. The method used in this study is correlation with the aim of seeing the relationship between the two variables, which in the process of data analysis using the help of IBM SPSS Statistics 23 software. The results in this study show that the value of the correlation coefficient between the digital literacy variable and digital well-being is 0.378** with a sig (2-tailed) level of 0.000 ($p \leq 0.05$) so that it can be stated that there is a significant relationship between the digital literacy variable and digital well-being in internet and social media users in Bekasi City.

Keywords: digital literacy, digital *well-being*, and teenagers

Article History

Received: Juli 2024

Reviewed: Juli 2024

Published: Juli 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author**Publish by : Liberosis**

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang biasanya dimulai pada usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun menurut Santrock (2007) (Indonesia, 2007). Remaja juga dianggap sebagai kelompok umur yang berisiko tinggi mengalami kecanduan karena mereka berada pada tahap dimana mereka memiliki keinginan yang kuat terhadap ilmu pengetahuan (Susilawati et al., 2023). Remaja yang kecanduan media sosial mengalami kesulitan dalam mengakses media sosial, tidak dapat mentolerir penggunaan media sosial dalam jangka waktu yang

lama, atau terisolasi dari lingkungan sosialnya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Iskandar & Isnaeni, 2019) sebanyak (84%) remaja mengakses internet dari rumah, (9%) mengakses dari sekolah, dan (7%) mengakses dari warung internet. Untuk media sosial yang sering digunakan (37%) menggunakan *Instagram*, (32%) menggunakan *Facebook*, (15%) menggunakan *WhatsApp*, (6%) menggunakan *Twitter*, (6%) menggunakan *Line*, dan sisanya (4%) menggunakan media sosial lain.

Berdasarkan pada hasil penelitian (BPS: Jumlah Penduduk Indonesia Sebanyak 275, 2022) Dibandingkan dengan negara-negara Asia lainnya, remaja Indonesia mayoritas menggunakan internet. Hal ini berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa persentase internet pada usia 13–18 tahun meningkat menjadi 99,16% pada tahun 2021–2022. Kedua kelompok tersebut diwakili oleh kelompok demografi masyarakat berusia 19 hingga 34 tahun, dengan tingkat persentase internet sekitar 98,64%. Persentase pengguna internet usia 35-54 tahun yang menyewa rumah sekitar 87,30%. Persentase penetrasi internet pada kelompok usia 5–12 tahun sebesar 62,43 persen. Sebaliknya, persentase responden berusia 55 tahun ke atas hanya sebesar 51,73%. Dilihat dari tingkat keuntungannya, mayoritas orang yang menggunakan internet adalah mereka yang berpenghasilan antara Rp5 juta hingga Rp15 juta. Tingkat penetrasinya sekitar 96,73%. Tingkat penetrasi internet pada kelompok pembayar sekitar 88,53%. Selanjutnya, persentase responden yang berpenghasilan antara Rp1 juta hingga Rp5 juta adalah 88,07%. Sebaliknya, jumlah uang yang paling sedikit dihabiskan untuk internet adalah sekitar Rp1 juta. Tingkat penetrasinya hanya berkisar 67,46%. Berdasarkan laporan, Jawa memiliki tingkat penetrasi internet tertinggi di antara kedua negara tersebut, dengan tingkat 78,39%.

Di Indonesia, berdasarkan (YONATAN, 2023) penggunaan media sosial mengalami peningkatan. Pada tahun 2023, akan ada 167 juta pengguna media sosial di seluruh dunia, dengan 78,5% pengguna internet diperkirakan menggunakan setidaknya satu akun media sosial. Di kota bekasi terdapat kurang lebih 1.674.400 pengguna media sosial. Media sosial yang sangat populer adalah *instagram* dengan estimasi pengguna sebesar 86,5% pada usia 16-64 tahun (Sukhowati & Wasisto, 2023). Menurut survei, 98% anak-anak, remaja dan dewasa yang disurvei memahami tentang internet, dan 79,5% di antaranya yaitu pada pengguna internet. Penggunaan media sosial oleh remaja di Kota Bekasi memberikan dampak besar terhadap akses informasi, hiburan, pertemanan, dan bisnis. Namun, ada juga risiko yang terkait dengan penggunaan media sosial, termasuk praktik seksual yang tidak aman, penggunaan obat-obatan terlarang, gangguan kesehatan mental, dan kecanduan media sosial.

Remaja juga dianggap sebagai kelompok umur yang berisiko tinggi mengalami kecanduan karena mereka berada pada tahap dimana mereka memiliki keinginan yang kuat terhadap ilmu pengetahuan menurut (Susilawati et al., 2023). Pengguna yang kecanduan media sosial mengalami kesulitan dalam mengakses media sosial, tidak dapat mentolerir penggunaan media sosial untuk waktu yang lama, atau terisolasi dari lingkungan sosialnya. Platform media sosial yang paling banyak digunakan adalah *Instagram* (46,1%) dan *Tiktok* (37,6%).

Instagram dan *Facebook* menjadi dua platform media sosial yang paling sering digunakan remaja (Iskandar & Isnaeni, 2019). Yang ini sesuai dengan pandangan Hu, Manikonda, dan Kambhampati (2014) yang berpendapat bahwa *Instagram* adalah situs jejaring sosial paling populer dan cepat berkembang dibandingkan media sosial lainnya. *Instagram* menjadi sebagai media sosial yang populer karena memungkinkan penggunanya dengan cepat dan instan mengabadikan dan berbagi momen dalam hidup mereka dengan berbagai foto dan video. Penggunaan internet dan media sosial dapat menimbulkan berbagai masalah bagi remaja, Menurut Berson, Berson, dan Ferron (2002) Remaja lebih cenderung melakukan interaksi sosial yang negatif, terutama ketika menggunakan internet setiap hari atau ketika menggunakan internet secara berlebihan, yang dapat mengarah pada *cyberbullying* (yaitu pengucilan atau perlakuan kasar terhadap remaja oleh remaja lainnya) pelecehan (perlakuan kasar oleh siapapun), dan bentuk kerusakan lainnya yang dapat berupa kekerasan fisik atau psikologis) dan ajakan/ajakan seksual untuk melakukan aktivitas seksual. Juvonen dan

Gross (2008) juga menyatakan bahwa dengan meningkatnya penggunaan teknologi komunikasi, khususnya di kalangan remaja, dunia maya telah menjadi tempat terbukanya tindakan kekerasan. Dampak negatif dari bermain internet yang pada akhirnya berujung pada tindakan kekerasan di dunia maya dikenal dengan istilah *cyberbullying* yang menjadi suatu permasalahan digital *well-being* pada remaja.

Digital *well-being* pada remaja pengguna internet dan media sosial menunjukkan dampak yang beragam. Hal ini sejalan dengan penelitian (Boer et al., 2020) yang menjelaskan bahwa penggunaan media sosial yang intensif dan bermasalah mungkin berhubungan dengan *well-being* remaja. Oleh karena itu, baru-baru ini muncul digital *well-being* sebagai konsep baru yang merujuk pada bagaimana masyarakat merasakan manfaat dan beban tersebut. Mewakili keseimbangan antara pro dan kontra yang dialami masyarakat terkait konektivitas setiap waktu mengingat dampak besar konektivitas seluler terhadap kehidupan sehari-hari, masyarakat terpaksa mengembangkan "perspektif seluler" terhadap digital *well-being*. Mereka lebih memahami peluang dan tantangan yang dibawa oleh konektivitas seluler terhadap kesejahteraan pribadi dan sosial (Vanden Abeele & Nguyen, 2022)

Manfaat kesehatan digital antara lain meningkatkan kesejahteraan psikologis saat menggunakan media digital juga mengurangi lebih sedikit gangguan serta meningkatkan manajemen waktu dengan perangkat digital. Digital *well-being* juga berdampak pada kesehatan mental, sosial, dan emosional seseorang serta membantu menciptakan keseimbangan antara kehidupan digital dan kehidupan nyata. Penerapan digital *well-being* dapat membantu *freshgraduate* untuk mencapai *work-life balance*. Clark (2000) dalam Helmle, Botero, dan Seibold (2014) menjelaskan *work-life balance* sebagai tingkat kepuasan individu yang dirasakan ketika mereka merasa diperlukan di rumah dan tempat kerja dengan minimal konflik peran. Jika individu dapat menciptakan kondisi yang tepat untuk digital *well-being*, yaitu jika mereka dapat mengarahkan penggunaan media digital menuju kenyamanan dan keamanan, serta untuk memenuhi kepuasan pribadi sesuai kebutuhannya dan terhindar dari konflik performa seseorang di tempat kerja dan di rumah menurun. Oleh karena itu, jika seseorang berhasil menerapkan digital *well-being* dengan baik maka seseorang dapat merasakan *work-life balance* dalam hidupnya (Industri et al., 2019)

Remaja yang menerapkan digital *well-being* mengurangi penggunaan perangkat digital berlebihan, yang dapat menimbulkan stres, mengganggu atau mengurangi kualitas tidur, dan dikaitkan dengan masalah kesehatan mental. Oleh karena itu, remaja yang menerapkan kesejahteraan digital atau digital *well-being* dapat mengalahkan dampak negatif yang dapat disebabkan oleh penggunaan teknologi dan mengalahkan kondisi-kondisi yang tidak sehat akibat penggunaan teknologi yang berlebihan (binus university, 2020).

Salah satu tokoh juga menjelaskan bahwa digital *well-being* adalah tentang memanfaatkan teknologi digital semaksimal mungkin, mengintegrasikannya ke dalam kehidupan keluarga dengan cara yang bermakna, dan mempromosikan nilai-nilai keluarga individu. Untuk mengurangi risiko dan memanfaatkan peluang teknologi digital, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi digital *well-being* seperti orang tua, perangkat digital, internet, aktivitas digital, literasi digital dan teknologi digital dan harus memilih antara strategi mediasi yang membatasi dan efektif, bergantung pada anak, situasi, gaya pengasuhan, dan nilai-nilai keluarga (Brisson-Boivin, 2018). Literasi digital merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap digital *well-being*. Digital *well-being* mengacu pada dampak teknologi digital terhadap kesehatan mental, fisik, dan emosional seseorang. Literasi digital, di sisi lain, mencakup keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk menggunakan perangkat dan platform digital secara efektif. Penelitian (digitunity.org, 2022) menunjukkan bahwa orang-orang dengan tingkat literasi digital yang lebih tinggi akan lebih mampu mengelola digital *well-being* mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja kota Bekasi yang memiliki karakteristik berusia 10 tahun sampai 22 tahun,

pengguna aktif internet dan media sosial. Teknik *non-probability sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Setelah menggunakan teknik *non-probability sampling*, peneliti akan menggunakan metode *purposive sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019). Alasan peneliti menggunakan teknik dan metode sampling tersebut yaitu karena dalam penelitian ini untuk menjadi responden harus sesuai dengan kriteria secara spesifik yang sudah ditentukan oleh peneliti. Penelitian ini menggunakan kuesioner tipe skala likert. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Deskripsi Responden

Profil Responden	N	Persentase
Domisili		
Bekasi Barat	37	27,6%
Bekasi Timur	41	30,6%
Bekasi Utara	15	11,2%
Bekasi Selatan	41	30,6%
Total	134	100%
Jenis Kelamin		
Perempuan	42	31,3%
Laki-laki	92	68,7%
Total	134	100%
Usia		
10-14 tahun	1	7%
15-18 tahun	24	17,9%
19-22 tahun	109	81,3%
Total	134	100%

UJI ASUMSI

Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini ada dua yaitu uji normalitas dan uji linieritas dengan bantuan *software statistic*.

Tabel 2 Uji Asumsi

	Uji Normalitas	Uji Linieritas
	Sign	Sign
Literasi Digital	0,000	0,000
Digital <i>Well-Being</i>	0,009	
Keterangan	Uji Asumsi Tidak Terpenuhi	Uji Asumsi Tidak Terpenuhi

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) pada variabel literasi digital, hasil tersebut diartikan data tidak berdistribusi normal. Selanjutnya, pada variabel digital *well-being* mendapatkan nilai

signifikansi sebesar 0,009 ($p < 0,05$) hasil tersebut diartikan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Selanjutnya, juga menggunakan uji linearitas dengan tujuan untuk mengetahui apakah kedua variabel memiliki hubungan linier secara signifikan atau tidak. Pada uji linearitas ini menggunakan *Test of Linearity* dan didapatkan hasil sebesar 0,000 hasil tersebut menunjukkan $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan yang linier antara literasi digital dan digital *well-being*.

UJI KATEGORISASI

Pengukuran literasi digital dilakukan menggunakan skala literasi digital yang terdiri dari 16 aitem dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 3 Kategorisasi Literasi Digital

Kategori	Batas Nilai	N	Persentase
Tinggi	$X > 58,6$	118	88.1%
Sedang	$37,4 < X < 58,6$	16	11.9%
Total		134	100%

Selanjutnya, digital *well-being* diukur menggunakan skala digital *well-being* yang terdiri dari 49 aitem dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1. Hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4 Kategorisasi Digital Well-Being

Kategori	Batas Nilai	N	Persentase
Sedang	$98 < X < 490$	134	100%
Total		134	100%

UJI HIPOTESIS

Uji korelasi yang digunakan pada penelitian ini adalah uji korelasi *Spearman's rho* untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* dan ada atau tidaknya hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being*. Hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut:

Tabel 5 Uji Korelasi

Berdasarkan hasil uji korelasi diatas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0.378** dengan taraf signifikansi atau sig (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) maka artinya terdapat hubungan yang signifikan antara literasi digital dengan digital *well-being*.

Nilai koefisien	Variabel	Spearman rho		N	pada korelasi
		R	Sign		
	Literasi Digital Dan Digital <i>Well-being</i>	0.378**	0.000	134 subjek	

menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara literasi digital dengan digital *well-being*. Hubungan yang positif ini menandakan bahwa semakin tinggi literasi digital maka semakin tinggi pula digital *well-being*. Berdasarkan hasil uji korelasi diatas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0.378** dengan taraf signifikansi atau sig (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) maka artinya terdapat hubungan yang signifikan antara literasi digital dengan digital *well-being*. Nilai pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara literasi digital dengan digital *well-being*. Hubungan yang positif ini menandakan bahwa semakin tinggi literasi digital maka semakin tinggi pula digital *well-being*. Maka dengan ini, hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima. Adanya hubungan positif tetap menandakan bahwa semakin tinggi literasi digital maka semakin tinggi pula digital *well-being*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah literasi digital maka akan semakin rendah digital *well-being*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penyebaran kuesioner melalui *g-form* didapatkan responden berjumlah 134 orang. Uji asumsi dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linieritas, pada uji normalitas didapatkan skor nilai signifikansi (p) sebesar 0.000 untuk skala literasi digital dan nilai signifikansi (p) sebesar 0.009 untuk skala digital *well-being*. Pada tabel kolmogorov-smirnova Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan nilai signifikansi (p) < 0.05 artinya data kedua variabel tersebut terdistribusi tidak normal. Kemudian dilakukan uji linieritas dan didapatkan nilai signifikansi pada deviation from linearity 0.000 yang berarti nilai signifikansi deviation from linearity < 0.05 yang artinya adalah tidak terdapat hubungan yang linear antara literasi digital dengan digital *well-being*.

Selanjutnya dilakukan uji korelasi untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* dan didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0.378** dengan taraf signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Berdasarkan tabel klasifikasi kekuatan korelasi menurut Periantalo (2016) masuk dalam kategori lemah. Sehingga hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima bahwa adanya hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi.

Berdasarkan uji kategorisasi dari 134 responden yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti sebanyak 16 orang responden memiliki tingkat literasi digital yang sedang, dan 118 orang responden memiliki tingkat literasi digital yang tinggi pada uji kategorisasi literasi digital. Kemudian berdasarkan uji kategorisasi digital *well-being* sebanyak 134 orang responden memiliki tingkat digital *well-being* yang sedang. Karena kategori berdominasi sedang berarti hasil ini cukup sejalan dengan fenomena dan permasalahan, hanya belum sepenuhnya tergambar, karena yang berada pada kategori

literasi digital sedang hanya 16 orang dan yang berada pada kategori digital *well-being* sedang 134 orang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji kategorisasi skor dalam penelitian ini, pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi berada pada kategori literasi digital yang tinggi dan begitu pula digital *well-being* berada pada kategori sedang. Pada hasil penelitian ini menjelaskan bahwa adanya hubungan antara literasi digital dengan digital *well-being* pada pengguna internet dan media sosial di Kota Bekasi. maka dari itu, hipotesis alternatif (Ha) dalam penelitian ini diterima.

DAFTAR REFERENSI:

- Binus university. (2020). *Apa itu Digital Detox?*
- Boer, M., van den Eijnden, R. J. J. M., Boniel-Nissim, M., Wong, S. L., Inchley, J. C., Badura, P., Craig, W. M., Gobina, I., Kleszczewska, D., Klanšček, H. J., & Stevens, G. W. J. M. (2020). Adolescents' Intense and Problematic Social Media Use and Their Well-Being in 29 Countries. *Journal of Adolescent Health, 66*(6), S89–S99. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.02.014>
- BPS: Jumlah Penduduk Indonesia Sebanyak 275, 77 Juta pada 2022. (2022). dataindonesia.id. 2022.
- Brisson-Boivin, K. (2018). (Brisson-Boivin, 2018. 1–59. <http://mediasmarts.ca/research-policy>
- Indonesia, P. R. (2007). No Title *ывмыывмыываса. Ятыатат, вы12у*(235), 245.
- Industri, R., Surabaya, U. N., & Safitri, A. (2019). *Prosiding Seminar Nasional 2019 PENGEMBANGAN KARAKTER DALAM MENGHADAPI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4 . 0 PENGEMBANGAN KARAKTER DALAM MENGHADAPI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4 . 0. September, 204–207.*
- Iskandar, D., & Isnaeni, M. (2019). Penggunaan Internet Di Kalangan Remaja Di Jakarta. *Communicare : Journal of Communication Studies, 6*(1), 57. <https://doi.org/10.37535/101006120194>
- Lindsay ouellette. (2023). *The Issue Device Ownership is the Heart of Digital Equity and the Gateway to Opportunity.*
- Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.* (2019). Alfabeta.
- Sukhowati, S. W., & Wasisto, J. (2023). Kemampuan Literasi Digital Masyarakat Kota Bekasi tentang Berita Covid-19 di Line Today. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi, 7*(1), 63–79. <https://doi.org/10.14710/anuva.7.1.63-79>
- Susilawati, N., Fashan, F., & Rahmani, S. (2023). Pengaruh Kecanduan Media Sosial pada Remaja di Kota Banda Aceh. *Jurnal Sosiologi USK (Media Pemikiran & Aplikasi), 17*(1), 161–171. <https://doi.org/10.24815/jsu.v17i1.32798>
- Vanden Abeele, M. M. P., & Nguyen, M. H. (2022). Digital well-being in an age of mobile connectivity: An introduction to the Special Issue. *Mobile Media and Communication, 10*(2), 174–189. <https://doi.org/10.1177/20501579221080899>
- YONATAN, A. Z. (2023). *7 Media Sosial Paling Populer 2023.*