

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada tahun 2025, kemajuan teknologi akan semakin terlihat ketenarannya. Perkembangan teknologi saat ini telah membuat nyadapat diakses secara bebas untuk semua orang. Salah satunya adalah teknologi komunikasi pada dunia digital yang dapat digunakan melalui akses internet dalam penggunaannya. Banyak hal yang dapat dilakukan saat mengeksplorasi dunia internet. Dengan menggunakan internet dapat membuat setiap individu seperti tidak memiliki batasan dan waktu. Media sosial terutama platform seperti instagram saat ini telah menjadi bagian yang penting dari kehidupan sehari-hari setiap individu. Konten kreator atau influencer seperti @keyshaasf merupakan kelahiran 2002, ia dapat memainkan peran yang cukup berpengaruh dalam membentuk tren, opini publik, dan pola konsumsi informasi yang diterima oleh masyarakat. Konten kreator mendapatkan audiens yang cukup besar dengan berinteraksi langsung dengan pengikut (followers) mereka (Kaplan & Haelin, 2010). Sebagai konten kreator @keyshaasf tidak hanya membuat konten berupa visual tetapi juga dapat berinteraksi dengan followers nya melalui kolom komentar, pesan pribadi (DM), dan siaran langsung (live IG) yang membuat komunikasi menjadi lebih bervariasi (Khamis & Welling, 2017).

Menurut Fatiha, dkk, (2023), Anak kelahiran tahun 2000-2010 atau yang biasa disebut sebagai Generasi Z mengalami masalah kesehatan mental yang dapat berdampak pada sosial berkepanjangan serta merugikan mereka di masa depan jika tidak ditangani ditangani sedari dini. Individu kelahiran 2000-2010 memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada generasi kelahiran sebelumna, dikatakan hanya ada 45% yang memiliki kesehatan mental baik atau sangat baik. Selain itu, individu kelahiran 2000-2010 lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan bipolar. (Hajarini,2023).

Kecemasan komunikasi (*communication axienty*) dalam konteks digital mengacu pada perasaan cemas atau takut yang dialami oleh individu ketika

berkomunikasi secara virtual. Dalam dunia media sosial yang semakin mendominasi kehidupan sehari-hari, kecemasan komunikasi dapat muncul dari berbagai faktor. Salah satunya adalah ketidakpastian mengenai bagaimana pesan yang disampaikan oleh konten kreator akan diterima oleh audiens. Banyak individu yang merasa khawatir terhadap kritik atau respon negatif yang dapat memengaruhi cara konten kreator berkomunikasi dan berinteraksi dengan followers di platform digital. Selain itu, tekanan untuk tampil sempurna dalam setiap postingan konten dan interaksi menambah beban emosional yang harus ditanggung oleh setiap konten kreator.

Konten kreator seringkali merasakan beban yang lebih berat karena tuntutan. Konten kreator diharapkan dapat mempertahankan citra positif dan membangun hubungan yang baik dengan para pengikut (followers), tetapi pada saat yang sama, konten kreator harus berusaha untuk tidak menimbulkan kesalahpahaman atau kritik negatif. Kecemasan komunikasi tidak hanya berhubungan dengan ekspektasi yang tinggi dari para pengikut (followers), tetapi dengan risiko hilangnya nama baik atau bahkan jumlah pengikut akibat komunikasi yang kurang tepat. Dalam hal ini, banyak kreator merasa terjebak dalam dilema antara ingin berkomunikasi secara langsung dan kebutuhan untuk memenuhi standar yang diharapkan oleh audiens mereka (Vaziri, 2019).

Kondisi seperti ini dapat berdampak pada psikologis yang cukup serius kepada konten kreator, seperti stres, depresi, dan penurunan rasa percaya diri. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana kecemasan dalam dunia digital dapat memengaruhi kesehatan mental setiap individu. Mencari dukungan baik dari teman, keluarga, ataupun psikolog serta mengembangkan keterampilan berkomunikasi yang lebih baik dapat membantu individu mengatasi kecemasan komunikasi yang dirasakan. Dengan hal ini, maka interaksi di platform sosial media dapat berjalan dengan lebih baik dan bermanfaat yang memungkinkan konten kreator untuk lebih mengekspresikan diri kreator tanpa adanya rasa takut yang berlebihan.

Kecemasan dapat berdampak penting pada kehidupan sosial seseorang, menyebabkan individu menghindari interaksi sosial yang seharusnya dapat memperbanyak pengalaman hidup seseorang. Ketika individu merasa cemas,

individu memilih untuk menarik diri dari situasi sosial yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kualitas hubungan mereka dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan temuan yang diungkapkan dalam penelitian Susilowardhani, dkk (2021) yang menunjukkan bahwa individu yang sedang mengalami kecemasan yang tinggi cenderung menghindari kehidupan sosial yang dapat menimbulkan penilaian negatif. Penghindaran yang dilakukan tidak hanya berdampak pada interaksi yang berpotensi menguntungkan, namun juga dapat meningkatkan perasaan kesepian dan tindakan mengisolasi diri. Seiring berjalannya waktu, individu yang menghindari interaksi sosial dapat merasa terasingi dari orang-orang disekitar mereka yang dapat menyebabkan masalah yang ulit dihentikan.

Kualitas hubungan yang buruk dapat menyebabkan pada ketidakpuasan secara emosional dan bahkan menyebabkan kesehatan mental yang lebih serius. Oleh karena itu, sangat penting bagi konten kreator dan pengguna media sosial lainnya untuk mengembangkan strategi yang efektif dalam mengelola kecemasan atau rasa takut yang dialami. Salah satu langkah yang dapat diambil adalah menetapkan batasan yang jelas dalam penggunaan media sosial, seperti menentukan waktu untuk berinteraksi dengan followers dan menghindari membandingkan diri sendiri dengan orang lain di platform media sosial. Selain itu, mencari dukungan dari lingkungan positif yang dapat memberikan masukan serta pemberian motivasi juga merupakan langkah yang penting untuk dilakukan. Dengan menciptakan jaringan dukungan yang positif, individu dapat mengekspresikan dirinya dengan lebih percaya diri dan mengurangi kecemasan. Melalui pendekatan ini, konten kreator dan pengguna media sosial lainnya dapat meningkatkan kualitas hubungan mereka dan mengubah pengalaman negatif menjadi interaksi yang lebih positif.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan komunikasi pada kalangan konten kreator di media sosial sangat bermacam-macam. Di antara faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan berkomunikasi, ketakutan akan penilaian buruk dari masyarakat menjadi salah satu yang paling banyak dirasakan. Konten kreator sering kali merasakan tekanan untuk memenuhi ekspektasi dari audiens, yang dapat menimbulkan perasaan tidak percaya diri serta kekhawatiran berlebih bahwa karya yang konten kreator hasilkan tidak diterima dengan baik

oleh followers nya. Selain itu, terdapat tekanan yang terus-menerus untuk selalu membuat konten yang menarik dan relevan setiap kali kreator mengunggah, hal ini tidak hanya berdampak buruk pada kesehatan mental kreator tetapi juga dapat mengganggu proses kreatif konten kreator.

Kecemasan akan komunikasi mengenai privasi juga merupakan masalah yang sangat penting. Banyak konten kreator yang merasa sensitif karena kehidupan pribadinya dapat dengan mudah terekspos ke publik (Dourin & Jacob, 2020). Ketidakpastian ini dapat membuat konten kreator merasa terpecah antara ingin berbagi pengalaman pribadi dan ingin mempertahankan batasan yang positif. Dalam hal ini, Tiggeman dan Slater (2013) menekankan bahwa tantangan-tantangan ini diperburuk dengan pembaruan algoritma media sosial yang terus-menerus berubah setiap waktu nya. Prosedur yang tidak konsisten dapat menimbulkan kekhawatiran tentang bagaimana konten para kreator akan diterima oleh audiens yang mengakibatkan kecemasan yang lebih besar terkait dengan tingkat *engagement* dan *feedback* yang diterima dari followers.

Kekhawatiran ini tidak hanya berdampak pada interaksi sehari-hari, tetapi juga dapat memengaruhi keputusan yang signifikan dalam pembuatan setiap konten. Konten kreator terkadang merasa perlu untuk mengikuti tren terbaru atau menyesuaikan gaya mereka agar selaras dengan selera audiens nya, meskipun hal ini berbanding terbalik dengan identitas kreatif yang mereka miliki. Ketidakpastian ini ditambah dengan tekanan untuk selalu tampil sempurna di platform media sosial yang selalu aktif dapat memperburuk kecemasan komunikasi yang konten kreator alami, menciptakan siklus yang sulit untuk dipecahkan dan berpotensi merusak mental kreator.

Pada penelitian kali ini penulis memilih konten kreator bernama Keysha Safinka Darmawan. Keysha merupakan konten kreator kelahiran Bandung 12 Desember 2002, konten yang dibuat nya berisikan tentang kecantikan, sharing, motivasi serta mengunjungi tempat yang sedang viral untuk direkomendasikan kepada para followers nya. Keysha memiliki akun instagram dengan username @keyshaasf dengan jumlah pengikut 13,3Rb akun aktif. Keysha merupakan siswa lulusan tataboga yang saat ini berkuliah di Binus dengan jurusan digital

bisnis, ia mulai terkenal karena kontennya yang kreatif pada tahun 2021. Dalam Instagramnya Keysha sering membagikan video *review* produk makeup, *sharing* kehidupan sehari-harinya seperti pekerjaan atau pengalaman serta mendatangi tempat yang bagus untuk direkomendasikan kepada followersnya di Instagram.



Gambar 1.1 Akun Instagram @Keyshaasf pada tahun 2024

Melalui kontennya dalam 30 hari terakhir Keysha berhasil mendapatkan 300 pengikut terbaru. Hal ini menunjukkan bahwa konten yang dibagikan oleh Keysha cukup menarik sehingga menarik perhatian audiens.

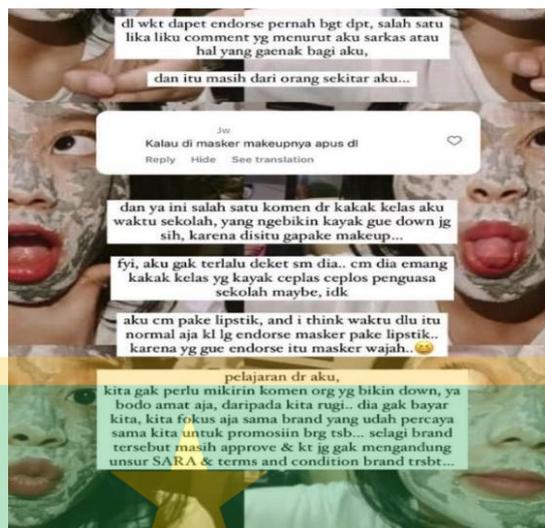
Gambar 1.2 Jumlah Followers Keysha

Alasan penulis memilih Keysha Safinka, karena Keysha merupakan konten kreator yang telah menarik perhatian publik tidak hanya karena konten kreatifnya, konten kreator @keyshaasf menghadapi masalah kecemasan komunikasi yang cukup serius akibat menerima komentar negatif dari followers nya. Kecemasan yang dialami oleh @keyshaasf dapat menyebabkan ketidaknyamanan saat harus menanggapi komentar negatif, yang mungkin berujung pada penghindaran interaksi di media sosial. Rasa takut akan penilaian negatif dapat mempengaruhi keputusan @keyshaasf dalam menciptakan sebuah konte, serta pemilihan Keysha sebagai narasumber karena dari beberapa konten kreator lainnya yang mengalami kecemasan komunikasi, umumnya konten kreator lain seperti Rachel Venny dan Karin Novilda menghapus atau mengabaikan komentar negatif yang diberikan followersnya, Keyhsa justru berbanding terbalik, ia memilih untuk memasukkan komentar negatifnya tersebut ke dalam *hihlight* pada akun instagram pribadi nya, tujuan Keysha memasukkan berupa *screen shoot* kedalam *highgliht* tersebut yaitu untuk memotivasi diri nya dan belajar menjadi pribadi yang lebih baik kedepannya.



Gambar 1.3 Pernyataan Keysha Terkait Rasa Insecurenya

Salah satu aspek yang mencolok adalah rasa insecure yang dialaminya akibat memiliki kulit yang lebih gelap, yang sering menjadi bahan perbandingan oleh followers nya dan komentar di media sosial instagram. Hal ini



Gambar 1.5 Komentar Negatif yang Keysha Dapatkan

Tekanan untuk menghasilkan konten yang menarik dan relevan dapat meningkatkan beban mental bagi konten kreator. Penelitian menunjukkan bahwa konten kreator sering kali merasa tertekan yang berkaitan dengan ekspektasi audiens dan algoritma sosial media yang terus berubah (Aulia & Rahma, 2023). Dalam hal ini, kecemasan berkomunikasi dapat menghambat kreativitas dan inovasi dalam membuat konten di Instagram. Selain itu, interaksi dengan followers juga dapat menimbulkan kecemasan komunikasi. Seperti komentar negatif, kritik dan bahkan ekspektasi yang tinggi dari pengikut dapat menciptakan lingkungan yang penuh dengan tekanan. Tekanan untuk membuat konten yang sesuai dengan keinginan audiens dapat menimbulkan kecemasan serta kelelahan. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana konten kreator seperti @keyshaasf mengelola kecemasan komunikasi yang dialaminya.

Sudi kasus kecemasan pada konten kreator atau influencer termasuk @keyshaasf seringkali lebih dalam karena adanya harapan yang tinggi di dunia maya. Konten kreator dihadapkan pada tekanan untuk tampil sempurna di hadapan followers mereka yang seringkali melibatkan interaksi langsung yang mencerminkan ekspektasi sosial (Choi & Lee, 2018). Konten kreator yang memiliki pengikut dalam jumlah besar sering merasa tertekan untuk menjaga hubungan yang baik dengan followers mereka, sekaligus menghindari komentar negatif atau ketidakpuasan dari audiens (Jin & Phua, 2014).

Pendekatan studi kasus sangat sesuai dalam memahami pengalaman subjektif konten kreator dalam menghadapi kecemasan komunikasi, terutama karena fenomena ini berkaitan dengan pengalaman pribadi yang bersifat emosional dan psikologis. Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, penelitian ini akan menggali lebih dalam bagaimana kecemasan komunikasi dipengaruhi oleh interaksi dengan followers, serta bagaimana cara atau strategi konten kreator menghadapinya. Fenomenologi akan memberikan wawasan lebih tentang bagaimana pengalaman subjektif tersebut memengaruhi perilaku komunikasi dan kesejahteraan mental konten kreator dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Penelitian ini bertujuan untuk menggali pengalaman subjektif konten kreator @keyshaasf terkait kecemasan komunikasi dalam interaksinya dengan followers di Instagram. Dengan pendekatan studi kasus diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana kecemasan tersebut memengaruhi cara Keysha berkomunikasi serta dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial Konten kreator.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah ini adalah bagaimana kecemasan komunikasi konten kreator dalam interaksi dengan followers (studi kasus pada akun Instagram @keyshaasf)?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memahami secara mendalam bagaimana kecemasan komunikasi konten kreator dalam interaksi dengan followers (studi kasus pada akun Instagram @keyshaasf).

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, manfaat penelitian terbagi menjadi 2 yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan berguna bagi :

1. Penelitian ini dapat memperkaya pemahaman tentang kecemasan komunikasi dalam konteks media sosial, khususnya dikalangan konten kreator.
2. Penelitian selanjutnya sehingga bisa dijadikan sebagai bahan referensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dalam manfaat praktis, hal ini berguna bagi :

1. Konten kreator dapat menggunakan temuan penelitian untuk mengemban strategi dalam mengelola kecemasan saat berinteraksi dengan audiens.
2. Penelitian ini dapat membantu konten kreator merumuskan cara berkomunikasi yang lebih efektif dan menarik.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN

Pada pendahuluan pembahasan mengenai latar belakang dari permasalahan yang penulis ambil, rumusan masalah penelitian, tujuan permasalahan penelitian, manfaat penelitian, dan juga sistematika penulisan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

Pembahasan kajian pustaka terdiri dari subbab penelitian terdahulu, kerangka konseptual, serta subbab landasan teori dari teori yang penulis gunakan. Dan yang terakhir terdapat kerangka pemikiran.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Dalam metodologi penelitian, membahas mengenai metode penelitian yang terdiri dari pendekatan penelitian, jenis penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik keabsahan data.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil dan pembahasan terdiri dari gambaran hasil penelitian serta analisa pembahasan hasil penelitian

BAB V PENUTUP

Bab penutup berisi kesimpulan dan saran dari keseluruhan hasil penelitian. Pada kesimpulan dapat ditemukan masalah yang ada pada penelitian, sedangkan saran berisi masukan untuk mengatasi permasalahan yang ada.

