

Prediksi Pengembangan Diri Masyarakat dalam Masa Quarter Life-Crisis melalui Instagram Stories

Prediction of Community Self-Development in The Quarter Life-Crisis Period through Instagram Stories

Andi Fatur Rezky Abdillah AR

Program Studi Ilmu Komunikasi, FISIP, Universitas Islam Makassar

Korespondensi: faturezkya@gmail.com

Abstract

This study aims to test and prove empirically: 1) Prediction of self-development through Instagram function; 2) Prediction of self-development through Quarter Life-Crisis; 3) Prediction of self-development through the function of Instagram Stories and Quarter Life-Crisis simultaneously; and 4) and prediction of self-development through the function of Instagram Stories mediated by Quarter Life-Crisis. It is hoped that the results of this study can theoretically benefit academics and practitioners, especially to increase knowledge in the field of communication science. This study uses quantitative research methods with purposive sampling techniques with a sample size of 100 respondents. The data collection method was carried out by distributing questionnaires, direct interviews and documentation. Data were analyzed using SPSS 27 software for windows. The results of this study show: 1) Positive and significant prediction of self-development through Instagram function; 2) Negative and significant prediction of self-development through Quarter Life-Crisis; 3) Positive and significant prediction of self-development through Instagram Stories function and Quarter Life-Crisis simultaneously; and 4) Significant mediating effect of Quarter Life-Crisis on Instagram Stories function and self-development.

Keywords: *Instagram Stories, Quarter Life-Crisis, Self-Development, mental health.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan membuktikan secara empiris: 1) Prediksi pengembangan diri masyarakat melalui fungsi Instagram; 2) Prediksi pengembangan diri masyarakat melalui Quarter Life-Crisis; 3) Prediksi pengembangan diri masyarakat melalui fungsi Instagram Stories dan Quarter Life-Crisis secara simultan; dan 4) dan prediksi pengembangan diri masyarakat melalui fungsi Instagram Stories dengan dimediasi oleh Quarter Life-Crisis. Diharapkan hasil penelitian ini secara teoritis dapat bermanfaat bagi akademisi dan praktisi, terutama untuk menambah ilmu pengetahuan di bidang ilmu komunikasi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 100 responden. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara penyebaran kuisioner, wawancara langsung dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan software SPSS 27 for windows. Hasil penelitian ini menunjukkan: 1) Prediksi positif dan signifikan pengembangan diri melalui fungsi Instagram; 2) Prediksi negatif dan signifikan pengembangan diri melalui Quarter Life-Crisis; 3) Prediksi positif dan signifikan pengembangan diri melalui fungsi Instagram Stories dan Quarter Life-Crisis secara simultan; dan 4) Efek mediasi yang signifikan dari Quarter Life-Crisis pada fungsi Instagram Stories dan pengembangan diri.

Kata Kunci: *Instagram Stories, Quarter Life-Crisis, Kesehatan Mental, dan Pengembangan Diri*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi, komunikasi dan informasi saat ini telah berjalan dengan sangat cepat. Pada dasarnya, teknologi dapat digunakan manusia dalam memudahkan aktivitasnya sehari-hari. Sementara komunikasi sejak penemuan telpon pertama

hingga dewasa ini manusia dapat menggunakan handphone yang canggih, sehingga dapat memudahkan manusia untuk berkomunikasi dan juga menerima informasi dengan mudah dan cepat dari mana saja serta kapan saja.

Tidak hanya berperan sebagai komputer (perangkat keras serta perangkat lunak untuk pemrosesan dan penyimpanan informasi), teknologi informasi juga berperan sebagai teknologi komunikasi untuk menyebarkan informasi. Penggunaan ponsel pintar atau smartphone menjadi kebutuhan primer bagi masyarakat terutama bagi kalangan generasi milenial, untuk berkomunikasi maupun mencari informasi melalui mesin pencari (search engine).

Dalam bidang komunikasi dan informasi, begitu banyak pengembangan fasilitas internet yang dilakukan oleh pemerintah Indonesia, salah satunya yakni pengembangan penggunaan sosial media. Menurut Boyd dan Ellison (2008:210) dalam sebuah jurnal social networks sites, media sosial didefinisikan sebagai situs berbasis web 2.0 yang memungkinkan penggunaannya untuk membuat profil publik dan semi publik dalam suatu sistem, menampilkan daftar teman atau pengguna lainnya dan dapat saling berbagi relasi, memperlihatkan dan mengubah daftar relasi mereka dalam sistem tersebut. Media sosial bersifat luas dan menyeluruh, sehingga komunikasi yang dilakukan dengan skala yang besar.

Dewasa ini, penggunaan media internal konvensional dapat dikatakan telah mulai ditinggalkan, bukan karena sudah tidak efektif atau tidak tren lagi, namun sudah adanya media pengganti yang lebih canggih, tetapi masih menggunakan dasar yang sama. Media sosial sebagai media baru yang dicanangkan selain untuk menjadi alat komunikasi dan memberikan informasi, juga dapat membangun citra baik bagi seseorang maupun sebuah perusahaan melalui sebuah konten di media sosial.

Instagram telah menjadi salah satu platform media sosial yang sangat populer di Indonesia dan di seluruh dunia. Program aplikasi ini dirilis sejak pada tahun 2010 sebelum akhirnya diakuisisi oleh pendiri Facebook, Mark Zuckerberg untuk bergabung dengan perusahaan Facebook yang berganti menjadi Meta pada tahun 2020 lalu. Sejak awal pembentukan hingga saat ini, Instagram mengalami peningkatan dalam hal jumlah pengguna. Peningkatan ini dikarenakan

Instagram menawarkan konsep yang cukup simple yaitu berbagi foto. Namun, seiring berjalannya waktu pengembangan dilakukan Instagram dengan membuat fitur-fitur menarik seperti membagikan cerita (stories), video (reels), siaran langsung (live) dan Instagram Toko.

Dalam hal Instagram Stories sendiri, Instagram membuat sejumlah fitur menarik agar para penggunanya tidak merasa bosan dalam menggunakan aplikasi sosial media ini. Fitur-fitur berupa foto dan video tersebut antara lain seperti filter Instagram, boomerang, tata letak (layout) dan juga Hands-Free. Batas waktu maksimal foto maupun video yang ditampilkan dalam Instagram Stories sendiri kurang lebih 60 detik sebelum akhirnya menghilang dalam jangka waktu 24 jam.

Menurut Matt Ahlgreen (2002), meski aplikasi Instagram diperuntukkan bagi semua umur dan kalangan, namun rata-rata usia pengguna aplikasi ini didominasi oleh pengguna yang berada pada usia di bawah 30 tahun atau pengguna yang telah memasuki fase usia seperempat abad, bahkan pengguna yang memasuki usia tersebut menyentuh angka 71% dari total 1,96 Milliar pengguna Instagram di seluruh dunia.

Fase usia seperempat abad merupakan periode saat seseorang menginjak usia dewasa atau fase di mana seseorang sedang mencari jati diri dalam kehidupannya. Orang yang telah memasuki usia ini berkisar antara 18 hingga 30 tahun. Tidak sedikit bagi orang yang berada pada rentang usia tersebut memiliki rasa kekhawatiran dan kebingungan tentang ketidakpastian hidupnya di masa mendatang. Umumnya, kekhawatiran tersebut meliputi masalah ekonomi, kehidupan sosial, karier, percintaan dan relasi, sehingga tidak menutup kemungkinan dapat mengganggu kesehatan mental orang itu. Fase usia seperempat abad ini dikenal juga dengan istilah "Quarter Life-Crisis".

Menurut Aristawati, Meiyuntariningsih, Cahya, & Putri (2021), fase Quarter-Life Crisis merupakan suatu periode ketidakpastian dan pencarian jati diri yang dialami individu pada saat mencapai usia pertengahan 20 hingga awal 30 tahun. Dalam periode ini, individu dihantui perasaan cemas dan khawatir

terhadap masa depannya, termasuk dalam hal karier, relasi, dan kehidupan sosial.

Dalam fase Quarter Life-Crisis ini, Individu akan mengalami sejumlah hal yang menjadi sumber stress (stressor) antara lain seperti krisis identitas, kecemasan terhadap karir atau pekerjaannya, Insecurity dan kecemasan terhadap masa depan, Frustrasi dengan suatu hubungan romantis, tekanan berupa ekspektasi orang lain dan kekecewaan terhadap sesuatu hal, dan sejumlah masalah-masalah lain yang tentunya dapat mempengaruhi psikologis atau kesehatan mental individu.

Federasi Kesehatan Mental Dunia (World Federation for Mental Health) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi yang memungkinkan perkembangan optimal dalam hal fisik, intelektual, dan emosional, selama hal tersebut sesuai dengan kondisi individu lainnya. Selain itu, menurut mereka, sebuah masyarakat yang baik adalah masyarakat yang memfasilitasi perkembangan ini bagi anggotanya, sambil tetap memastikan pertumbuhan dan toleransi terhadap masyarakat lainnya. Pada fase ini, keinginan untuk mengembangkan diri besar adanya. Pengembangan diri adalah upaya yang dilakukan dan diarahkan untuk mencapai perbaikan dalam pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan individu agar menjadi lebih baik daripada kondisinya saat ini.

Menurut Erik Erikson (2017), setiap orang menjalani serangkaian “krisis psikososial” pada saat jatuh tempo, setiap orang memiliki rintangan emosional tertentu untuk mengatasinya. Selaras dengan hal tersebut, individu yang berada dalam fase Quarter Life-Crisis, akan rentan mengalami gangguan kesehatan mental apabila terus berada dalam fase yang rumit tersebut. Berkaitan dengan hal untuk melewati fase tersebut, setiap individu dapat dengan mudah memilih dan memperoleh hal yang dinilai dapat mengatasi hal tersebut, salah satunya dengan menggunakan media sosial, yang dewasa ini dinilai dapat menjadi sarana bagi setiap individu untuk mendapatkan informasi dan sarana hiburan, salah satunya yaitu dengan aplikasi media sosial Instagram, khususnya fitur Instagram Stories.

Kota Makassar saat ini telah menjadi salah satu daerah yang mengalami perkembangan yang terbilang pesat. Tidak sedikit orang yang mengatakan bahwa Kota Makassar telah menjadi salah satu kota metropolitan terbaik di Indonesia, bahkan telah menjadi kota sentrum bagi sejumlah tingkat kabupaten/kota yang berada di Indonesia timur dari segala aspek maupun sektor. Kota Makassar yang dikenal dengan “Kota Daeng” ini telah mengalami perkembangan pesat dalam hal sosial, budaya dan tentunya ekonomi.

Salah satu dari sejumlah wilayah tingkat kelurahan dan kecamatan yang telah menjadi wilayah berkembang di Kota Makassar adalah Kelurahan Daya, Kecamatan Biringkanaya. Hal tersebut tidak lain karena dampak dari semakin meningkatkannya merek-merek terkemuka yang mencoba mencari komoditi di lingkungan atau wilayah Kelurahan Daya Kota Makassar. Merek ternama dan terkemuka tersebut berasal dari dalam hingga luar negeri, antara lain yaitu Starbucks, McDonalds, Burger King, Pizza Hut, Dominos Pizza, Korean Food Myong-Ga, Starcross dan lain-lain, yang memiliki potensi untuk dijadikan konten Instagram Stories bagi setiap pengguna yang menggunakan atau membeli barang maupun jasa dari merek ternama tersebut. Namun, tidak jarang isi yang terkandung dalam sebuah konten Instagram Stories yang diunggah setiap individu atau pengguna aplikasi media sosial Instagram ini mengundang perhatian dan respon dari para pengguna lainnya. Bahkan tidak sedikit konten yang dibuat tersebut mampu mempengaruhi untuk memberikan dampak positif maupun negatif bagi pengguna lain. Oleh karena itu, penulis hendak mengkaji lebih dalam sejauh mana pengaruh Instagram Stories terhadap pengembangan diri Masyarakat dalam masa Quarter Life-Crisis.

Teori Uses and Gratification

Teori Uses and Gratification (Kepuasan dan Kegunaan) mengemukakan bahwa individu memiliki peran aktif dalam memilih dan menggunakan media untuk memenuhi kebutuhannya. Teori ini menyatakan bahwa individu menggunakan media massa atau sumber-sumber lain sebagai sarana untuk

memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis yang mereka miliki.

Berikut adalah poin-poin yang digunakan dalam model Uses and Gratification:

Sumber Sosial dan Kebutuhan Psikologis: Individu mencari sumber-sumber media yang dapat memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis mereka. Misalnya, mereka dapat mencari hiburan, informasi, interaksi sosial, identifikasi dengan tokoh media, atau pengalaman estetika.

Kebutuhan yang Menimbulkan: Individu memiliki kebutuhan yang memicu mereka mencari media. Misalnya, kebutuhan akan hiburan setelah hari yang melelahkan atau kebutuhan akan informasi tentang suatu topik tertentu.

Harapan dari Media Massa atau Sumber Lain: Individu memiliki harapan tentang apa yang akan mereka peroleh dari media yang mereka gunakan. Mereka memiliki ekspektasi tentang bagaimana media akan memenuhi kebutuhan dan harapan mereka.

Perbedaan Pola Terpaan Media: Individu memiliki pola terpaan media yang berbeda. Mereka memilih media yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensi mereka, serta memiliki preferensi terhadap jenis media tertentu.

Pemenuhan Kebutuhan: Melalui penggunaan media, individu berusaha memenuhi kebutuhan mereka. Mereka mencari kepuasan dan manfaat dari penggunaan media tersebut.

Akibat Lain: Penggunaan media juga dapat memiliki akibat lain yang tidak dikehendaki. Misalnya, pengaruh negatif dari media yang dapat mempengaruhi persepsi dan perilaku individu.

Teori Uses and Gratification memandang individu sebagai pemilih aktif dalam menggunakan media dan mencari pemenuhan kebutuhan mereka melalui penggunaan media tersebut. Teori ini memberikan pemahaman tentang bagaimana individu berinteraksi dengan media dan mengapa mereka memilih dan menggunakan media tertentu.

Uses and Gratification dapat digambarkan seperti dalam teori Rakhmat (2007, p. 66).

Konsep Gratification Sought (GS) dan Gratification Obtained (GO) dikembangkan oleh Philip Palmgreen dan J.D. Rayburn pada tahun 1985. Gratification Sought mengacu pada motif atau dorongan individu dalam menggunakan media. Motif ini mencerminkan alasan atau kebutuhan individu terkait dengan objek atau jenis media tertentu. Dalam konteks ini, individu memilih media dengan dasar motif untuk mencari kepuasan tertentu. Dengan kata lain, GS mencerminkan kebutuhan awal individu yang mendorong mereka untuk menggunakan media tertentu.

Di sisi lain, Gratification Obtained (GO) adalah kepuasan yang dirasakan individu setelah menggunakan media tertentu. GO mencerminkan sejauh mana individu merasakan kepuasan nyata setelah menggunakan media tersebut. Dengan kata lain, GO mencerminkan sejauh mana kebutuhan atau motif awal individu terpenuhi melalui penggunaan media.

Dengan menggunakan konsep GS dan GO, penelitian dapat mengukur sejauh mana kebutuhan dan motif individu terpenuhi melalui penggunaan media tertentu. Hal ini memungkinkan pemahaman lebih lanjut tentang bagaimana individu menggunakan media untuk memenuhi kebutuhan dan mencari kepuasan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Salah satu riset terdahulu yang menggunakan metode Uses and Gratification ini ialah penelitian Ummul Wafiah, Mudzhira Nur Amirullah, Harmin Hatta (2020), yang menjelaskan bahwa Instagram Stories dapat memberikan efek psikologis dan sosial pada remaja serta pemenuhan kebutuhan terhadap remaja, mengingat pada saat ini juga banyak remaja yang mengalami permasalahan mental yang dialami, seperti cemas dan depresi.

Namun tidak hanya kaum remaja saja yang mengalami hal yang demikian, dapat dikatakan hampir semua kalangan individu dari segi usia yang merasakan permasalahan mental serupa, tak terkecuali orang dewasa yang khususnya telah memasuki usia masa kerja, atau usia 18 hingga 30 tahun. Mereka yang mengalami rasa cemas dan depresi biasanya memiliki sejumlah gejala seperti frustrasi, stress, insecurity dan hilang motivasi

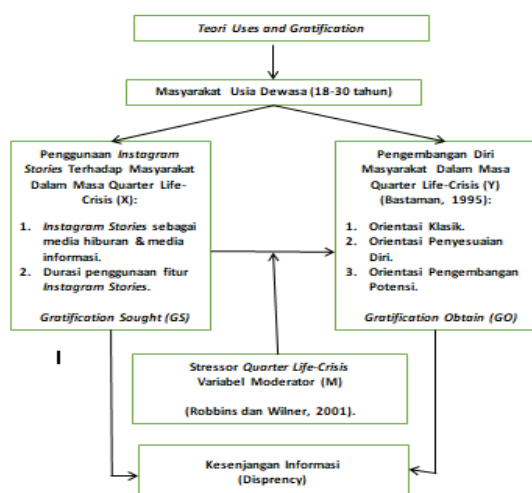
sehingga mencari hal yang dinilai dapat mengatasi permasalahan mental tersebut dengan mencari hiburan atau pun informasi melalui media sosial, salah satunya yaitu Instagram Stories dalam media sosial Instagram.

Namun bukannya individu tersebut dapat mengatasi permasalahan mental yang dialaminya, malah menambah beban permasalahan yang ada pada pikirannya setelah melihat isi pesan dari konten Instagram Stories milik orang lain seperti barang mewah yang belum dimiliki, tempat yang belum dikunjungi, serta sejumlah pengalaman menarik lain yang individu lainnya telah miliki namun belum dirasakan oleh dirinya, sehingga bisa memunculkan permasalahan kesehatan mental lain yang dapat mengganggu mental individu atau seseorang.

Di sisi lain, tidak sedikit individu yang melihat pengalaman atau hal menarik yang dirasakan oleh individu lain dalam konten Instagram Stories namun belum dirasakannya untuk dijadikan motivasi bagi dirinya, sehingga dapat terhindar dari permasalahan kesehatan mental. Menarik untuk dilihat dan diketahui lebih jauh terkait dengan pengaruh Instagram Stories terhadap kesehatan mental masyarakat dalam masa Quarter Life-Crisis.

Berikut gambar kerangka pemikiran dalam penelitian ini:

Dalam kerangka penelitian yang menggunakan model Uses and Gratification, fokus penelitian ditujukan pada penggunaan



media sosial dan pengaruhnya pada masyarakat yang berada dalam fase Quarter Life-Crisis, khususnya dalam konteks penggunaan Instagram Stories.

Dalam konteks ini, penelitian akan memperhatikan bagaimana individu dalam fase Quarter Life-Crisis menggunakan Instagram Stories sebagai media sosial untuk memenuhi kebutuhan dan mencari kepuasan mereka. Hal ini melibatkan analisis terhadap motif atau kebutuhan awal (Gratification Sought) yang mendorong individu untuk menggunakan Instagram Stories, serta sejauh mana kepuasan (Gratification Obtained) yang dirasakan oleh individu setelah menggunakan Instagram Stories. Penelitian ini juga akan melibatkan khalayak aktif dan selektif, yaitu masyarakat usia 18 hingga 30 tahun yang berada dalam fase Quarter Life-Crisis. Masyarakat dalam fase ini cenderung memiliki tingkat keaktifan yang tinggi dalam menggunakan media sosial, termasuk Instagram Stories, serta memiliki selektivitas dalam memilih konten atau pengguna yang mereka ikuti dan interaksi yang mereka lakukan.

Dengan memfokuskan pada Instagram Stories sebagai objek penelitian, penelitian ini akan menggali lebih dalam tentang peran dan pengaruh media sosial terhadap individu dalam fase Quarter Life-Crisis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana penggunaan media sosial, khususnya Instagram Stories, dapat mempengaruhi dan memenuhi kebutuhan individu dalam fase Quarter Life-Crisis.

Pada Gratification Sought (GS) yaitu media yang dipilih oleh masyarakat dalam fase Quarter Life yang diharapkan dapat digunakan untuk memperoleh informasi dan sebagai media hiburan, dalam hal ini bagaimana Instagram Stories dapat memenuhi hal tersebut. Sedangkan kepuasan realitas dan kenyataan atau Gratification Obtain (GO), bagaimana masyarakat yang berada dalam fase Quarter Life-Crisis mengatasi berbagai hal pelik dalam hidupnya melalui Instagram Stories atukah sebaliknya.

Dalam penelitian ini, variabel mediator (M) yang digunakan adalah indikator-

indikator penyebab atau sumber stress yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001) terkait dengan fase Quarter Life-Crisis. Variabel mediator ini berfungsi sebagai variabel penghubung antara variabel independen (penggunaan Instagram Stories) dan variabel dependen (kepuasan individu dalam menghadapi Quarter Life-Crisis).

Dengan menggunakan variabel mediator ini, penelitian akan menguji apakah penggunaan Instagram Stories secara langsung berpengaruh terhadap kepuasan individu dalam menghadapi fase Quarter Life-Crisis, atau apakah pengaruh tersebut dipengaruhi oleh adanya faktor penyebab stress yang menjadi mediator. Misalnya, jika ada indikator-indikator penyebab stress yang ditemukan dalam penelitian sebelumnya, seperti krisis identitas, tekanan karir, atau ketidakpastian masa depan, maka variabel mediator (M) dapat memperkuat hubungan antara penggunaan Instagram Stories dan kepuasan individu dalam menghadapi fase Quarter Life-Crisis. Ini berarti bahwa penggunaan Instagram Stories dapat menjadi mekanisme yang membantu individu mengatasi stress dan meningkatkan kepuasan mereka dalam menghadapi fase tersebut. Namun, perlu diingat bahwa dalam penelitian ini, variabel mediator tersebut masih perlu diuji secara empiris untuk memastikan hubungan dan pengaruhnya. Peneliti akan melakukan analisis mediasi, untuk menguji peran variabel mediator tersebut dalam hubungan antara penggunaan Instagram Stories dan kepuasan individu dalam menghadapi fase Quarter Life-Crisis.

Sementara itu, kesenjangan akan menjadi pemisah antara kepuasan yang diharapkan, kesenjangan yang dimaksud adalah kesenjangan informasi yang mana dari kesenjangan informasi dapat diukur kepuasan atas dasar perhitungan perbedaan harapan nilai kepuasan Gratification Sought (GS) dan perolehan kepuasan Gratification Obtain (GO).

Maka dapat disimpulkan, melalui penelitian ini penulis ingin mengetahui dampak dari Instagram Stories sebagai media hiburan dan media informasi serta durasi dari penggunaan fitur Instagram Stories ini apakah akan memberikan pengaruh terhadap

pengembangan potensi masyarakat dalam masa Quarter Life-Crisis berupa memberikan efek motivasi, serta mempengaruhi sikap, pengetahuan dan keyakinan atau akan memberikan efek depresi, cemas atau khawatir pada dirinya.

Kerangka konseptual penelitian ini didasarkan pada teori Uses and Gratification, khususnya model Palmgreen (1985), untuk menganalisis pengaruh penggunaan Instagram Stories terhadap pengembangan diri individu yang berada dalam masa Quarter Life-Crisis. Model ini memungkinkan kita untuk memahami bagaimana individu aktif memilih dan menggunakan media sosial, seperti Instagram Stories, untuk memenuhi kebutuhan pengembangan diri mereka.

Berdasarkan kerangka konseptual di atas, penelitian ini akan menguji pengaruh penggunaan Instagram Stories terhadap pengembangan diri individu yang berada dalam masa Quarter Life-Crisis, dengan mempertimbangkan mediator variabel pengembangan diri dalam hubungannya dengan pengalaman Quarter Life-Crisis.

Penggunaan Instagram Stories diidentifikasi sebagai variabel independen, yang mengacu pada sejauh mana individu menggunakan fitur tersebut untuk berbagi cerita dan pengalaman dalam hidup mereka. Variabel pengembangan diri adalah variabel mediator yang berperan dalam memperkuat atau memperlemah hubungan antara penggunaan Instagram Stories dan pengalaman Quarter Life-Crisis. Pengalaman Quarter Life-Crisis adalah variabel dependen yang mencerminkan pengalaman dan tantangan yang dihadapi individu dalam fase ini.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat dipahami sejauh mana penggunaan Instagram Stories dapat mempengaruhi pengembangan diri individu dalam menghadapi Quarter Life-Crisis. Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang peran media sosial dalam pengembangan diri individu, khususnya dalam konteks Quarter Life-Crisis, serta memberikan rekomendasi untuk penggunaan yang lebih efektif dari media sosial tersebut.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode deskriptif kuantitatif digunakan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan fenomena yang ada, dalam hal ini pengaruh penggunaan Instagram Stories terhadap pengembangan diri individu yang berada dalam masa Quarter Life-Crisis di Kelurahan Daya Kota Makassar.

Metode ini melibatkan pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner kepada responden yang merupakan masyarakat yang tengah mengalami fase Quarter Life-Crisis. Kuesioner dapat berisi pertanyaan yang dirancang untuk menggali informasi tentang penggunaan Instagram Stories, pengembangan diri, dan pengalaman Quarter Life-Crisis. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara kuantitatif menggunakan metode statistik untuk memberikan gambaran yang jelas tentang hubungan antara variabel-variabel yang diteliti.

Dengan menggunakan metode deskriptif kuantitatif, penelitian ini akan memberikan informasi yang terukur dan obyektif mengenai pengaruh penggunaan Instagram Stories terhadap pengembangan diri individu dalam masa Quarter Life-Crisis di Kelurahan Daya Kota Makassar. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan dalam mengembangkan pemahaman dan strategi penggunaan media sosial yang lebih efektif dalam konteks pengembangan diri individu di fase tersebut.

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik Purposive Sampling. Teknik ini dipilih dengan pertimbangan agar sampel yang diambil dapat mewakili populasi dengan lebih representatif. Berikut adalah kriteria sampel yang ditentukan dalam penelitian ini:

Usia antara 18-30 tahun: Sampel yang dipilih adalah individu-individu yang berada dalam rentang usia 18-30 tahun. Kriteria ini didasarkan pada fase Quarter Life-Crisis yang menjadi fokus penelitian.

Memiliki akun Instagram: Sampel yang dipilih adalah individu yang memiliki akun Instagram. Hal ini dikarenakan penelitian ini

berfokus pada penggunaan Instagram Stories sebagai objek penelitian.

Aktif menggunakan fitur Instagram Stories minimal 1 kali dalam seminggu: Sampel yang dipilih adalah individu yang kerap menggunakan fitur Instagram Stories pada aplikasi Instagram, minimal 1 kali dalam seminggu. Hal ini dilakukan agar data yang diperoleh dapat mencerminkan penggunaan Instagram Stories secara aktif dan relevan dengan tujuan penelitian.

Dengan menggunakan teknik Purposive Sampling dan kriteria sampel yang telah ditentukan, peneliti dapat mengambil sampel yang representatif dari populasi yang berada di wilayah Kelurahan Daya, Kelurahan Biringkanaya, Kota Makassar, dan memperoleh data yang relevan dengan penelitian mengenai pengaruh penggunaan Instagram Stories terhadap pengembangan diri masyarakat dalam fase Quarter Life-Crisis.

Dengan menggunakan rumus Slovin, kami menarik sampel dari populasi masyarakat kelurahan Daya Kecamatan Biringkanaya berdasarkan data Dinas Kependudukan Catatan Sipil Kota Makassar pada tahun 2022 mencatat setidaknya sebanyak 14.599 jiwa dan taraf kesalahan 10%, sehingga jumlah riset yakni:

$$n = N / 1 + Ne^2$$

$$n = 14.599 / 1 + 14.599 (0,1)^2$$

$$n = 14.599 / 1 + 14.599 (0,01)$$

$$n = 14.599 / 145,99 = 100$$

$$n = 100$$

Jadi, jumlah sampel dari penelitian ini sebanyak 100 orang atau individu.

Peneliti akan membagikan kuisisioner kepada responden yang memenuhi kriteria secara langsung (hard copy) dengan menggunakan skala Likert 5 poin, sikap responden dapat diukur mulai dari positif hingga negatif berdasarkan pilihan jawaban yang dipilihnya.

Variabel dalam penelitian dibagi menjadi dua kategori, yaitu:

Variabel Terikat (Dependent Variable): Variabel terikat adalah variabel yang nilainya bergantung pada variabel lain dalam penelitian. Variabel ini merupakan variabel yang ingin diteliti, diprediksi atau dijelaskan oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini,

contoh variabel terikat adalah "pengembangan diri masyarakat dalam masa Quarter Life-Crisis yang dipengaruhi oleh penggunaan Instagram Stories".

Variabel Bebas (Independent Variable): Variabel bebas adalah variabel yang digunakan untuk memprediksi atau menjelaskan variasi dalam variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang diteliti dan digunakan untuk menjelaskan pengaruhnya terhadap variabel terikat. Dalam penelitian ini, contoh variabel bebas adalah "penggunaan Instagram Stories".

Variabel Mediasi (Mediator Variable): Variabel mediasi adalah variabel perantara antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y), variabel ini bertujuan untuk mengukur kekuatan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini, contoh variabel mediasi adalah "Quarter Life-Crisis".

Dengan menganalisa hubungan antara variabel bebas X (Fungsi Instagram Stories) dan variabel terikat Y (pengembangan diri masyarakat dalam masa Quarter Life-Crisis), peneliti dapat menyimpulkan sejauh mana penggunaan Instagram Stories memengaruhi atau berkontribusi terhadap pengembangan diri individu yang sedang mengalami Quarter Life-Crisis (M). Dengan demikian, penelitian dapat memberikan wawasan yang lebih jelas tentang dampak sosial media tersebut dalam konteks pengembangan diri selama fase Quarter Life-Crisis.

Mencakup penjelasan tentang model pendekatan, misalnya survei, studi kasus, eksperimen, Participation Action research (PAR) diikuti dengan teknik (pemilihan responden/sampel; informan; analisis) dan alat yang digunakan dalam implementasi penelitian yang dilakukan. Misalnya untuk pengumpulan data menggunakan alat kuesioner, test, panduan wawancara, panduan observasi, check list dan anecdotal record. Untuk alat analisis data kuantitatif, menggunakan alat rumus korelasi product moment, regresi, chi-square, atau menggunakan perangkat lunak SPSS, termasuk lokasi dan waktu penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Fungsi Instagram Stories Terhadap Pengembangan Diri

Kesimpulan dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa fungsi Instagram Stories (X) memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap Pengembangan Diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar dalam masa Quarter Life-Crisis. Hal ini sejalan dengan Teori Uses and Gratification yang menyatakan bahwa individu memilih dan menggunakan media sosial seperti Instagram Stories untuk memenuhi kebutuhan mereka.

Dalam konteks ini, penggunaan fungsi Instagram Stories (X) dapat memberikan manfaat dan kepuasan tertentu bagi individu dalam menghadapi fase Quarter Life-Crisis (M). Dengan melihat postingan konten Instagram Stories orang lain, individu dapat mendapatkan informasi yang berguna, memperoleh hiburan, dan mengembangkan diri mereka. Fungsi Instagram Stories (X) juga dapat menjadi alat bagi individu untuk mengekspresikan diri, mengikuti perkembangan dan tren, serta memperluas jaringan sosial mereka.

Dalam penelitian ini, nilai koefisien fungsi Instagram Stories (X) sebesar 0,507 menunjukkan bahwa setiap peningkatan skor fungsi Instagram Stories (X) akan diikuti oleh peningkatan pengembangan diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar dalam masa Quarter Life-Crisis sebesar 0,507 satuan. Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara penggunaan fungsi Instagram Stories (X) dengan peningkatan pengembangan diri (Y) individu dalam menghadapi masa Quarter Life-Crisis (M).

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan pemahaman tentang pengaruh positif fungsi Instagram Stories (X) terhadap pengembangan diri (Y) individu dalam konteks masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar. Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman dan pemanfaatan media sosial sebagai sarana pengembangan diri dalam menghadapi tantangan dan perubahan di masa Quarter Life-Crisis (M).

Hasil penelitian ini sesuai dengan konsep Gratification Sought (GS) dan Gratification Obtained (GO) dikembangkan oleh Philip

Palmgreen dan J.D. Rayburn (1985). Gratification Sought (GS) ialah kepuasan yang diharapkan oleh khalayak dalam media massa tertentu, dan Gratification Obtained (GO) adalah kepuasan yang diterima individu / khalayak setelah menggunakan media massa tertentu. Kesimpulannya, semakin besar kesenjangan maka semakin kecil tingkat kepuasan khalayak terhadap media massa tersebut, namun semakin kecil tingkat kesenjangan, maka semakin besar tingkat kepuasan yang diberikan media massa itu.

Secara empiris, penelitian ini sesuai dengan penelitian Dwi Syahnaz Hazisah (2017) tentang “Pengaruh Instagram Stories Terhadap Eksistensi Diri Di Kalangan Siswa-Siswi SMAN 1 Makassar”. Dalam skripsi ini berfokus pada pengaruh fitur Instagram Stories terhadap eksistensi diri para siswa-siswi di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 1 Kota Makassar.

Pengaruh Quarter Life-Crisis Terhadap Pengembangan Diri

Kesimpulan dari pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa Quarter Life-Crisis (M) memiliki pengaruh yang negatif namun signifikan terhadap pengembangan diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar dalam masa Quarter Life-Crisis. Hal ini sejalan dengan pandangan teoritis Robbins dan Wilner (2001) yang menyebutkan bahwa Quarter Life-Crisis merupakan krisis identitas yang terjadi akibat ketidakpastian dan pencarian jati diri pada individu yang memasuki usia dewasa.

Fase Quarter Life-Crisis menimbulkan perasaan cemas, khawatir, dan ketidakpastian terhadap diri sendiri karena adanya kesenjangan antara harapan dan realitas yang dihadapi oleh individu dalam lingkungan sekitarnya. Hal ini dapat mempengaruhi pengembangan diri individu dalam aspek-aspek tertentu.

Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai koefisien Quarter Life-Crisis (M) sebesar -0,167, yang mengindikasikan bahwa setiap peningkatan skor Quarter Life-Crisis (M) akan diikuti oleh penurunan pengembangan diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar dalam masa Quarter Life-Crisis (M) sebesar -0,167 satuan. Hal ini menunjukkan bahwa

pengaruh Quarter Life-Crisis (M) dalam konteks penelitian ini bersifat negatif terhadap pengembangan diri (Y) individu.

Secara teoritis, fenomena Quarter Life-Crisis disebabkan oleh ketidakpastian dan pencarian jati diri pada individu yang memasuki usia dewasa. Individu mengalami perubahan dinamis dalam kehidupan dan menghadapi berbagai tantangan dalam menentukan arah dan komitmen hidup yang baru. Proses ini dapat mempengaruhi pengembangan diri individu, baik dalam hal identitas, komitmen, maupun arah hidup.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan pemahaman tentang pengaruh negatif Quarter Life-Crisis (M) terhadap pengembangan diri (Y) individu dalam konteks masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar. Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman dan dukungan terhadap individu yang sedang menghadapi Quarter Life-Crisis (M), serta membantu mereka dalam mengatasi tantangan dan mencapai pengembangan diri yang positif.

Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, Quarter Life-Crisis melibatkan perjalanan emosional dan psikologis yang kompleks. Individu mengalami perubahan dalam persepsi, nilai, tujuan, dan identitas mereka. Proses ini dapat menjadi kesempatan untuk tumbuh dan berkembang secara pribadi, serta menentukan jalur hidup yang lebih memuaskan dan bermakna.

Secara empiris, penelitian ini didukung oleh penelitian Luluk Masluchah, Wardatul Mufidah dan Uti Lestari (2022) dari Universitas Darul Ulum Jombang yang membahas tentang “Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life –Crisis”. Menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 80 orang mahasiswa dengan interval usia 19-29 tahun. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara konsep diri dan dengan Quarter Life-Crisis pada mahasiswa, yang berarti semakin tinggi konsep diri mahasiswa maka akan semakin rendah mahasiswa mengalami Quarter Life-Crisis dan begitupun sebaliknya.

Pengaruh Fungsi Instagram Stories dan Quarter Life-Crisis Terhadap Pengembangan Diri

Secara bersama-sama (simultan), variabel independen fungsi Instagram Stories (X) dan variabel mediator Quarter Life-Crisis (M) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap variabel dependen pengembangan diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar dalam masa Quarter Life-Crisis. Hasil pengujian menunjukkan bahwa kontribusi kedua variabel tersebut terhadap pengembangan diri (Y) adalah sebesar 26,7%, yang berarti sebagian besar variasi dalam pengembangan diri (Y) dapat dijelaskan oleh kombinasi variabel independen dan mediator yang diteliti. Sisanya, sebesar 73,3%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hubungan antara fungsi Instagram Stories (X), Quarter Life-Crisis (M), dan pengembangan diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar pada masa Quarter Life-Crisis memiliki kekuatan korelasi sebesar 51,7%, yang termasuk dalam kategori cukup kuat. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara erat terkait dengan pengembangan diri individu dalam konteks penelitian ini.

Dalam kesimpulannya, hasil penelitian ini memberikan pemahaman tentang pentingnya peran fungsi Instagram Stories (X) dan Quarter Life-Crisis (M) dalam mempengaruhi pengembangan diri (Y) individu dalam masa Quarter Life-Crisis. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya dukungan dan pemahaman terhadap individu yang sedang mengalami Quarter Life-Crisis (M), serta pemanfaatan media sosial seperti Instagram Stories sebagai sumber informasi dan dukungan dalam proses pengembangan diri individu.

Namun, perlu diingat bahwa terdapat faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi pengembangan diri individu dan tidak diteliti dalam penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat melibatkan faktor-faktor lain yang relevan untuk lebih memperluas pemahaman tentang pengembangan diri dalam konteks Quarter Life-Crisis.

Secara empiris, penelitian ini didukung oleh penelitian penelitian Ummul Wafiah, Mudzhira Nur Amirullah, Harmin Hatta (2020) tentang “Pengaruh Penggunaan Instagram Stories Terhadap Pengungkapan Diri Siswa SMA Negeri 8 Makassar (Studi Deskriptif Kuantitatif) yang menggunakan metode Uses and Gratification. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa Instagram Stories dapat memberikan efek psikologis dan sosial pada remaja serta pemenuhan kebutuhan terhadap remaja, mengingat pada saat ini juga banyak remaja yang mengalami permasalahan mental yang dialami, seperti cemas dan depresi.

Pengaruh Fungsi Instagram Stories Terhadap Pengembangan Diri Dengan Dimediasi Oleh Quarter Life-Crisis

Berdasarkan hasil analisis Bootstrapping dengan menggunakan metode PROCESS, ditemukan bahwa terdapat pengaruh langsung dari variabel independen fungsi Instagram Stories (X) terhadap variabel dependen pengembangan diri (Y) masyarakat Kelurahan Daya Kota Makassar dengan dimediasi oleh Quarter Life-Crisis (M). Hal ini ditunjukkan oleh koefisien mediasi bernilai positif, yaitu sebesar -0,0469 serta tingkat signifikansi < 0,05. Hasil uji menggunakan metode bootstrapping Hayes juga menunjukkan bahwa rentang interval kepercayaan (CI) tidak mencakup nilai 0. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat efek mediasi yang signifikan antara fungsi Instagram Stories (X) dan pengembangan diri (Y).

Dalam konteks penelitian ini, hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan fungsi Instagram Stories (X) berkontribusi secara negatif terhadap pengembangan diri (Y) individu dalam masa Quarter Life-Crisis. Penggunaan fitur ini dapat memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengembangan diri individu di Kelurahan Daya Kota Makassar. Dengan demikian, penelitian ini telah berhasil membuktikan adanya pengaruh fungsi Instagram Stories (X) terhadap pengembangan diri (Y) masyarakat dalam konteks Quarter Life-Crisis.

Namun, perlu diingat bahwa penelitian ini hanya melibatkan satu lokasi penelitian,

yaitu Kelurahan Daya Kota Makassar. Oleh karena itu, generalisasi hasil penelitian ini perlu dilakukan dengan hati-hati. Penelitian lebih lanjut dapat melibatkan sampel yang lebih besar dan melibatkan lokasi penelitian yang lebih luas untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang pengaruh fungsi Instagram.

Secara empiris, peneliti belum menemukan judul penelitian yang turut mendukung penelitian ini. Namun, peneliti menemukan 1 penelitian yang cukup relevan untuk mendukung penelitian ini. Penelitian tersebut adalah penelitian yang dilakukan oleh Amanda Permatasari, Mohammad Ammar Marsa dan Setyonugroho yang berjudul "Dampak Media Sosial Dalam Quarter Life Crisis Gen Z Di Indonesia". Hasil penelitian ini menyatakan bahwa sebagian besar dari generasi Z membandingkan diri mereka dengan apa yang ada di media sosial, di mana media sosial mempunyai dampak yang sangat signifikan dalam fase-fase kehidupan Generasi Z. Faktor media sosial berperan sangat penting dalam situasi Quarter Life-Crisis Generasi Z, karena teknologi ini kerap digunakan sebagai pembandingan kehidupan antara mereka dan orang lain.

Oleh karena masih kurangnya penelitian yang mengkaji peran Quarter Life-Crisis (M) sebagai variabel mediator yang digunakan untuk mencari tahu sejauh mana variabel independen Fungsi Instagram Stories (X) terhadap variabel dependen Pengembangan Diri (Y), diharapkan penelitian ini menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat disimpulkan dari penelitian mengenai Fungsi Instagram Stories (X) terhadap Pengembangan Diri (Y) dengan dimediasi oleh Quarter Life-Crisis (M) dengan sampel 100 orang responden masyarakat Di Kelurahan Daya Kota Makassar dengan interval usia 18-35 tahun, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Fungsi Instagram Stories (X) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap

pengembangan diri (Y) masyarakat di Kelurahan Daya, Kota Makassar, pada masa Quarter Life-Crisis. Upaya untuk mengekspresikan diri dan merasa puas dengan kehidupan sosial menjadi motivasi bagi individu untuk mengembangkan kemampuan dirinya.

Quarter Life-Crisis (M) memiliki pengaruh negatif namun signifikan terhadap pengembangan diri (Y) masyarakat di Kelurahan Daya, Kota Makassar, pada masa Quarter Life-Crisis. Tingginya tingkat kecemasan, stres, dan kekhawatiran mengenai masa depan membuat individu meragukan kemampuan yang dimiliki.

Fungsi Instagram Stories (X) dan Quarter Life-Crisis (M) memiliki pengaruh positif dan signifikan secara bersama-sama terhadap pengembangan diri (Y) masyarakat di Kelurahan Daya, Kota Makassar, pada masa Quarter Life-Crisis.

Terdapat pengaruh langsung dari fungsi Instagram Stories (X) terhadap pengembangan diri (Y) masyarakat di Kelurahan Daya, Kota Makassar, pada masa Quarter Life-Crisis, dan terdapat pula efek mediasi yang signifikan.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran secara umum mengenai bagaimana fungsi Instagram Stories (X) berkontribusi terhadap pengembangan diri (Y) masyarakat di Kelurahan Daya, Kota Makassar, pada masa Quarter Life-Crisis. Oleh karena itu, kedua variabel ini perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan pengembangan diri (Y) masyarakat. Temuan ini juga dapat menjadi referensi teoritis yang baru bagi peneliti selanjutnya.

Kesimpulan ini mengindikasikan bahwa fungsi Instagram Stories (X) dan Quarter Life-Crisis (M) berperan penting dalam pengembangan diri (Y) masyarakat di Kelurahan Daya, Kota Makassar, pada masa Quarter Life-Crisis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aristawati, A. R., Meiyuntariningsih, T., Cahya, F. D., & Putri, A. (2021). *Emotional Intelligence Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengalami Quarter-Life Crisis. Psikologi Konseling*, 19 (2), 1035.

<https://doi.org/10.24114/konseling.v19i2.31121>

- Bastaman, H.D. 1995. *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Hazisah, D. S..2017. *Pengaruh Instagram Stories Terhadap Eksistensi Diri Di Kalangan Siswa Siswi SMAN 1 Makassar*. Repository.unhas.ac.id
- Kriyantono, Rachmat. 2006. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Masluchah, L., Mufidah, W., dan Lestari, U. 2022. *Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life-Crisis*. Jombang: Universitas Darul Ulum.
- Robbins, A., & Wilner, A. 2001. *Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. New York: Penguin Putnam Inc.
- Robbins. 1994. *Teori Pengertian Organisasi*. Jakarta: Arcan
- Samiun, Y. 2005. *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Permatasari, A., Marsa, MA., Setyonugroho. 2022. *Dampak Media Sosial Dalam Quarter Life Crisis Gen Z Indonesia*. Jurnal Ilmiah Indonesia: Pascasarjana Ilmu Komunikasi, Institut Komunikasi dan Bisnis LSPR Jakarta.
- Putri, Vanya Karunia Mulia. 7 *Unsur Komunikasi Beserta Pengertiannya*. Kompas.com 31 Desember 2021. <https://www.kompas.com/skola/read/2021/12/31/090000269/7-unsur-komunikasi-beserta-penjelasan> (Diakses 15 Jan 2023)
- Wafiah, U., Amarullah, MU., Hatta, H. 2020. *Pengaruh Penggunaan Instagram Stories Terhadap Pengungkapan Diri Siswa SMA Negeri 8 Makassar (Studi Deskriptif Kuantitatif)*. Jurnal Jurnalisa: Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.