



ANALISIS PENGGUNA MEDIA SOSIAL TERHADAP PEMBELAJARAN DAN CITRA DIRI PADA REMAJA :STUDI KASUS SMK PGRI MUARADUA

Reva Andriani^{1*}

¹Jurusan Pendidikan Akuntansi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Palembang

*Penulis Korespondensi: ripaandriani9@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyze the impact of social media use on learning and self-image among adolescents, with a case study at SMK PGRI Muaradua. The research employed a qualitative approach with a case study design. The subjects consisted of 15 active social media users among students and 3 teachers as supporting informants. Data collection techniques included semi-structured interviews, participant observation, and daily logs of social media use. The results showed that the majority of students use social media for 4-7 hours per day, with TikTok, Instagram, and WhatsApp as the dominant platforms. The impact on learning was twofold: positive impacts included access to vocational tutorials and task discussions, but negative impacts were more dominant, including procrastination, drowsiness in class, and declining grades. The impact on self-image also showed negative dominance, including social comparison, anxiety over the number of likes, and excessive photo editing habits. In conclusion, uncontrolled social media use has significant negative effects on adolescent learning and self-image. This study recommends the need for integrated digital literacy in schools and parental supervision..*

Keywords: *social media, learning, self-image, adolescents, vocational high school*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap pembelajaran dan citra diri pada remaja, dengan studi kasus di SMK PGRI Muaradua. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari 15 siswa aktif pengguna media sosial dan 3 guru sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan catatan harian penggunaan media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa menggunakan media sosial 4-7 jam per hari dengan platform dominan TikTok, Instagram, dan WhatsApp. Dampak terhadap pembelajaran bersifat ganda: positif berupa akses tutorial kejuruan dan diskusi tugas, namun negatif lebih dominan meliputi prokrastinasi, mengantuk di kelas, dan penurunan nilai. Dampak terhadap citra diri juga menunjukkan dominasi negatif berupa perbandingan sosial, kecemasan terhadap jumlah *like*, serta kebiasaan mengedit foto berlebihan. Kesimpulannya, penggunaan media sosial yang tidak terkendali memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap pembelajaran dan citra diri remaja. Saran penelitian ini adalah perlunya literasi digital terintegrasi di sekolah dan pengawasan dari orang tua..

Kata kunci: media sosial, pembelajaran, citra diri, remaja, SMK

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan teknologi digital yang pesat telah mengubah berbagai aspek kehidupan manusia, tidak terkecuali pada remaja yang saat ini tumbuh sebagai generasi digital native. Media sosial menjadi platform utama bagi mereka untuk berinteraksi, mencari informasi, dan mengekspresikan diri.¹ Fenomena ini tidak hanya terjadi di kota-

kota besar, tetapi juga merambah ke daerah-daerah seperti Muaradua, di mana akses internet dan penggunaan media sosial seperti Instagram, TikTok, dan WhatsApp telah menjadi bagian tak terpisahkan dari keseharian siswa SMK. Di SMK PGRI Muaradua, ponsel pintar dan media sosial telah masuk ke lingkungan sekolah, membawa konsekuensi ganda terhadap proses belajar mengajar dan pembentukan karakter remaja.

Dalam konteks pembelajaran, media sosial menawarkan potensi besar sebagai sumber belajar informal, akses informasi terkini, serta ruang diskusi dan kolaborasi antar siswa. Namun di sisi lain, penggunaan yang tidak terkendali justru sering mengganggu konsentrasi belajar, mengurangi waktu belajar efektif, serta memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Siswa SMK PGRI Muaradua, yang berada dalam masa transisi menuju dunia kerja dan pendidikan tinggi, menghadapi tantangan untuk memanfaatkan media sosial secara produktif. Tanpa pendampingan yang tepat, kecenderungan untuk menggunakan media sosial di luar kebutuhan pembelajaran dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan keterampilan vokasional mereka.²

Selain aspek pembelajaran, media sosial juga memiliki pengaruh signifikan terhadap citra diri remaja. Konten yang dikurasi secara sempurna, standar kecantikan yang tidak realistis, serta budaya pencarian validasi melalui "like" dan komentar dapat memicu perbandingan sosial yang tidak sehat. Di SMK PGRI Muaradua, remaja menghadapi tekanan untuk menampilkan citra ideal di media sosial, yang sering kali bertentangan dengan kondisi nyata mereka. Hal ini dapat menimbulkan kecemasan sosial, rendah diri, atau sebaliknya, kecenderungan narsistik dan perilaku pamer berlebihan. Pada kasus ekstrem, ketidaksesuaian antara citra daring dan luring dapat mengganggu pembentukan identitas diri yang sehat di usia remaja yang sangat kritis.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis secara mendalam bagaimana penggunaan media sosial oleh siswa SMK PGRI Muaradua memengaruhi pembelajaran dan citra diri mereka. Studi kasus ini diharapkan dapat mengungkap pola penggunaan, dampak positif dan negatif, serta faktor-faktor yang memediasi hubungan antara media sosial dengan kedua variabel tersebut. Hasil penelitian dapat menjadi basis bagi sekolah, guru, dan orang tua dalam merumuskan strategi literasi digital yang tepat guna, sekaligus membantu remaja memanfaatkan media sosial secara bijak tanpa mengorbankan prestasi akademik dan kesehatan mental mereka.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pola penggunaan media sosial serta dampaknya terhadap pembelajaran dan citra diri remaja di SMK PGRI Muaradua. Subjek penelitian ditentukan melalui teknik *purposive sampling*, meliputi siswa aktif kelas X, XI, dan XII yang aktif menggunakan media sosial (minimal 3 jam per hari), serta guru dan wali kelas sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi- terstruktur, observasi partisipatif terhadap aktivitas media sosial siswa di lingkungan sekolah, serta dokumentasi berupa catatan harian penggunaan media sosial selama satu minggu. Instrumen yang digunakan berupa pedoman wawancara, lembar observasi, dan catatan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan teknik triangulasi sumber dan metode untuk menjamin keabsahan data. Penelitian dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026 di SMK PGRI Muaradua.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap 15 siswa SMK PGRI Muaradua yang aktif menggunakan media sosial (minimal 3 jam per hari), serta 3 orang guru sebagai informan pendukung. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan catatan harian penggunaan media sosial selama satu minggu. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, ditemukan berbagai temuan terkait pola penggunaan media sosial serta dampaknya terhadap pembelajaran dan citra diri remaja. Temuan utama disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Ringkasan Temuan Pola Penggunaan Media Sosial dan Dampaknya terhadap Pembelajaran dan Citra Diri

Aspek	Sub Aspek	Temuan Utama
Pola Penggunaan	Durasi harian	12 siswa (80%) menggunakan media sosial 4-7 jam/hari; 3 siswa (20%) >7 jam/hari

	Platform favorit	TikTok (12 siswa), Instagram (10 siswa), WhatsApp (9 siswa)
	Waktu akses	Malam hari (14 siswa), saat jam pelajaran kosong (8 siswa), larut malam (6 siswa)
Dampak pada Pembelajaran	Dampak positif	Akses tutorial praktik kejuruan (11 siswa); diskusi tugas via WA (13 siswa)
	Dampak negatif	Menunda tugas (10 siswa); mengantuk di kelas (9 siswa); nilai turun (7 siswa)
Dampak pada Citra Diri	Dampak positif	Percaya diri saat posting foto (8 siswa); mendapat pujian online (10 siswa)
	Dampak negatif	Membandingkan diri dengan selebriti (12 siswa); cemas jika tidak dapat like (9 siswa); mengedit foto berlebihan (11 siswa)

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas siswa SMK PGRI Muaradua menggunakan media sosial dalam durasi yang cukup tinggi, yakni 4 hingga 7 jam per hari, dengan platform TikTok dan Instagram sebagai yang paling dominan. Waktu akses paling banyak terjadi pada malam hari dan saat jam pelajaran kosong, yang mengindikasikan adanya celah penggunaan di lingkungan sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi aktivitas rutin yang menyita waktu signifikan, bahkan berpotensi mengganggu jadwal istirahat dan waktu belajar siswa.

Dari sisi pembelajaran, terlihat adanya dualisme dampak. Di satu sisi, siswa memanfaatkan media sosial untuk mengakses tutorial kejuruan dan berdiskusi tugas melalui WhatsApp, yang merupakan bentuk pemanfaatan positif. Namun di sisi lain, dampak negatif lebih banyak dilaporkan, seperti penundaan tugas, rasa mengantuk di kelas, dan penurunan nilai. Sementara itu, dari aspek citra diri, media sosial memberikan dorongan kepercayaan diri sesaat ketika mendapat pujian, namun efek negatifnya lebih dominan berupa perbandingan sosial yang tidak sehat, kecemasan terhadap jumlah *like*, serta kecenderungan mengedit foto secara berlebihan untuk menampilkan citra yang tidak realistis.

Pembahasan

1. Pola Penggunaan Media Sosial oleh Remaja SMK PGRI Muaradua

Pola penggunaan media sosial pada siswa SMK PGRI Muaradua menunjukkan kecenderungan adiktif dengan durasi harian yang sangat tinggi. Temuan bahwa 80% siswa menggunakan media sosial 4-7 jam per hari melampaui batas rekomendasi penggunaan layar untuk remaja yang disarankan tidak lebih dari 2-3 jam di luar keperluan sekolah. Dominasi platform TikTok dan Instagram mencerminkan preferensi terhadap konten berbasis video pendek dan visual, yang sesuai dengan karakteristik remaja yang menyukai hiburan instan dan stimulasi cepat. Waktu akses yang banyak terjadi pada malam hari dan saat jam pelajaran kosong mengindikasikan bahwa pengawasan dari guru dan orang tua masih sangat longgar. Hal ini diperkuat dengan temuan observasi bahwa beberapa siswa membuka media sosial di belakang guru saat pelajaran berlangsung, memanfaatkan ponsel yang seharusnya disimpan.³

Lebih lanjut, pola penggunaan yang cenderung pasif (scrolling, menonton konten tanpa interaksi bermakna) lebih dominan dibandingkan penggunaan aktif seperti membuat konten edukasi atau berdiskusi secara produktif. Kondisi ini diperburuk dengan akses larut malam yang menyebabkan siswa kurang tidur. Berdasarkan catatan harian, rata-rata siswa tidur setelah pukul 23.00 WIB karena asyik bermain media sosial. Pola ini tidak hanya mengganggu kesehatan fisik, tetapi juga mengurangi kesiapan kognitif siswa untuk mengikuti pembelajaran keesokan harinya. Dengan demikian, pola penggunaan media sosial yang tidak terkendali menjadi akar masalah yang memicu berbagai dampak negatif pada pembelajaran dan citra diri.⁴

2. Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Pembelajaran

Penggunaan media sosial memberikan dampak ganda terhadap pembelajaran siswa SMK PGRI Muaradua. Pada sisi positif, media sosial berfungsi sebagai sumber belajar alternatif, terutama untuk mata pelajaran praktik kejuruan seperti Teknik Komputer dan Jaringan serta Tata Boga. Siswa mengaku lebih mudah memahami materi melalui video tutorial di TikTok yang disajikan secara singkat dan visual. Selain itu, grup WhatsApp kelas menjadi ruang diskusi dan koordinasi tugas yang efektif, terutama setelah jam sekolah. Guru pun mengakui bahwa beberapa siswa yang

sebelumnya pasif di kelas menjadi lebih aktif bertanya melalui pesan pribadi di media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi alat bantu pembelajaran yang powerful jika dimanfaatkan secara tepat.⁵

Namun, dampak negatif yang muncul jauh lebih mengkhawatirkan. Sepuluh dari 15 siswa mengaku sering menunda tugas sekolah karena lebih memilih berselancar di media sosial. Prokrastinasi akademik ini berujung pada pengerjaan tugas yang terburu-buru, kualitas pekerjaan yang rendah, bahkan pengumpulan tugas yang terlambat. Akibat lebih lanjut, tujuh siswa melaporkan adanya penurunan nilai secara signifikan dalam dua semester terakhir. Rasa mengantuk di kelas akibat begadang bermain media sosial juga menjadi keluhan umum dari para guru. Guru mata pelajaran produktif menyatakan bahwa konsentrasi siswa sangat terganggu, terlihat dari seringnya siswa melamun, tidak fokus pada praktik, dan cepat lelah. Dengan demikian, meskipun media sosial menyediakan akses informasi yang luas, biaya yang harus dibayar dalam bentuk gangguan konsentrasi dan penurunan prestasi akademik cenderung lebih besar jika tanpa pendampingan yang memadai.⁶

3. Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Citra Diri Remaja

Dari aspek citra diri, media sosial menciptakan paradoks antara peningkatan kepercayaan diri semu dan kerusakan citra diri jangka panjang. Sebanyak 8 siswa merasa lebih percaya diri ketika mengunggah foto atau video karena mendapat pujian dan komentar positif dari teman-teman mereka. Bahkan, 10 siswa mengaku bahwa validasi sosial berupa *like* dan komentar membuat mereka merasa lebih diterima dalam pergaulan. Fenomena ini menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi arena utama bagi remaja untuk membangun identitas sosial mereka. Namun, kepercayaan diri yang terbangun di atas fondasi validasi eksternal ini bersifat rapuh dan sangat tergantung pada respons orang lain, sehingga mudah runtuh ketika tidak mendapat respons yang diharapkan.⁷

Efek negatif terhadap citra diri justru lebih dominan dan berbahaya. Sebanyak 12 siswa mengaku sering membandingkan penampilan dan gaya hidup mereka dengan para selebriti atau *influencer* yang mereka ikuti. Perbandingan sosial ke atas (*upward social comparison*) ini memicu perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, terutama terkait bentuk tubuh, gaya berpakaian, dan gaya hidup. Sembilan siswa mengalami

kecemasan jika unggahan mereka tidak mendapat *like* dalam jumlah yang diharapkan, yang merupakan indikasi awal dari *social media anxiety*. Yang paling mengkhawatirkan, 11 siswa mengaku rutin mengedit foto menggunakan aplikasi seperti Lightroom, Snapseed, atau FaceApp sebelum mengunggahnya, bahkan hingga mengubah proporsi wajah dan warna kulit secara drastis. Praktik ini tidak hanya menciptakan citra diri yang palsu, tetapi juga memperkuat standar kecantikan yang tidak realistis di kalangan remaja. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memicu gangguan citra tubuh (*body image disturbance*) dan rendah diri kronis ketika mereka harus tampil di dunia nyata tanpa "filter" digital.⁸

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa penggunaan media sosial pada remaja SMK PGRI Muaradua memberikan dampak ganda. Di satu sisi, media sosial membantu akses tutorial pembelajaran dan diskusi tugas, namun di sisi lain dampak negatifnya lebih dominan, meliputi prokrastinasi akademik, penurunan konsentrasi dan nilai, serta gangguan citra diri berupa kecemasan sosial dan kebiasaan mengedit foto secara berlebihan. Pola penggunaan yang mencapai 4-7 jam per hari dengan akses hingga larut malam menjadi faktor utama yang memperparah kedua dampak negatif tersebut.

Saran yang dapat diberikan adalah perlunya literasi digital terintegrasi dalam kurikulum sekolah, pembatasan penggunaan ponsel saat jam pelajaran, serta keterlibatan aktif orang tua dalam mengawasi durasi dan konten media sosial anak di rumah. Guru diharapkan memanfaatkan media sosial sebagai alat pendukung pembelajaran secara terstruktur, misalnya melalui tugas berbasis konten edukasi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji secara kuantitatif hubungan kausal antara intensitas penggunaan media sosial dengan prestasi akademik dan kesehatan mental remaja.

DAFTAR REFERENSI

- Agustiah, dela, taty fauzi, and erfana ramadhani. "dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar siswa." *islamic counseling: jurnal bimbingan dan konseling islam* 4.2 (2020): 181-190.
- Oktaviani, ayu. "dampak media sosial terhadap rasa percaya diri terkait citra tubuh generasi z di kota cimahi." *janaloka: jurnal ilmu komunikasi* 1.2 desember (2023): 81-96.

- Pama, citra ayu virginia, and sani safitri. "pengaruh metode ceramah pada mata pelajaran sejarah indonesia terhadap hasil belajar peserta didik kelas x di smk PGRI 1 prabumulih." *danadyaksa historica* 3.2 (2024): 87-96.
- Purwati, panca dewi, et al. *Desain techno preneur guru di era digital: bunga rampai*. Cahya ghani recovery, 2023.
- Rahman, musyirah, et al. "pemanfaatan media sosial sebagai media pembelajaran." *journal on education* 5.3 (2023): 10646-10653.
- Shovmayanti, noor afy. *Generasi digital: mengasah keterampilan komunikasi di era teknologi*. Mega press nusantara, 2024.
- Sutini, titin. "pengaruh media sosial terhadap citra tubuh pada remaja dan dewasa awal." *jurnal keperawatan muhammadiyah* 7.4 (2022).
- Ulfah, maulidya. *Digital parenting: bagaimana orang tua melindungi anak-anak dari bahaya digital?*. Edu publisher, 2020.