

Eksistensi Sosial Mahasiswa di Era Instagram: Analisis Pengaruh Media Sosial terhadap Gaya Hidup dan Perilaku

Mhd. Fatih Fauzan Nasution,

Universitas Islam Negeri, Sumatera Utara, Medan, Indonesia
fatih0603202078@uinsu.ac.id

Abdul Karim Batubara,

Universitas Islam Negeri, Sumatera Utara, Medan, Indonesia
abdulkarimbatubara@uinsu.ac.id

Abstract

This study aims to analyze the social existence of students in using Instagram social media on student lifestyle patterns. Social media supports the public, especially students, in accessing information. The Internet, a commonly used technological device, has the potential to create a whole new type of social connection. This study explores the motivation and impact of Instagram use on the lifestyle of university students. Students who are young people who live stylishly use social media as a means of communication. This research uses a qualitative research method with a phenomenological approach and is analyzed with individual phenomenological descriptions in order to get a comprehensive picture. The research subjects were eighth semester students of the Faculty of Communication Sciences at the State Islamic University of North Sumatra. The results showed that students use Instagram to stand out and seek social recognition. The use of Instagram can change mindsets and actions, making some people more creative and interesting, while others continue to show off their possessions, making Instagram a competition arena and the use of Instagram as a medium for student self-existence is due to the lifestyle of students who follow current trends, a sense of wanting to be appreciated and the desire to get recognition by the people around them.

Keywords: *Student Social Existence, Instagram Usage, Student Lifestyle, Social Media.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis eksistensi sosial mahasiswa dalam penggunaan media sosial Instagram terhadap pola gaya hidup mahasiswa. Media sosial mendukung publik, terutama mahasiswa, dalam mengakses informasi. Internet, perangkat teknologi yang umum digunakan, memiliki potensi untuk menciptakan jenis koneksi sosial yang sama sekali baru. Penelitian ini mengeksplorasi motivasi dan dampak penggunaan Instagram terhadap gaya hidup mahasiswa. Mahasiswa yang notabene anak muda yang hidup penuh gaya menggunakan media sosial sebagai sarana komunikasinya. Penelitian ini menggunakan Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Subjek penelitian adalah mahasiswa semester delapan Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan Instagram untuk tampil menonjol dan mencari

pengakuan sosial. Penggunaan Instagram dapat mengubah pola pikir dan tindakan, membuat beberapa orang lebih kreatif dan menarik, sementara yang lain terus memamerkan kepemilikan mereka, menjadikan Instagram arena kompetisi serta penggunaan Instagram sebagai media eksistensi diri mahasiswa adalah karena adanya gaya hidup mahasiswa yang mengikuti trend-trend yang berkembang saat ini, adanya rasa ingin di hargai dan keinginan untuk mendapatkan pengakuan oleh orang-orang di sekitarnya.

Kata Kunci: *Eksistensi Sosial Mahasiswa, Penggunaan Instagram, Gaya Hidup Mahasiswa, Media Sosial*

Pendahuluan

Terobosan teknologi telah mengubah masyarakat di seluruh globalisasi. Banyak aplikasi jejaring sosial yang bermunculan.¹ Orang-orang membutuhkan media sosial sekarang.² Internet dan media sosial seperti Google, Youtube, Instagram, Facebook, Twitter, dan lainnya digunakan untuk mengkonsumsi informasi dan hiburan.³ Media sosial membantu masyarakat, khususnya mahasiswa, dalam mengakses informasi. Teknologi seperti internet dimanfaatkan secara luas. Teknologi internet dapat membangun hubungan sosial yang baru. Saat ini, orang dapat melakukan pembicaraan tatap muka secara online.⁴

Gaya hidup mengacu ke arah seseorang, cara kehidupan yang diekspresikan dalam aktivitas, keyakinan, dan pendapatannya dalam mengelola waktu yang mereka miliki. Individu mempunyai sifat, karakteristik yang diekspresikan dalam kehidupan sehari-hari.⁵ Gaya hidup yang diciptakan oleh media sosial menghasilkan gaya hidup konsumtif, seperti hedonisme dan weisternisasi bagi remaja Indonesia. Perilaku konsumtif akhirnya menjadi kebiasaan. yang mengubahnya menjadi gaya hidup.⁶

Teknologi komunikasi telah membuat pengiriman dan penerimaan informasi lebih mudah. Mahasiswa lebih suka lingkungan online yang memiliki akses ke konten digital yang terus-menerus. Karena media sosial dapat diakses secara luas dan didorong oleh banyak orang yang sangat sering menggunakannya, popularitas dan keterlibatan yang

¹ M Naufal Sahensah, Vopi Fitriani Wahyudi, dan Vicky F Sanjaya, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung," *Kalianda Halok Gagas* 5, no. 2 (2023): 108–17, <https://ojs.stiemkalianda.ac.id>.

² N. D. Amaliah, "Pengaruh Literasi Ekonomi Dan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Hedonis Serta Implikasinya Terhadap Perilaku Konsumtif (Survei pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Siliwangi)," *repositori.unsil.ac.id*, 2021.

³ Mega Ayu Muliana Saragih dkk., "Terpaan Media Sosial dalam Membentuk Gaya Hidup Mahasiswa," *Professional: Jurnal Komunikasi dan Administrasi Publik* 9, no. 1 (30 Juni 2022): 181-186–181–186, <https://doi.org/10.37676/PROFESSIONAL.V9I1.2574>.

⁴ Ahmad Nasir Ari Bowo, Paryanto Paryanto, dan Muhammad Iqbal, "Pengaruh Media Sosial Instagram terhadap Gaya Hidup Mahasiswa," *Jurnal Ilmu Manajemen dan Pendidikan (JIMPIAN)*, 3.1 (2023), 21–32.

⁵ Humaira Kamilah, Yanto, dan Sapta Sari, "Fenomena Gaya Hidup Ala Selebgram Pada Mahasiswa di Instagram," *Jurnal Professional FIS UNIVED* 7, no. 2 (2020): 61–72.

⁶ Khoiriyah Fitri Nissa, Fitri Sukayawati, dan Muhammad Willy Indriana, "Pengaruh Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Nusantara," *Kampret*, 1.3 (2022), 50–54.

konsisten, tampaknya memberikan kesempatan yang luar biasa bagi para peneliti dan praktisi untuk melakukan intervensi yang signifikan terhadap perilaku dalam media sosial.⁷

Media sosial Instagram yang pada umumnya banyak digunakan oleh mahasiswa, sebagai sarana komunikasi penyebaran informasi kepada khalayak. Instagram memiliki jangkauan yang luas untuk melakukan komunikasi secara tidak langsung. Mahasiswa rata-rata menggunakan *Instagram* dengan frekuensi yang tinggi dan berpengaruh terhadap gaya hidup mereka.⁸ Dirinya yang tidak eksis oleh mahasiswa dianggap sebagai tanda ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dan bergaul dengan orang lain. Selain itu, bertentangan dengan keinginan mahasiswa karena mereka adalah makhluk yang terus-menerus menginginkan pengakuan atas kehadiran mereka dari orang lain.

Teori fenomenologi digunakan dalam penelitian ini. Jacques Derrida, Sarte, Michel Foucault, dan sosiolog Alfred Schutz (1899-1959) mengembangkan fenomenologi, yang didirikan oleh Edmund Husserl (1859-1838). Fenomenologi berasal dari kata fenomenologi, fenomena, dan logos. Kata "fenomena" berasal dari "phainesthai," bahasa Yunani yang berarti "muncul." Phantom, cahaya, dan khayalan membentuk istilah majemuk ini. Kata kerja muncul berasal dari kata kerja menyilaukan. Kata ini menunjukkan kecemerlangan dalam bahasa kita⁹ Gejala atau manifestasi adalah fenomena. Ada dua sudut pandang tentang topik ini. Pertama, fenomena "mengarah ke luar". Kedua, fenomena berasal dari kesadaran kita karena fenomenologi selalu hadir. Dengan demikian, untuk memeriksa peristiwa dengan kesadaran murni, Anda harus terlebih dahulu memeriksa "penyaringan" pikiran (rasio).¹⁰

Menurut Damar Wibisono,¹¹ menunjukkan bahwa remaja mendapatkan banyak hal dari Instagram. Menurut penelitian, Instagram meningkatkan kepercayaan diri dan ekspresi diri saat mengirimkan foto dan video. Penelitian menunjukkan bahwa hampir semua responden (93,33%) mengatakan ya dan hanya sebagian kecil yang mengatakan biasa-biasa saja (16,67%); dengan demikian, Instagram memiliki dampak yang besar pada kehidupan remaja. Instagram memiliki pengikut, tag, dan suka. Lebih banyak pengikut daripada pengikut menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki ratusan atau jutaan koneksi. Pengikut ini membantu para remaja untuk membuktikan eksistensi mereka. Dengan demikian, banyak yang percaya bahwa pengikut Instagram menunjukkan keunggulan media sosial. Ini menyiratkan bahwa orang bekerja keras untuk mendapatkan ketenaran, yang meningkatkan pengikut mereka.

⁷ María Huertas González-Serrano et al., "Information management in social media to promote engagement and physical activity behavior," *International Journal of Information Management*, 78.May (2024).

⁸ Bowo, Paryanto, dan Iqbal, "Pengaruh Media Sosial Instagram terhadap Gaya Hidup Mahasiswa."

⁹ Bambang Setia Wibowo, "Pengaruh Instagram Online Store, Konformitas Dan Iklan Televisi Terhadap Perilaku Konsumtif Serta Dampaknya Terhadap Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa," *JBTI : Jurnal Bisnis : Teori dan Implementasi* 9, no. 1 (1 Februari 2018): 1–12, <https://doi.org/10.18196/BTI.91095>.

¹⁰ Mami Hajaroh, "Paradigma, Pendekatan dan Metode Penelitian Fenomenologi," *Jurnal Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, 2010, 1–21.

¹¹ Damar Wibisono, "Pengaruh penggunaan instagram terhadap eksistensi diri remaja (studi pada mahasiswa di lingkungan fisip unila)," *Sosiologi: Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Sosial dan Budaya* 22, no. 2 (2020): 145–64, <https://doi.org/10.23960/sosiologi.v22i2.65>.

Penelitian Muhammad Siddiq¹² menemukan bahwa akun Instagram @quranreview telah meningkatkan pemahaman agama di kalangan remaja di griya martubung dengan mendorong mereka untuk berdiskusi tentang agama dan bertanya tentang isu-isu yang mereka hadapi. Responden juga menemukan dukungan dan inspirasi di akun Instagram @ quranreview. Kesimpulannya, memanfaatkan akun Instagram Qur'an Review untuk mengedukasi remaja Griya Martubung tentang Al-Qur'an dan Islam berjalan dengan baik. Para remaja dapat memaksimalkan keuntungan pendidikan mereka dengan melihat postingan akun @ quranreview setelah kuliah, saat istirahat kerja, atau di sore hari. Para remaja dapat belajar tentang ayat-ayat Al-Qur'an, aturan-aturan Islam, moralitas, sejarah, dan isu-isu lainnya melalui materi yang informatif, inspiratif, dan sederhana.

Penggunaan Instagram oleh mahasiswa ilmu komunikasi UINSU dapat mengubah gaya hidup mereka. Mereka mungkin terpengaruh oleh tren Instagram dalam hal fashion, kuliner, perjalanan, dan musik viral. Hal ini mempengaruhi mereka untuk mengikuti pola-pola tersebut. Apa yang memotivasi mahasiswa menggunakan Instagram untuk gaya hidup? Bagaimana pengaruh Instagram terhadap gaya hidup mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi? Berdasarkan beberapa rumusan masalah di atas, maka penulis ingin mengkaji "Eksistensi Sosial Mahasiswa dalam Penggunaan Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fisip UIN Sumatera Utara" dalam sebuah publikasi ilmiah.

Metode

Dalam penelitian ini Metode yang digunakan adalah metode Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pendekatan ini melibatkan pengumpulan, pengorganisasian, dan kategorisasi data terkait judul untuk mengatasi suatu masalah. Dalam pendekatan ini, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif, yaitu metode yang berpusat pada kegiatan untuk mengenali, mencatat, dan memahami secara rinci tanda-tanda nilai, makna, kepercayaan, dan ciri-ciri umum individu atau kelompok masyarakat mengenai kejadian kehidupan. Universitas Islam Sumatera Utara, Jl. Golf No. 120, Kp. Tengah, Kec. Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara, melakukan penelitian ini. Waktu penelitian ditetapkan setelah seminar proposal.

Penulis memilih lokasi ini karena lokasi ini sesuai dengan bidang yang ditekuni. Informan penelitian dipilih berdasarkan keahlian topik dan karakteristik lainnya. Penelitian ini mengandalkan jurusan ilmu komunikasi dan purposive sampling untuk menjamin bahwa sampel mencerminkan masyarakat dan terlibat. Peneliti memilih informan dengan menggunakan tujuan penelitian sebagai kriteria. Informan dipilih berdasarkan keahlian mereka di bidang yang diteliti. Fakultas Ilmu Sosial di UIN Sumatera Utara telah menerbitkan banyak penelitian tentang kehidupan sosial mahasiswa dan pengaruh Instagram terhadap mereka.

¹² M Siddiq, MH Ritonga, dan F Yulia, "Pola Penggunaan Akun Instagram@ quranreview dalam Meningkatkan Pemahaman Agama di Kalangan Remaja di Griya Martubung," *Masaliq: Jenis Pendidikan Sains* 3, no. September 2023 (2023): 699–716.

Penelitian ini mengumpulkan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Metode Analisis Data Analisis data kualitatif penelitian ini bergantung pada hubungan semantik antar variabel. penelitian ini adalah untuk memahami pentingnya hubungan variabel untuk merancang subjek penelitian. Analisis data kualitatif meliputi reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan.¹³ Menguji validitas data sangat penting untuk menentukan ketergantungan data setelah pelaksanaan penelitian. Peneliti memverifikasi data penelitian ini melalui pemeriksaan anggota, triangulasi, dan pengawasan pengamatan.¹⁴ Verifikasi keanggotaan Sumber data diverifikasi keabsahannya melalui verifikasi keanggotaan, atau "pengecekan anggota." Untuk menguji kepercayaan pemberi data terhadap data.¹⁵

Hasil dan Pembahasan

Media Sosial dan Gaya Hidup Mahasiswa

Situs jejaring sosial adalah platform yang kuat. Mereka memungkinkan kontak dengan teman jauh dan orang yang berpikiran sama, serta membuka peluang untuk menemukan hal-hal baru di seluruh dunia. Dalam dekade terakhir, situs ini telah banyak digunakan dan menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari. Karena integrasi luas ini, banyak penelitian telah dilakukan untuk melihat apakah penggunaan situs jejaring sosial memiliki efek negatif atau positif bagi penggunanya.¹⁶

Salah satu media sosial yang banyak diminati adalah Instagram. Instagram adalah salah satu platform jejaring sosial yang digunakan pengguna gadget modern secara luas.¹⁷ Dunia telah berubah sebagai akibat dari internet, media sosial, dan jejaring sosial.¹⁸ Pada Oktober 2010, Kevin Systrom dan Mike Krieger, dua peneliti Amerika yang telah lulus dari Stanford University, Instagram berhasil menarik dua puluh lima ribu pengguna pada hari pertama pengenalannya, dan hanya dalam satu minggu, jumlah itu telah berkembang menjadi seratus ribu. Instagram juga diakui sebagai App of the Year oleh App Store 2011.¹⁹

¹³ Mattew B dan A Michael Huberman, *Qualitative Data Analysis* (Sage Publication, 1992).

¹⁴ S. Samsu, *Metode penelitian: teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development* (Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSTAKA), 2021).

¹⁵ H Nursapiah, "Penelitian Kualitatif," Medan: Wal ashri Publishing, 2020.

¹⁶ Jacky C.K. Ng, Eleanor S.S. Lin, dan Virginia K.Y. Lee, "Does Instagram make you speak ill of others or improve yourself? A daily diary study on the moderating role of malicious and benign envy," *Computers in Human Behavior*, 148:July (2023), 107873.

¹⁷ Arwansyah bin Kirin dan Arifki Budia Warman, "Impak Penggunaan Aplikasi Tiktok Terhadap Gaya Hidup Pelajar UTHM Pagoh," *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 8, no. 2 (28 Februari 2023): e002137–e002137, <https://doi.org/10.47405/MJSSH.V8I2.2137>.

¹⁸ Bimo Mahendra, Markerting Communications, dan Garda Perdana Security, "Eksistensi Sosial Remaja dalam Instgram," *Jurnal Visi Komunikasi*, 16.01 (2017), 151–60.

¹⁹ Adisha Anindiva Faizal, Mochammad Naim, dan Agung Fauzi, "Fenomena Instagram sebagai Sarana Eksistensi pada Kelompok Remaja di Kelurahan Sudimara Selatan," *Buana Komunikasi (Jurnal Penelitian dan Studi Ilmu Komunikasi)*, 3.1 (2022).

Salah satu tujuan utama Instagram adalah berfungsi sebagai *platform* bagi orang-orang untuk berbagi produk, lokasi, atau bahkan diri mereka sendiri melalui foto.²⁰ Hal tersebut berkaitan dengan eksistensi mahasiswa dalam menggunakan Instagram.²¹ Mahasiswa cenderung lebih banyak waktu sering dihabiskan di media sosial daripada belajar atau menghabiskan waktu bersama keluarga, bahkan pada saat makan atau berjalan-jalan mereka tetap berkomunikasi melalui Instagram. Mahasiswa menemukan media sosial menjadi sangat memikat karena berbagai alasan, beberapa di antaranya menarik perhatian,²²

Penggunaan Instagram dapat mengubah pola pikir dan tindakan seseorang. Beberapa berkembang menjadi orang yang lebih kreatif dan menarik, sementara ada juga yang selalu memamerkan barang-barang yang dimiliki, seakan-akan Instagram telah menjadi ajang perlombaan.²³ Mahasiswa saat ini menjalani kehidupan di mana mereka lebih bergantung pada pengakuan virtual daripada pada dunia nyata. Banyak orang berbagi gambar atau video di media sosial semata-mata untuk menerima suka dan komentar dari pengguna lain.²⁴

Jejaring sosial saat ini merupakan salah satu hal yang memengaruhi standar etika dan gaya hidup mahasiswa yang terus berkembang.²⁵ Pergeseran etika dan cara hidup ini tidak selalu bermanfaat karena beberapa pengguna mengalami efek yang tidak menguntungkan. Hingga saat ini, salah satu aspek yang memiliki dampak signifikan pada media sosial adalah postingan yang menetapkan standar bagi pengguna untuk menampilkan gaya hidup mereka, mulai dari penampilan hingga aktivitas lain yang mempromosikan cara hidup mahasiswa.²⁶

Eksistensi Sosial Mahasiswa Dalam Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Pola Gaya Hidup

²⁰ Dede Mustomi dan Aprilia Puspasari, "Pengaruh Media sosial terhadap perilaku konsumtif mahasiswa," *Cermin: Jurnal Penelitian* 4, no. 1 (1 Juli 2020): 133–47, https://doi.org/10.36841/CERMIN_UNARS.V4I1.496.

²¹ Bowo, Paryanto, dan Iqbal, "Pengaruh Media Sosial Instagram terhadap Gaya Hidup Mahasiswa."

²² Mahendra, "Eksistensi Sosial Remaja dalam Instagram."

²³ Nurma Hasanah, Tuti Anggraini, dan Rahmat Daim Harahap, "Pengaruh Gaya Hidup, Media Sosial dan Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Konsumsi di Masa Pandemi Menurut Ekonomi Islam:: Studi pada Mahasiswa Prodi Ekonomi Islam Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam UIN Sumatera Utara Medan," *MES Management Journal* 2, no. 1 (20 September 2023): 1–13, <https://doi.org/10.56709/MESMAN.V2I1.36>.

²⁴ Rifqi Agianto, Anggi Setiawati, dan Ricky Firmansyah, "Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup dan Etika Mahasiswa," *Tematik*, 7.2 (2020), 130–39.

²⁵ AMA Guterres, "Peran Gaya Hidup Dalam Memediasi Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Konsep Diri Pada Mahasiswa Asal Timor Leste Di DKI Jakarta," *Jurnal Komunikasi dan Ilmu Sosial* 1, no. 2 (2 Juni 2023): 84–94, <https://doi.org/10.38035/JKIS.V1I2.237>.

²⁶ Shalika Fajrin Triananda, Dinie Anggraeni Dewi, dan Yayang Furi Furnamasari, "Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5.3 (2021), 9106–10.

Abidin Zaenal menyebut eksistensi diri sebagai sesuatu yang dinamis.²⁷ Oleh karena itu, eksistensi diri bersifat cair dan berkembang atau mundur tergantung pada potensi individu, tidak bersifat tetap. Eksistensi diri adalah keinginan untuk diperhatikan, terutama dalam situasi sosial. Mampu bergaul dalam suatu komunitas.²⁸ Instagram dapat mengunggah foto dan video secara online untuk pengiriman dan penerimaan yang cepat. Instagram adalah perpaduan antara "instan" dan "telegram". Instagram dimulai di California. Instagram memungkinkan pengguna berbagi foto dan video. Instagram adalah alat yang populer untuk berbagi kegiatan sehari-hari.²⁹

Gaya hidup sesuatu yang ada terus-menerus dan diikuti oleh orang-orang di sekitarnya.³⁰ Karena akan tampil seperti yang mereka inginkan, sesuai dengan kebutuhan mereka tanpa harus memikirkan orang lain, gaya hidup juga telah berubah menjadi panutan bagi mereka yang mengenalnya. Beberapa mahasiswa juga dapat mengalami kesenangan gaya hidup jika mereka memiliki penampilan yang menyerupai gaya hidup sekarang atau masa depan, juga dikenal sebagai gaya hidup modern.

“Menurut saya iya, karena saya rasakan budaya Instagram ini memaksa setiap orang untuk tampil dalam keadaan perfect kemudian adanya fenomena FOMO ketika remaja takut ketinggalan momen momen seru yang mereka bagikan ke Instagram”

Fenomena media sosial instagram dalam eksistensi sosial studi kasus pada mahasiswa pengguna instagram di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Mahasiswa yang notabene masih labil dalam mental dan perilaku, membuat mahasiswa mempunyai rasa penasaran lebih besar dibandingkan dengan orang dewasa yang stabil dalam mental dan perilaku. Terlebih dengan hal-hal yang baru, terutama hal-hal baru tentang internet dan media sosial. Mereka sangat tidak ingin ketinggalan zaman atau tidak mengikuti trend dan selalu ingin tampil eksis dan memiliki banyak teman, dengan media sosial hal-hal yang diinginkan oleh mahasiswa hampir semuanya dapat disalurkan, seperti menshare foto, menulis status, mengupload video, maupun berkomunikasi dengan teman-temannya.

Hal seperti ini lah yang membuat media sosial sangat penting bagi mahasiswa. Eksistensi untuk mahasiswa memang penting dalam pergaulan. Eksistensi untuk mahasiswa juga menjadi simbol bahwa seorang mahasiswa itu dapat bergaul dan memiliki koneksi terhadap orang lain. Menjadi eksis bagi seorang mahasiswa adalah suatu kenikmatan sendiri. Karena eksis sering dikonotasikan dengan hal-hal yang menyenangkan. Contohnya, memiliki banyak teman dan koneksi, banyak dikenal orang, menjadi orang penting, dan beberapa kenikmatan dari eksistensi lainnya seorang

²⁷ Indah Surya C dan Rezi Erdiansyah, “Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa Universitas Tarumanagara,” *Prologia* 5, no. 1 (4 Maret 2021): 8–14, <https://doi.org/10.24912/PR.V5I1.8074>.

²⁸ Kelurahan Sudimara Selatan, “Buana komunikasi,” 2022, 7–15.

²⁹ Selatan.

³⁰ Fitri Khoiriyah Nissa, Fitri Sukayawati, dan Muhammad Willy Indriana, “Pengaruh Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Nusantara,” *Kampret Journal* 1, no. 3 (31 Mei 2022): 50–54, <https://doi.org/10.35335/KAMPRET.V1I3.21>.

mahasiswa seperti dapat mengekspresikan dirinya secara bebas dan melakukan hal-hal yang sudah menjadi trend para mahasiswa lain. Hal inilah yang membuat gaya hidup mahasiswa pada umumnya berubah. Mereka berusaha untuk selalu eksis sehingga kadang mereka terlalu berlebihan dan salah dalam mencari keeksistensian dirinya.

“Perbandingan diri, Tekanan untuk tampil sempurna dalam Instagram yang memiliki budaya yang berfokus pada citra diri yang ideal membuat beberapa pengguna memiliki rasa insecure. Contohnya saya ketika seorang following membuat postingan tentang pencapaian dirinya yang saya rasakan adalah insecure dalam diri saya namun hal itu tidak membuat saya berlarut larut dalam hidup saya dan memacu semangat saya untuk seperti dia”

Jika mahasiswa tidak eksis di lingkungannya maka mahasiswa akan kesulitan berteman dan beradaptasi dengan lingkungannya. Mahasiswa itu selalu ingin diakui keberadaan dirinya serta ingin mendapatkan sebuah kebanggaan, dan kalau mereka tidak eksis mereka akan kesulitan dalam mendapatkan teman dan informasi. Media sosial belakangan ini adalah produk teknologi yang kini sedang digemari banyak kalangan termasuk mahasiswa.

Dengan layanan ini kita dapat berkomunikasi dengan teman lama, memperluas jaringan pertemanan, ataupun sekedar mengetahui keadaan atau status teman dan kerabat. Kehadiran kehadiran media sosial seakan tidak dapat dilepaskan dari kehidupan mahasiswa karena pada saat ini hampir setiap hari jam menit bahkan detik tidak berhenti untuk update status. Biasanya jejaring sosial digunakan mahasiswa untuk berbicara tentang kehidupan mereka berbicara tentang apa yang mereka lakukan sehari hari bahkan menunjukkan eksistensi diri dengan menunjukkan kemana mereka pergi atau tempat tempat mereka sukai dan memposting foto-foto. Hal seperti ini sangat lah jelas terlihat peran media sosial dalam pencarian eksistensi bagi mahasiswa. Media sosial kini mengubah gaya hidup para mahasiswa, yang biasanya hanya eksis di lingkungan sekitar secara nyata sekarang dengan media sosial mahasiswa sudah dapat eksis hanya dengan memposting foto.

Semua media sosial memiliki dampak yang positif maupun negatif, begitu juga dengan Instagram.³¹ Seperti yang sudah kita bicarakan sebelumnya dampak positif instagram dalam pertemanan mahasiswa adalah mereka dapat memiliki banyak teman dari semua kalangan, seluruh daerah bahkan seluruh dunia. Dan para mahasiswa juga bisa mendapatkan informasi secara cepat dan banyak dengan hanya melihat akun pribadi orang lain, karena para pengguna instagram lain dengan suka hati memberi informasi. Dan hal positif yang bias didapat para mahasiswa yang satu lagi adalah hiburan.

Dengan melihat foto-foto yang diposting orang maupun dengan senang ia memposting fotonya sendiri. Sedangkan dampak negatifnya adalah saat ini banyak

³¹ M. Utari dan R. Romyeni, “Pengaruh Media Sosial Instagram Akun @Princessyahrini Terhadap Gaya Hidup Hedonis Para Followersnya,” *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau* 4, no. 2 (2017): 1–15, <https://www.neliti.com/publications/188875/>.

mahasiswa yang salah dalam penggunaan aku instagram, mahasiswa banyak yang memposting foto mereka secara berlebihan dan terkesan ingin memperlihatkan kepunyaanya secara terus menerus. Sebagai contoh banyak mahasiswa yang memposting foto barang mahal yang mereka beli, ada yang berupa sepatu, tas, celana dan lain-lain. Ada juga yang memposting mobil dengan full audio dan lampu-lampu serta memfoto speedometer mobilnya dalam kecepatan penuh. Hal ini jelas dapat merugikan mereka dengan secara jelas mereka akan mengundang kriminalitas.

Dampak Eksistensi Sosial Mahasiswa Dalam Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Pola Gaya Hidup

Instagram sering digunakan oleh mahasiswa untuk mengekspresikan diri dan mempertahankan eksistensi sosial di lingkungan sebaya. Media sosial ini memungkinkan mahasiswa untuk menunjukkan aspek-aspek tertentu dari kehidupan mereka yang mereka anggap menarik atau penting. Instagram berpengaruh besar terhadap bagaimana mahasiswa melihat diri mereka sendiri dan kebutuhan akan pengakuan sosial. Jumlah followers dan likes dapat mempengaruhi rasa percaya diri dan validasi sosial, perbandingan diri, Tekanan untuk tampil sempurna dalam Instagram yang memiliki budaya yang berfokus pada citra diri yang ideal membuat beberapa pengguna memiliki rasa *insecure*.³²

“Dampak positif yang saya rasakan dari Instagram yaitu ketika saya mulai scroll di reels Instagram saya banyaknya konten positif yang berkaitan dengan self-development dan tentunya memengaruhi gaya hidup saya menjadi lebih baik. Dengan ketika saya membuat postingan atau story dan saya mendapatkan like atau komentar positif hal itu membuat saya merasa lebih baik tentang diri saya”

“Dampak negatif nya sendiri itu ketika saya mempergunakan Instagram dengan berlebihan hal itu mengganggu dan menunda aktifitas yang saya udah rencanakan sebelum saya tidur pada malam hari. Dengan Instagram saya dapat menemukan dan terhubung dengan orang yang memiliki kesamaan dalam minat dan hobi, saya sendiri sangat menyukai sepakbola maka saya mengikuti halaman halaman terkait. Nah dengan hal itu membuat saya merasa bahwa minat dan hobi saya bukanlah hal yang aneh karena banyaknya manusia yang memiliki kegemaran seperti dan saya menjadi percaya diri dengan memberanikan membuat story yang menjadi kegemaran saya”

Dampak positif: Instagram dapat menjadi platform untuk kreativitas, ekspresi diri, dan pembelajaran.³³ Mahasiswa dapat menemukan komunitas dengan minat yang sama, yang mendukung perkembangan identitas sosial mereka. Sedangkan dampak negatif: Penggunaan Instagram juga dapat menyebabkan perbandingan sosial yang tidak realistis,

³² Shalika Fajrin Triananda, Dinie Anggraeni Dewi, dan Yayang Furi Furnamasari, “Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 3 (10 Desember 2021): 9106–10, <https://doi.org/10.31004/JPTAM.V5I3.2428>.

³³ Shazrin Daniyah Khansa dan Kinkin Yuliaty Subarsa Putri, “Pengaruh Sosial Media Tiktok Terhadap Gaya Hidup Remaja,” *Ekspresi Dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 5, no. 1 (2022): 133–41, <https://doi.org/10.33822/jep.v5i1.3939>.

tekanan untuk tampil sempurna, dan dampak negatif pada kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi.

Instagram dapat menimbulkan tekanan pada mahasiswa untuk menampilkan gaya hidup yang ideal. Paparan terhadap gambar-gambar yang ‘sempurna’ dapat menciptakan standar yang tidak realistis dan mempengaruhi mahasiswa untuk mengejar citra tersebut.³⁴

Secara keseluruhan, Instagram memiliki dampak yang kompleks terhadap gaya hidup mahasiswa mempengaruhi cara mereka berinteraksi, memandang diri sendiri, dan merespon tekanan sosial. Penting bagi mahasiswa untuk menggunakan media sosial dengan cara yang sehat dan membatasi pengaruh negatifnya. Mungkin pola penggunaan bagi mahasiswa yang mencari kesenangan seperti menghabiskan waktu untuk scrolling dan konten yang dilihatnya tidak berpengaruh dalam kehidupannya yang positif. Seperti konten hiburan dan hanya berinteraksi melalui direct message (DM) hanya dengan teman dekat dan keluarga.

Berbeda dengan pola penggunaan bagi mahasiswa yang memanfaatkannya untuk membangun jaringan sosial yang lebih luas mungkin lebih fokus melihat dan mengikuti halaman yang bersifat informatif dan edukatif. Berinteraksi dengan followers melalui live Instagram dan direct message namun bukan hanya dengan teman dekat dan keluarga saja namun terbuka terhadap siapa aja. budaya Instagram ini memaksa setiap orang untuk tampil dalam keadaan perfect kemudian adanya fenomena FOMO ketika remaja takut ketinggalan momen momen seru yang mereka bagikan ke Instagram.³⁵

Kesimpulan

Instagram bagian dari kehidupan mahasiswa karena mereka ingin dilihat dan diakui. Instagram biasanya digunakan oleh siswa untuk berbagi informasi. Instagram menawarkan beberapa opsi komunikasi tidak langsung. Pelajar biasanya sering menggunakan Instagram dan hal ini mempengaruhi gaya hidup mereka. Pemikiran dan perilaku pengguna Instagram dapat berubah. Beberapa menjadi lebih kreatif dan menarik, sementara yang lain memamerkan harta benda mereka seperti Instagram telah menjadi sebuah kontes. Siswa saat ini lebih mengandalkan pengakuan virtual daripada kehidupan nyata. Banyak orang memposting foto dan video di media sosial untuk mendapatkan like dan komentar. Secara keseluruhan, Instagram memiliki dampak yang kompleks terhadap gaya hidup mahasiswa mempengaruhi cara mereka berinteraksi, memandang diri sendiri, dan merespon tekanan sosial. Penting bagi mahasiswa untuk menggunakan media sosial dengan cara yang sehat dan membatasi pengaruh negatifnya. Mungkin pola penggunaan

³⁴ Ade Soraya, “Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa (Studi Korelasional Kuantitatif Tentang Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Sumatera Utara),” *repositori.usu.ac.id*, 2019, <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/14823>.

³⁵ Intan Kurniasari dan Ladi Wajuba Perdini Fisabilillah, “Fenomena Perilaku Berbelanja Menggunakan Spaylater Serta Dampaknya Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Ilmu Ekonomi,” *Independent: Journal of Economics* 1, no. 3 (31 Desember 2021): 207–18, <https://doi.org/10.26740/INDEPENDENT.V1I3.43637>.

bagi mahasiswa yang mencari kesenangan seperti menghabiskan waktu untuk scrolling dan konten yang dilihatnya tidak berpengaruh dalam kehidupannya yang positif.

Daftar Pustaka

- Agianto, Rifqi, Anggi Setiawati, dan Ricky Firmansyah. "Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup dan Etika Remaja." *Tematik* 7, no. 2 (2020): 130–39. <https://doi.org/10.38204/tematik.v7i2.461>.
- Amaliah, N. D. "Pengaruh Literasi Ekonomi Dan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Hedonis Serta Implikasinya Terhadap Perilaku Konsumtif (Survei pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Siliwangi)." *repositori.unsil.ac.id*, 2021.
- Bowo, Ahmad Nasir Ari, Paryanto Paryanto, dan Muhamad Iqbal. "Pengaruh Media Sosial Instagram terhadap Gaya Hidup Mahasiswa." *Jurnal Ilmu Manajemen dan Pendidikan* 3, no. 1 (14 Juni 2023): 21–32. <https://doi.org/10.30872/JIMPIAN.V3I1.2249>.
- C, Indah Surya, dan Rezi Erdiansyah. "Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa Universitas Tarumanagara." *Prologia* 5, no. 1 (4 Maret 2021): 8–14. <https://doi.org/10.24912/PR.V5I1.8074>.
- Faizal, Adisha Anindiva, Mochammad Naim, dan Agung Fauzi. "Fenomena Instagram sebagai Sarana Eksistensi pada Kelompok Remaja di Kelurahan Sudimara Selatan." *Buana Komunikasi (Jurnal Penelitian dan Studi Ilmu Komunikasi)* 3, no. 1 (2022): 7. <https://doi.org/10.32897/buanakomunikasi.2022.3.1.1280>.
- González-Serrano, María Huertas, Manuel Alonso-Dos-Santos, Josep Crespo-Hervás, dan Ferran Calabuig. "Information management in social media to promote engagement and physical activity behavior." *International Journal of Information Management* 78, no. May (2024). <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2024.102803>.
- Guterres, AMA. "Peran Gaya Hidup Dalam Memediasi Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Konsep Diri Pada Mahasiswa Asal Timor Leste Di DKI Jakarta." *Jurnal Komunikasi dan Ilmu Sosial* 1, no. 2 (2 Juni 2023): 84–94. <https://doi.org/10.38035/JKIS.V1I2.237>.
- Hajaroh, Mami. "Paradigma, Pendekatan dan Metode Penelitian Fenomenologi." *Jurnal Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, 2010, 1–21.
- Hasanah, Nurma, Tuti Anggraini, dan Rahmat Daim Harahap. "Pengaruh Gaya Hidup, Media Sosial dan Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Konsumsi di Masa Pandemi Menurut Ekonomi Islam:: Studi pada Mahasiswa Prodi Ekonomi Islam Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam UIN Sumatera Utara Medan." *MES Management Journal* 2, no. 1 (20 September 2023): 1–13. <https://doi.org/10.56709/MESMAN.V2I1.36>.
- Kamilah, Humaira, Yanto, dan Sapta Sari. "Fenomena Gaya Hidup Ala Selebgram Pada Mahasiswa di Instagram." *Jurnal Professional FIS UNIVED* 7, no. 2 (2020): 61–72.
- Khansa, Shazrin Daniyah, dan Kinkin Yuliaty Subarsa Putri. "Pengaruh Sosial Media Tiktok Terhadap Gaya Hidup Remaja." *Ekspresi Dan Persepsi : Jurnal Ilmu Komunikasi* 5, no. 1 (2022): 133–41. <https://doi.org/10.33822/jep.v5i1.3939>.

- Kirin, Arwansyah bin, dan Arifki Budia Warman. "Impak Penggunaan Aplikasi Tiktok Terhadap Gaya Hidup Pelajar UTHM Pagoh." *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 8, no. 2 (28 Februari 2023): e002137–e002137. <https://doi.org/10.47405/MJSSH.V8I2.2137>.
- Kurniasari, Intan, dan Ladi Wajuba Perdini Fisabilillah. "Fenomena Perilaku Berbelanja Menggunakan Spaylater Serta Dampaknya Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Ilmu Ekonomi." *Independent: Journal of Economics* 1, no. 3 (31 Desember 2021): 207–18. <https://doi.org/10.26740/INDEPENDENT.V1I3.43637>.
- Mahendra, Bimo. "Eksistensi Sosial Remaja dalam Instgram." *Jurnal Visi Komunikasi* 16, no. 01 (2017): 151–60.
- Mattew B dan A Michael Huberman. *Qualitative Data Analysis*. Sage Publication, 1992.
- Mustomi, Dede, dan Aprilia Puspasari. "Pengaruh Media sosial terhadap perilaku konsumtif mahasiswa." *Cermin: Jurnal Penelitian* 4, no. 1 (1 Juli 2020): 133–47. https://doi.org/10.36841/CERMIN_UNARS.V4I1.496.
- Ng, Jacky C.K., Eleanor S.S. Lin, dan Virginia K.Y. Lee. "Does Instagram make you speak ill of others or improve yourself? A daily diary study on the moderating role of malicious and benign envy." *Computers in Human Behavior* 148 (1 November 2023): 107873. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2023.107873>.
- Nissa, Fitri Khoiriyah, Fitri Sukayawati, dan Muhammad Willy Indriana. "Pengaruh Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Nusantara." *Kampret Journal* 1, no. 3 (31 Mei 2022): 50–54. <https://doi.org/10.35335/KAMPRET.V1I3.21>.
- Nissa, Khoiriyah Fitri, Fitri Sukayawati, dan Muhammad Willy Indriana. "Pengaruh Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Nusantara." *Kampret* 1, no. 3 (2022): 50–54.
- Nursapiah, H. "Penelitian Kualitatif." Medan: Wal ashri Publishing, 2020.
- Sahensah, M Naufal, Vopi Fitriani Wahyudi, dan Vicky F Sanjaya. "Pengaruh Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung." *Kalianda Halok Gagas* 5, no. 2 (2023): 108–17. <https://ojs.stiemkalianda.ac.id>.
- Samsu, S. *Metode penelitian: teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development*. Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSTAKA), 2021.
- Saragih, Mega Ayu Muliana, Ai Wanda Wulandari, Dziaul Muaimi, Maulana Andinata Dalimunthe, dan Hasan Sazali. "Terpaan Media Sosial dalam Membentuk Gaya Hidup Mahasiswa." *Professional: Jurnal Komunikasi dan Administrasi Publik* 9, no. 1 (30 Juni 2022): 181-186–181–186. <https://doi.org/10.37676/PROFESSIONAL.V9I1.2574>.
- Selatan, Kelurahan Sudimara. "Buana komunikasi," 2022, 7–15.
- Siddiq, M, MH Ritonga, dan F Yulia. "Pola Penggunaan Akun Instagram@ quranreview dalam Meningkatkan Pemahaman Agama di Kalangan Remaja di Griya Martubung." *Masaliq: Jenis Pendidikan Sains* 3, no. September 2023 (2023): 699–716.

- Soraya, Ade. "Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa (Studi Korelasional Kuantitatif Tentang Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Sumatera Utara)." *repositori.usu.ac.id*, 2019. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/14823>.
- Triananda, Shalika Fajrin, Dinie Anggraeni Dewi, dan Yayang Furi Furnamasari. "Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 3 (2021): 9106–10.
- . "Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 3 (10 Desember 2021): 9106–10. <https://doi.org/10.31004/JPTAM.V5I3.2428>.
- Utari, M., dan R. Rummyeni. "Pengaruh Media Sosial Instagram Akun @Princessyahrini Terhadap Gaya Hidup Hedonis Para Followersnya." *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau* 4, no. 2 (2017): 1–15. <https://www.neliti.com/publications/188875/>.
- Wibisono, Damar. "Pengaruh penggunaan instagram terhadap eksistensi diri remaja (studi pada mahasiswa di lingkungan fisip unila)." *Sosiologi: Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Sosial dan Budaya* 22, no. 2 (2020): 145–64. <https://doi.org/10.23960/sosiologi.v22i2.65>.
- Wibowo, Bambang Setia. "Pengaruh Instagram Online Store, Konformitas Dan Iklan Televisi Terhadap Perilaku Konsumtif Serta Dampaknya Terhadap Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa." *JBTI: Jurnal Bisnis: Teori dan Implementasi* 9, no. 1 (1 Februari 2018): 1–12. <https://doi.org/10.18196/BTI.91095>.

