

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Penelitian Terdahulu

Dalam pemaparan mengenai pengaruh terpaan berita COVID-19 oleh media *online* terhadap *psychological distress* pada Generasi Z DKI Jakarta, dibutuhkan penelitian terdahulu guna membantu peneliti dalam mempertajam analisis. Beberapa contoh penelitian terdahulu dipilih dengan adanya relevansi sesuai topik penelitian yang diangkat.

Penelitian pertama berjudul “*COVID-19 and the 24/7 News Cycle: Does COVID-19 News Exposure Affect Mental Health?*” oleh Stainback, Hearne, dan Trieu pada 2020 yang dipublikasi oleh Sociological Research for a Dynamic World. Peneliti mengumpulkan berbagai data dari penduduk Amerika Serikat pada pertengahan hingga akhir Maret 2020 tentang hubungan antara konsumsi berita COVID-19, persepsi ancaman COVID-19 terhadap kesehatan dan kesejahteraan ekonomi, dan tekanan psikologis. Penelitian ini menemukan bahwa konsumsi berita tentang virus Corona yang lebih besar berkaitan dengan tekanan psikologis yang lebih besar. Selain itu, dua pertiga dari efek tersebut berpengaruh secara tidak langsung dengan peningkatan persepsi ancaman COVID-19.

Selanjutnya adalah penelitian oleh Adnan dan Hassan pada 2020 yang berjudul “*Mental Health Problems and Social Media Exposure amid the COVID-19 Pandemic*” pada Global Media Journal. Riset ini menyelidiki hubungan antara paparan media sosial dan masalah *psychological distress* siswa, seperti kecemasan dan depresi, di tengah pandemi COVID-19 Riset ini menunjukkan bahwa masalah *psychological distress* seperti depresi dan kecemasan tidak terkait langsung dengan paparan media sosial di tengah pandemi COVID-19.

Penelitian terdahulu ketiga berjudul “*Coping Style, Social Support and*

Psychological Distress in the General Chinese Population in the Early Stages of the COVID-19 Epidemic” oleh Hua Yu, et. al pada 2020 melalui jurnal BMC Psychiatry. Penelitian ini membahas bahwa wabah COVID-19 di Tiongkok memiliki dampak besar pada kesehatan mental masyarakat. Strategi *coping* secara aktif dan peningkatan dukungan sosial dapat menjadi faktor yang berkorelasi secara positif untuk menurunkan tekanan psikologis.

Kemudian, terdapat penelitian dari jurnal nasional yang berjudul “*Hubungan Dukungan Sosial dan Keterpaparan Media Sosial terhadap Perilaku Pencegahan COVID-19 pada Komunitas Wilayah Jabodetabek Tahun 2020*” oleh Kundari, Hanifah, Azzahra, Islam, dan Nisa pada 2020 melalui jurnal Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Hasil penelitian menemukan bahwa dukungan keluarga berpengaruh dominan terhadap perilaku pencegahan COVID-19 pada masyarakat Jabodetabek. Selain itu, sumber berita daring tentang COVID-19 juga memberikan pengaruh terhadap perilaku pencegahan penularan COVID-19 dibandingkan dengan situs jejaring sosial.

Penelitian terdahulu kelima adalah “*Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental dan Kesejahteraan Sosial Remaja di Masa Pandemi COVID-19*” oleh Septiana pada 2021 melalui Jurnal Nusantara of Research. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara penggunaan media sosial terhadap *psychological distress* dan kesejahteraan sosial bagi remaja di masa pandemi COVID-19.

Penelitian terdahulu yang telah dipaparkan memiliki relevansi dengan penelitian yang akan diteliti yaitu mengenai pengaruh berita COVID-19 yang dapat mempengaruhi *psychological distress* seseorang. Banyak hasil penelitian yang menyatakan bahwa pandemi dapat menyebabkan kecemasan dan kekhawatiran masyarakat baik remaja maupun dewasa, kecemasan ini tentu memiliki dampak terhadap *psychological distress*. Sedangkan *research gap* dari penelitian-penelitian terdahulu adalah masih belum ada penelitian yang berfokus

pada bagaimana terpaan berita tentang COVID-19 melalui media *online* dapat mempengaruhi *psychological distress* pada Generasi Z DKI Jakarta. Mayoritas penelitian terdahulu masih membahas mengenai remaja secara khusus, seperti penelitian oleh Septiana (2021). Sementara penelitian oleh Stainback, Hearne, dan Trieu (2020); Adnan dan Hassan (2020); dan Liu, Zhang, dan Huang (2020) masih berfokus pada hanya pada bagaimana informasi tentang COVID-19 berpengaruh pada *psychological distress* manusia. Selanjutnya, penelitian oleh Kundari, Hanifah, Azzahra, Islam, dan Nisa (2020) lebih membahas cara mengatasi masalah psikososial dari berita tentang COVID-19 dengan dukungan keluarga dan pembatasan durasi penggunaan media sosial.

Berdasarkan keseluruhan penelitian terdahulu, dapat ditarik kesimpulan mengenai *research gap* pada beberapa penelitian terdahulu adalah kurangnya dukungan sosial bagi masyarakat melalui media sosial dengan objek penelitian adalah Gen Z. Dukungan sosial pada media *online* dapat mengatasi masalah sosial mengenai *psychological distress* saat adanya kemunculan berita mengenai COVID-19. Namun pada penelitian terdahulu, masih ada yang belum membahas mengenai dukungan sosial pada masyarakat melalui media sosial, sehingga dapat menjadi kebaruan penelitian dalam penelitian ini.

Merujuk pada penelitian terdahulu, penelitian berfokus pada bagaimana pengaruh terpaan berita COVID-19 setelah mengalami penurunan jumlah kasus COVID-19 di Indonesia oleh media *online* terhadap *psychological distress* pada Generasi Z DKI Jakarta. Peneliti akan mengkaji lebih lanjut tentang berita yang disajikan oleh media *online* mengenai COVID-19 dan bagaimana pengaruhnya terhadap *psychological distress* Generasi Z di DKI Jakarta..

2.2 Teori dan Konsep

Untuk dapat menghasilkan analisis mendalam tentang topik penelitian, dibutuhkan teori dan konsep yang relevan sebagai berikut.

2.2.1 *Cultivation Theory*

Professor George Gerbner, Dekan emiritus dari Annenberg School for Communication di Universitas Pennsylvania merupakan orang yang pertama kali memperkenalkan teori kultivasi (*cultivation theory*). Kultivasi berasal dari bahasa “*Cultivation*” yang berarti penguatan, pengembangan, perkembangan, penanaman atau pereratan. Teori ini muncul ketika terjadi perdebatan antara ilmuwan komunikasi yang percaya bahwa media massa memiliki pengaruh yang sangat kuat dengan kelompok yang mempercayai adanya keterbatasan pengaruh sebuah media, dan juga perdebatan antara kelompok yang beranggapan bahwa media berpengaruh secara langsung dan kelompok yang mempercayai bahwa media tidak berpengaruh secara langsung. Sehingga Teori Kultivasi muncul untuk meyakinkan khalayak, bahwa pengaruh media lebih bersifat kumulatif dan lebih berdampak pada tataran sosial-budaya dibandingkan individual (Littlejohn, 2009).

Riset pertama George Gerbner pada awal tahun 1960-an tentang Proyek Indikator Budaya (*Cultural Indicators Project*) untuk mempelajari pengaruh menonton televisi. Gerbner dan rekannya di Annenberg School for Communication ingin mengetahui bagaimana penonton televisi membayangkan dan mempersepsikan dunia nyata, dengan mengkaji tradisi pengaruh media dalam jangka waktu panjang serta efek yang tidak langsung. Gerbner menyatakan bahwa televisi merupakan suatu kekuatan yang secara dominan dapat mempengaruhi masyarakat, artinya terpaan media *online* terkhusus televisi, dapat menguatkan persepsi masyarakat terhadap realitas di dunia nyata. Hipotesis dasar analisis kultivasi menunjukkan, “Semakin banyak waktu seseorang dihabiskan untuk menonton televisi (yaitu, semakin seseorang hidup di dalam dunia televisi dalam jangka waktu lama), maka seseorang akan semakin menganggap bahwa dunia nyata sesuai dengan yang

digambarkan oleh televisi dan yang ditayangkan di televisi dianggap sebagai sebuah kenyataan (Littlejohn, 2009).

Melihat pentingnya peranan media *online* khususnya televisi dalam bagaimana cara pandang seseorang terhadap dunia mereka. Zaman sekarang, mayoritas masyarakat mendapatkan informasi dari sumber- sumber yang bermediasi dibandingkan dari pengalaman langsung. Maka dari itu, sumber-sumber yang bermediasi dapat menjadi realita seseorang (West & Turner, 2013). Misalnya, program televisi sering terlihat sangat kejam, karena apa yang mereka saksikan di televisi menanamkan ketakutan social (*social paranoia*) yang dapat memberikan pandangan bahwa mereka hidup dilingkungan yang tidak aman, dan tidak dapat mempercayai siapapun. Hal ini juga terjadi pada riset terpaan media massa tentang COVID-19 terhadap tingkat kecemasan masyarakat di daerah Pejaten Barat, dengan memakai kaca mata kultivasi, Para pecandu berat televisi (*heavy viewers*) menganggap bahwa apa yang terjadi di televisi itulah dunia senyatanya (Haspiaini & Surantio, 2020).

Riset kultivasi dengan demikian adalah riset tentang efek sosial terpaan media massa. Menurut teori ini, media massa diyakini membawa pengaruh besar atas terhadap sikap serta perilaku penontonnya dan bahkan pengaruh tersebut tidak muncul seketika melainkan bersifat kumulatif dan tidak langsung. Salah satu asumsi pokok dalam teori ini diantaranya televisi bersifat audio visual dalam penyampaian pesan sehingga pesan lebih bersifat persuasif (Griffin, 2012). Sehingga hal tersebut merupakan alasan masyarakat lebih minat untuk mencari informasi terkait COVID-19 melalui televisi. Namun, ketika hal tersebut dilakukan secara berlebihan yaitu konsumsi informasi dari televisi justru dikhawatirkan membawa dampak buruk yaitu kecemasan. Maka dari itu, diharapkan teori ini dapat menjelaskan realitas di

masyarakat terkait *psychological distress* sebagai akibat dari adanya terpaan berita *online* terkait informasi COVID-19.

Relevansi teori ini dengan penelitian yang dilakukan adalah karena dalam penelitian ini mengkaji mengenai pengaruh media *online* yang kuat, sesuai dengan uraian penjelasan definisi operasional teori tersebut. Selain itu, untuk saat ini, kebanyakan orang nyaman berada di dalam rumah dengan menonton media *online*. Dalam penelitian ini juga menyelidiki *cultivation theory* berdasarkan indikator-indikator atau *cultural indikator* menurut Gerbner dalam Signorielli dan Morgan (1990) diantaranya yaitu: Proses institusional dalam produksi isi media, *image* (kesan) isi media, dan hubungan antara terpaan pesan televisi dengan keyakinan dan perilaku khalayak. Sehingga dapat memuat isi berita yang akan berpengaruh pada *psychological distress* seseorang terutama gen Z.

2.2.2 News Exposure

Media memiliki kekuatan berupa simbolis dan persuasif dimana media pada dasarnya memiliki potensi untuk mengendalikan pikiran pembaca atau audiens sampai batas tertentu dan secara tidak langsung terhadap perilaku mereka (Dijk, 1995). *News exposure* atau terpaan berita dapat diartikan sebagai sejauh mana anggota audiens telah atau dapat menemukan pesan yang dihasilkan dari konten media tertentu. Konseptualisasi terpaan berita tersebut memang dinilai sederhana, namun intuitif. Dalam hal ini, terpaan berita dapat dilakukan untuk mencapai perhatian pengguna media terhadap konten media, mulai dari tidak ada perhatian sama sekali hingga keterlibatan intensif. Tingkat perhatian tersebut dapat bervariasi, seperti pra-perhatian (memindai media dengan cara bawah sadar), perhatian fokus (cukup perhatian untuk menentukan isi konten), pemahaman (menetapkan makna),

dan elaborasi (menghasilkan koneksi pribadi dan citra) (de Vreese & Neijens, 2016).

Menurut Zaller, terpaan berita juga dipengaruhi oleh keberadaan validitas. Namun, terdapat potensi di mana terpaan berita yang dilakukan secara intens dapat memudarkan atau mengabaikan faktor validitas. Hal ini disebabkan oleh adanya dua isu yang berkaitan erat dengan terpaan berita dan validitas, yaitu (1) apakah individu dapat mengingat keterpaparan tersebut dalam jangka waktu tertentu dan (2) apabila mampu, apakah individu tersebut bersedia untuk menerima terpaan berita tersebut (Eveland, Hutchens, & Shen, 2013).

Dalam mencapai terpaan berita yang efektif, media juga perlu untuk memperhatikan peran dasar agenda yang bertujuan untuk memusatkan perhatian masyarakat terhadap isu atau topik yang direncanakan. Hal tersebut dapat mengambil perhatian publik dengan cara berfokus dalam cakupan berita yang dianggap layak untuk dipublikasikan. Peran dasar agenda dapat dicapai dengan cara (1) bagaimana pandangan publik tentang topik yang paling penting dari topik berita dan (2) bagaimana persepsi publik terhadap aspek-aspek terkait dengan topik berita yang disebarkan (McCombs & Reynolds, 2002).

Bagaimanapun, kepercayaan publik terhadap media akan menyesuaikan dengan kemampuan individu dalam mencari informasi dengan konsisten dengan keyakinan tertentu dan menghasilkan dampak sesuai dengan kepercayaan mereka. Apabila individu mencoba untuk menghindari informasi negatif, maka mereka cenderung tidak mengakses berita yang mereka anggap tidak sesuai dengan yang diyakini. Namun, terdapat peluang potensial dalam terpaan berita yang dapat memanfaatkan bias negatif, konsep yang terkenal dalam psikologi, di mana masyarakat cenderung memberikan perhatian terhadap informasi buruk tentang lingkungan kehidupan mereka

(Gorvett, 2020). Setiap media penggunaannya berdasarkan kebutuhan individu atau kelompok. Karakteristik, persepsi, harapan, dan tingkat akses individu berpengaruh pada keputusan penggunaan media (Sandjaja, 2004). Hal ini mempengaruhi efek atau dampak mengenai media terhadap penggunaannya.

Terpaan media tidak hanya dilihat berdasarkan kepercayaan atau kebutuhan media saja, namun mengenai keterbukaan publik terhadap media yang ada. Terpaan media berupa kegiatan mendengar, melihat dan membaca pesan atau dapat pula kegiatan yang berupa pengalaman pada media yang berdampak pada perhatian publik terhadap media massa. Konsep ini digunakan dalam penelitian ini karena relevan dengan fokus penelitian ini, yaitu untuk mengetahui pengaruh media *online* dengan terpaan berita mengenai COVID-19 yang sempat menggemparkan dan juga akan berpengaruh pada *psychological distress* seseorang.

2.2.3 Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah kehadiran sumber daya yang diperoleh melalui interaksi individu dengan individu lainnya yaitu dengan memberikan rasa nyaman, baik secara fisik maupun psikologis sehingga seseorang tersebut merasa dicintai, dihargai, diperhatikan dan diterima dalam suatu kelompok (Wahyuni, 2016).

Dalam situasi wabah COVID-19, dukungan sosial memiliki peran yang efektif dalam mengatasi tekanan secara psikologis yang dirasakan seseorang saat mengalami kesulitan. Dukungan sosial berkaitan erat dengan efikasi diri, kualitas tidur serta kesehatan jiwa. Dan saling bertolak belakang dengan kecemasan, stress depresi, serta tekanan secara psikologis. Dukungan sosial memiliki peran penting secara psikologis untuk meyakinkan diri, meningkatkan mekanisme kualitas hidup dan coping (Padila, 2021). Saat

wabah COVID-19, dukungan sosial dan emosional merupakan tindakan nyata, dan menjadi informasi sangat dibutuhkan. Informasi terkait COVID-19 disebarluaskan oleh banyak pihak, sehingga masyarakat dapat mengetahui informasi dengan baik. Hal seperti itu diharapkan mampu mendorong (*reinforcing*) menanamkan kiat pencegahan COVID-19 dalam setiap individu (Kundari, 2020).

Dukungan sosial yang kurang pada seseorang, akan menimbulkan kecemasan berlebihan pada orang tersebut. Kurniawati (2012) menyatakan, apabila seseorang memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi, maka tingkat kecemasan pada orang tersebut rendah. Dukungan sosial merupakan faktor yang sangat penting diperoleh dalam kehidupan. Dukungan sosial merupakan sumber daya sosial yang dapat dilakukan seseorang untuk orang lain. Konsep diri, sikap dan perilaku individu dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial (Karim & Yoenanto, 2021).

Dukungan sosial pada remaja, seperti interaksi antara ibu dan anak berpengaruh positif terhadap kesejahteraan remaja. Seorang remaja akan merasakan bahagia apabila memiliki kualitas interaksi yang baik dengan ibunya, interaksi tersebut meliputi, perhatian, arahan, serta menerima kondisi anak namun tetap memberikan batasan aturan dengan otoritas tinggi dengan penjelasan yang baik dan diterima dengan pemahaman yang baik oleh anak (Wijayanti, Sunarti, & Krisnatuti, 2022).

Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai peran atau pengaruh yang ditimbulkan oleh orang terdekat seperti keluarga, saudara teman, dan rekan kerja (Santoso, 2020).

Menurut House terdapat empat macam dimensi dukungan sosial, yaitu:

1. Dukungan emosional, yaitu berupa perhatian, kepedulian dan empati terhadap seseorang

2. Dukungan penghargaan, yaitu apresiasi positif yaitu gagasan dengan persetujuan atau dorongan untuk maju, yang diungkapkan dengan rasa hormat
3. Dukungan instrumental, yaitu bantuan langsung saat keadaan stress
4. Dukungan informatif yaitu dapat berupa nasihat, umpan balik atau saran-saran petunjuk-petunjuk terhadap seseorang (Rapikah & Nurjannah, 2021).

Ditengah pandemi COVID-19, terpaan berita *online* yang menginformasikan kondisi terkini cukup mengganggu kesehatan manusia, maka setiap individu memerlukan dukungan baik secara fisik maupun emosional, terutama terhadap generasi Z. Dukungan sosial dari keluarga, teman, ataupun kerabat dekat memiliki peran penting dalam mengatasi *psychological distress* pada generasi Z DKI Jakarta.

Konsep dukungan sosial ini relevan dengan penelitian ini karena merupakan variabel bebas yang akan mempengaruhi variabel terikat yaitu *psychological distress* sehingga perlu dianalisis lebih dalam pada penelitian ini mengenai dukungan sosial. Selain itu, dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mengatasi *psychological distress* terutama yang disebabkan oleh terpaan media.

2.2.4 Psychological Distress

Psychological distress atau tekanan psikologis secara luas digunakan sebagai indikator *psychological distress* populasi dalam kesehatan masyarakat, dalam survei populasi dan dalam studi epidemiologi dan, sebagai hasilnya, dalam uji klinis dan studi intervensi. Fenomena ini juga didefinisikan sebagai keadaan penderitaan emosional yang ditandai dengan gejala depresi (kehilangan minat, kesedihan, dan keputusasaan) dan kecemasan (kegelisahan dan perasaan tegang). Tekanan psikologis dapat

menimbulkan berbagai gejala somatik, seperti insomnia, sakit kepala, dan kekurangan energi, di mana gejala-gejala tersebut cenderung bervariasi berdasarkan latar belakang seseorang. Suatu kondisi dapat dikatakan mengalami tekanan psikologis ketika paparan peristiwa stres mengancam kesehatan fisik atau mental, ketidakmampuan untuk mengatasi stres secara efektif dan gejala emosional (Drapeau, Marchand, & Beaulieu-Prévost, 2012).

Menurut Mirowsky & Ross, *psychological distress* merupakan keadaan subjektif yang tidak menyenangkan dan dibutuhkan dua bentuk utama. Depresi merupakan perasaan sedih, kesepian, putus asa atau tidak berharga, berharap untuk mati, kesulitan tidur, menangis, merasa segala sesuatu sebuah usaha dan tidak mampu untuk pergi. Sedangkan kecemasan adalah menjadi tegang, gelisah, cemas, mudah tersinggung dan merasakan ketakutan. Depresi dan kecemasan telah mengambil dua bentuk yaitu mood dan malaise atau perasaan lelah dan tidak nyaman. (Mirowsky & Ross, 2003)

Psychological distress menjadi masalah kesehatan yang umum di masyarakat yaitu di mana terdapat keadaan penderitaan emosional yang ditandai dengan gejala depresi dan kecemasan. Hal ini ditandai oleh psikofisiologis dan perilaku gejala seperti cemas, reaksi depresi, lekas marah, penurunan kapasitas intelektual, kelelahan, kantuk yang berlebih, ketidakhadiran dalam bekerja dan sebagainya. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pekerjaan, tuntutan yang tinggi, rendahnya dukungan dari lingkungan dapat menyebabkan *psychological distress*. (Marchand, Demers, & Durand, 2005)

Pandemi COVID-19 memberikan dampak psikologis pada seseorang. Penelitian pada tahun 2020 di China ditemukan adanya komponen dari *psychological distress* yang berkaitan dengan COVID-19, sehingga dapat

dikatakan bahwa COVID-19 dapat menyebabkan *psychological distress* pada seseorang. Komponen-komponen dari *psychological distress* adalah kecemasan bahkan sampai depresi, perubahan kognitif, perilaku kompulsif dan tidak berlakunya fungsi sosial (Qiu, 2020). Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi adalah media massa yang dapat menyebabkan salah satu komponen yaitu kecemasan yang berdampak hingga depresi.

Konsep *psychological distress* berkaitan erat untuk mengetahui bagaimana terpaan berita berpotensi mengganggu kesehatan manusia. Salah satu contoh dampak yang dapat ditimbulkan adalah depresi dan kecemasan (Mirowsky & Ross, 2003). Tekanan yang ditimbulkan dari berita-berita COVID-19 dan dampaknya terhadap kehidupan manusia dari segi kesehatan, ekonomi, dan pendidikan dapat mengganggu aktivitas manusia, terutama Generasi Z DKI Jakarta. Hal ini relevan dengan penelitian yang akan dilakukan, karena terkait dengan variabel bebas. *Psychological distress* menjadi variabel terikat yang dipengaruhi oleh variabel bebas yang lain.

Konsep ini relevan dengan situasi saat ini, banyaknya pengguna media massa yang terdampak terpaan media COVID-19 dapat mengalami *psychological distress* karena tidak adanya dukungan sosial pula.

2.3 Hipotesis Teoritis

H₁ : Terpaan berita *online* COVID-19 mempengaruhi *psychological distress* pada Generasi Z DKI Jakarta.

H₂ : Dukungan sosial mempengaruhi *psychological distress* pada Generasi Z DKI Jakarta.

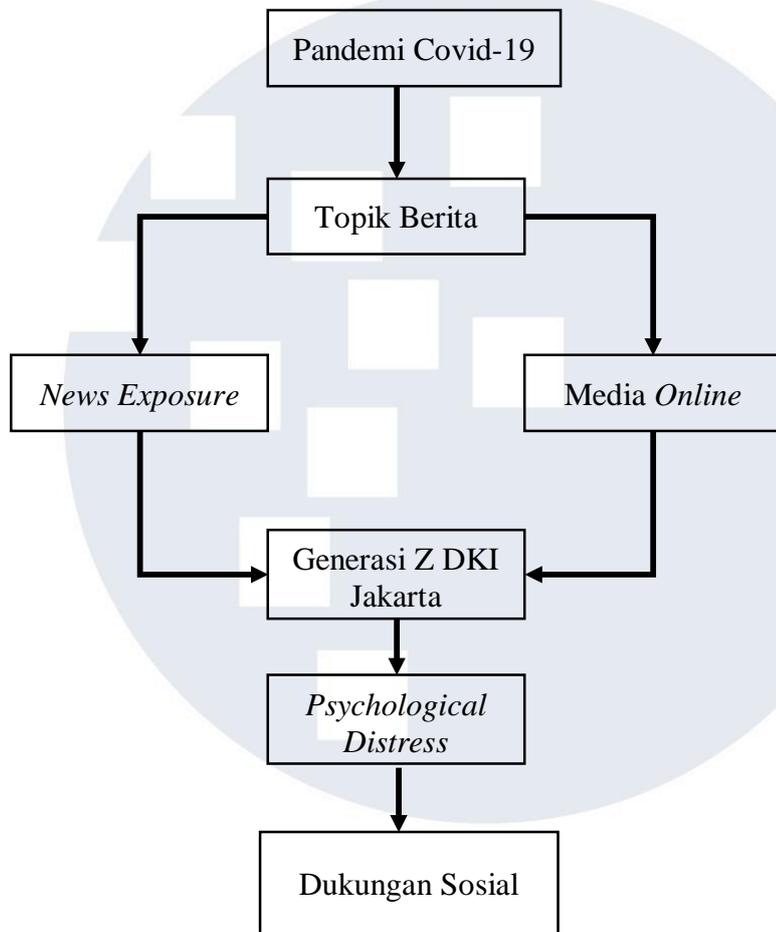
H₃ : Terpaan berita *online* COVID-19 dan dukungan sosial mempengaruhi *psychological distress* pada Generasi Z DKI Jakarta.

2.4 Alur Penelitian

Pada penyusunan penelitian kuantitatif, terdapat alur penelitian yang dapat membantu kelancaran riset. Alur tersebut diawali dengan pencarian topik dengan latar belakangnya untuk menghasilkan rumusan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, dan kegunaan penelitian. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti dapat menggunakan teori dan konsep yang relevan untuk menghasilkan analisis yang mendalam dan menjawab rumusan masalah. Selanjutnya adalah penentuan metode penelitian sebagai pedoman dalam pengumpulan dan analisis data. Untuk memperoleh data, peneliti melakukan survei kepada responden yang telah ditentukan sesuai dengan topik penelitian. Kemudian, dilakukan analisis data untuk menghasilkan pembahasan yang mendalam guna mencapai kesimpulan dalam penelitian.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA



Bagan 2.1 Bagan Alur Penelitian