

Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas Remaja

The Influence of Social Media on Adolescent Self-Perception and Identity Formation

Andi Riola Pasenrigading¹, Haerani Nur², Muhammad Daud³

¹²³Program Magister Pascasarjana Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar

ARTICLE INFO

Article history:

Received March 27, 2025

Revised April 09, 2025

Accepted April 15, 2025

Available online April 16, 2025

Keywords:

media sosial, persepsi diri, pembentukan identitas, remaja

Keywords:

social media, self-perception, identity formation, adolescents



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas remaja melalui metode literature review. Sebanyak 30 jurnal ilmiah nasional dan internasional yang diterbitkan dalam kurun waktu 2015–2025 dianalisis secara sistematis untuk mengidentifikasi pola, temuan, dan kesimpulan terkait fenomena tersebut. Hasil kajian menunjukkan bahwa media sosial berperan besar dalam membentuk persepsi diri remaja melalui proses perbandingan sosial, pencarian validasi eksternal, serta kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan standar estetika dan norma sosial yang dibentuk di ruang digital. Selain itu, media sosial menjadi wadah eksplorasi identitas diri, namun juga dapat memicu kebingungan identitas akibat tekanan sosial dan ekspektasi yang tidak realistis. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan media sosial secara intensif berpotensi membawa dampak positif maupun negatif tergantung pada tingkat literasi digital dan dukungan lingkungan sosial remaja. Kajian ini merekomendasikan pentingnya pendidikan media dan peran aktif orang tua serta lembaga pendidikan dalam membimbing remaja

mengelola identitas diri secara sehat di era digital.

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of social media on self-perception and identity formation of adolescents through the literature review method. A total of 30 national and international scientific journals published in the period 2015–2025 were systematically analyzed to identify patterns, findings, and conclusions related to the phenomenon. The results of the study indicate that social media plays a major role in shaping adolescents' self-perception through the process of social comparison, seeking external validation, and the need to conform to aesthetic standards and social norms formed in the digital space. In addition, social media is a place for exploring self-identity, but it can also trigger identity confusion due to social pressure and unrealistic expectations. These findings emphasize that intensive use of social media has the potential to have positive or negative impacts depending on the level of digital literacy and support from the adolescent's social environment. This study recommends the importance of media education and the active role of parents and educational institutions in guiding adolescents to manage their self-identity in a healthy way in the digital era.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) dalam beberapa dekade terakhir telah membawa perubahan besar dalam cara manusia berinteraksi dan berkomunikasi. Internet, sebagai produk utama dari kemajuan TIK, kini menjadi sarana komunikasi yang paling dominan dan mudah diakses oleh berbagai kalangan, termasuk remaja. Perubahan ini turut menggeser pola komunikasi konvensional menjadi sistem komunikasi modern yang berbasis digital. Salah satu bentuk paling nyata dari perkembangan ini adalah hadirnya media sosial yang telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari masyarakat, terutama generasi muda (Lailayah, 2016).

Media sosial memungkinkan individu untuk berpartisipasi, berinteraksi, serta berbagi informasi dan pengalaman secara instan melalui platform digital. Media seperti blog, jejaring sosial, wiki, dan forum menjadi tempat di mana pengguna tidak hanya menerima informasi, tetapi juga aktif menciptakan dan menyebarkannya. Fenomena ini memberikan banyak manfaat, seperti kemudahan berkomunikasi dan akses informasi yang cepat. Namun, di sisi lain, media sosial juga membawa berbagai tantangan, terutama dalam aspek psikologis dan sosial, seperti perubahan dalam cara individu memandang dirinya sendiri dan bagaimana mereka membentuk identitas di dunia maya (Assidiq, Alfarhani, Nandika., & Amirullah, 2023).

*Corresponding author

Email : andiriolapasenrigading26@gmail.com, haerani.nur@unm.ac.id, m.daud@unm.ac.id

Masa remaja awal, yang mencakup rentang usia 12 hingga 15 tahun, merupakan periode krusial dalam proses pembentukan identitas diri seseorang. Menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson (1968), remaja berada pada tahap krisis identitas (*identity vs. role confusion*), di mana individu mulai mencari jati diri dan peran sosialnya di tengah masyarakat. Dalam konteks ini, media sosial menjadi salah satu ruang yang sering dimanfaatkan remaja untuk mengeksplorasi identitas melalui interaksi sosial, pencitraan diri, dan paparan terhadap beragam konten daring. Fenomena ini semakin relevan mengingat tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan remaja Indonesia (Wulansari, Afcarina, Zahrafani, & Afifah, 2024).

Remaja sebagai kelompok usia yang sedang dalam proses pencarian jati diri menjadi pengguna aktif media sosial yang paling rentan terhadap dampaknya. Mereka sering kali menggunakan media sosial sebagai sarana untuk membentuk citra diri, mendapatkan validasi sosial, serta membandingkan kehidupan mereka dengan orang lain. Proses ini dapat memengaruhi persepsi diri, menurunkan kepercayaan diri, dan bahkan memicu perasaan tidak puas terhadap diri sendiri. Selain itu, media sosial juga berperan dalam menciptakan lingkungan sosial yang semu, di mana identitas yang ditampilkan belum tentu mencerminkan realitas yang sebenarnya (Wulansari, Afcarina, Zahrafani, & Afifah, 2024).

Media sosial, yang tidak memiliki batasan usia dalam penggunaannya, memperlihatkan kecenderungan remaja untuk mengakses berbagai konten yang kadang tidak sesuai dengan tahap perkembangan psikologis mereka. Remaja termasuk kelompok pengguna internet terbesar dan eksposur terhadap konten media sosial, baik yang bersifat membangun maupun merusak, dapat memengaruhi cara mereka memandang diri sendiri, membentuk konsep diri, dan beradaptasi dengan lingkungan sosial. Kehadiran media sosial juga mengaburkan batas antara ranah privat dan publik remaja, di mana mereka cenderung membagikan aktivitas pribadi di akun media sosial yang mereka miliki.

Dalam praktiknya, media sosial dipandang sebagai sarana ideal bagi remaja untuk bereksperimen dengan identitas diri. Proses konstruksi identitas kerap dilakukan melalui unggahan foto dan video yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, lingkungan pertemanan, keluarga, tokoh idola, serta preferensi hiburan dan aktivitas tertentu. Namun, kondisi psikologis remaja yang masih labil dan emosional membuat mereka rentan dalam menafsirkan informasi yang diperoleh di media sosial secara keliru (Regita, Luthfiyyah, & Marsuki, 2024).

Bagi remaja, media sosial bukan hanya alat komunikasi, tetapi juga menjadi medium untuk mengenali dan mengekspresikan identitas diri. Interaksi di dunia maya yang lebih fleksibel dan minim tekanan dibandingkan interaksi tatap muka, memberikan ruang bagi remaja untuk mengeksplorasi berbagai karakter yang sesuai dengan situasi dan kebutuhan mereka. Hal ini sejalan dengan karakteristik masa remaja sebagai masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, di mana mereka belum sepenuhnya diterima sebagai orang dewasa namun juga tidak lagi dianggap sebagai anak-anak. Oleh karena itu, fase ini kerap disebut sebagai masa pencarian jati diri. Situasi ini menjadikan media sosial sebagai salah satu sarana penting dalam proses pencarian identitas remaja. Pengalaman ini dapat berdampak positif maupun negatif tergantung pada cara remaja merespons dan memaknai konten yang mereka konsumsi (Regita, Luthfiyyah, & Marsuki, 2024).

Berdasarkan fenomena tersebut, penting untuk mengkaji secara lebih dalam bagaimana media sosial memengaruhi persepsi diri dan pembentukan identitas remaja. Kajian ini bertujuan untuk memahami berbagai dampak psikologis dan sosial dari penggunaan media sosial terhadap remaja, serta memberikan rekomendasi mengenai bagaimana penggunaan media sosial yang sehat dapat dibentuk melalui pendidikan digital dan dukungan dari lingkungan sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *literature review* (tinjauan pustaka) sebagai teknik pengumpulan dan analisis data. Metode *literature review* bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis berbagai hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas remaja. Teknik ini dipilih karena dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai tren, temuan, dan kesenjangan penelitian dalam bidang tersebut.

Sumber data dalam penelitian ini berupa 30 artikel ilmiah yang diperoleh dari jurnal nasional bereputasi, baik yang bersifat *open access* maupun terindeks di basis data seperti *Google Scholar*. Kriteria inklusi artikel yang digunakan antara lain: diterbitkan dalam kurun waktu 2015–2025, membahas topik tentang media sosial, persepsi diri, dan identitas remaja, menggunakan metode penelitian yang relevan, dan ditulis dalam bahasa Indonesia.

Proses *literature review* dilakukan dalam beberapa tahap. Pertama, dilakukan identifikasi dan seleksi artikel berdasarkan judul, abstrak, dan kata kunci yang sesuai dengan topik penelitian. Kedua, dilakukan evaluasi kritis terhadap isi artikel untuk mengetahui kualitas dan relevansi isinya. Ketiga, hasil-

hasil temuan dari masing-masing artikel dianalisis dan dibandingkan untuk menemukan pola-pola tematik yang berulang, serta untuk mengidentifikasi hubungan antara penggunaan media sosial dan aspek psikososial remaja. Tahap terakhir adalah sintesis data yang dituangkan dalam bentuk narasi deskriptif yang sistematis dan logis.

Melalui metode ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai bagaimana media sosial memengaruhi proses pembentukan identitas dan persepsi diri remaja, serta memberikan landasan teoretis untuk penelitian lebih lanjut di bidang yang sama. Berikut merupakan hasil penelitian terdahulu sebanyak 30 artikel penelitian.

Tabel 1. Hasil penelitian terdahulu penelitian

No.	Nama Penulis, Tahun, Jurnal/Prosiding	Judul	Metode	Hasil Penelitian
1.	Simanjuntak, T., Situmorang, Y., Harianja, T, Dini Wati Lumban Gaol, D.W.L., Hutahae, r. (2025). Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora	Pengaruh Media Sosial Terhadap Identitas Remaja	Kualitatif, <i>library research</i>	Dampak positif dari media sosial adalah memudahkan kita untuk berinteraksi dengan banyak orang, memperluas pergaulan, jarak dan waktu bukan lagi masalah, lebih mudah dalam mengekspresikan diri, penyebaran informasi dapat berlangsung secara cepat, biaya lebih murah. Sedangkan dampak negatif dari media sosial adalah menjauhkan orang-orang yang sudah dekat dan sebaliknya, interaksi secara tatap muka cenderung menurun, membuat orang-orang menjadi kecanduan terhadap internet, menimbulkan konflik, masalah privasi, rentan terhadap pengaruh buruk orang lain.
2.	Himawan, A., & Wahyudi, A. (2023). Al Muntada, <i>journal of religion and islamic education</i>	Dampak Media Sosial Pada Identitas Keagamaan Remaja Muslim	Kualitatif, pendekatan studi pustaka	Dampak Positif Instagram, Facebook, dan <i>Twitter</i> : Platform ini dapat membantu remaja Muslim untuk terhubung dengan komunitas keagamaan mereka, berbagi pengalaman, dan mendapatkan dukungan dari orang-orang yang memiliki nilai-nilai serupa. Sedangkan, <i>WhatsApp</i> dan Telegram: Grup chat di platform ini dapat menjadi sarana untuk berdiskusi, berbagi informasi keagamaan, dan memperkuat ikatan keagamaan. Dan TikTok: Konten pendek di TikTok dapat menjadi sumber edukasi yang menyenangkan mengenai nilai-nilai keagamaan dan praktik-praktik keagamaan. Dampak Negatif semua media sosial ketika digunakan secara berlebihan, semua platform

				ini dapat menyebabkan ketergantungan yang berdampak negatif pada waktu yang seharusnya dihabiskan untuk aktivitas keagamaan atau kegiatan positif lainnya.
3.	Lubis, N., Sazali, H., Dianto, I., Rafiq, M., & Fikri, S. (2023). Interaksi Peradaban: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam	Media Sosial Instagram Sebagai Sarana Pengembangan Identitas Politik Perempuan	Metode penelitian kualitatif deskriptif.	Peneliti menyimpulkan bahwa konten yang diunggah tidak hanya mencakup aktivitas politik dan profesi, tetapi juga aspek kehidupan pribadi, termasuk momen bersama keluarga. Politisi perempuan tidak hanya menonjolkan sisi politik dan profesional, tetapi juga berusaha memperlihatkan kehidupan pribadi mereka di Instagram. Temuan ini menggambarkan peran politisi perempuan dalam menghadapi stereotip gender.
4.	Putri, M., Fitri, W., & Elvina, S.N. (2023). Komunikasi dan Penyiaran Islam	Pengaruh Media Sosial Terhadap Identitas Diri Remaja	Kualitatif.	Berdasarkan hasil penelitian bahwa media sosial mempengaruhi identitas diri remaja di Nagari Ganggo Mudiak Kecamatan Bonjol Kabupaten Pasaman. Hal tersebut dibuktikan dengan sebagian besar remaja menggunakan beberapa jenis media sosial secara bersamaan, sebesar 42,7% remaja lebih sering menggunakan facebook, youtube, whatsapp, dan instagram dibandingkan LINE dan twitter.
5.	Assidiq, E.F.R., Alfarhani, M.F.U., Nandika, D., & Amirullah, M. F. (2023). Sosial dan Teknologi (SOSTECH)	Analisis Peran Media Sosial Dalam Membentuk Identitas Nasional Generasi Milenial di Indonesia	Kualitatif, survei, dan metode wawancara	Media sosial memiliki peran yang kompleks dalam membentuk identitas nasional generasi milenial di Indonesia. Meskipun memiliki dampak positif seperti memperluas akses informasi, memperkuat rasa kebanggaan, dan mendorong partisipasi politik, penggunaan yang tidak bijaksana dapat membawa dampak negatif seperti polarisasi dan kesalahpahaman.
6.	Wulansari, Y. D., Afcarina, J.S., Zahrafani, S, A, W., & Afifah, W. (2024). Akademik:	Pengaruh Media Sosial Terhadap Konstruksi Identitas Mahasiswa	Kualitatif, pendekatan fenomenologi	Media sosial memiliki peran yang signifikan dalam membangun personal branding atau citra diri seseorang. dampaknya dapat bervariasi, ada yang positif

	Jurnal Mahasiswa Humanis	Universitas Jember		dan juga negatif. Mulai dari meningkatkan kepercayaan diri hingga menimbulkan tekanan sosial dan perbandingan yang tidak sehat. penting bagi setiap individu untuk menggunakan media sosial secara bijak dan seimbang, guna memaksimalkan manfaatnya dalam membangun citra diri yang positif dan sehat di dunia digital saat ini.
7.	Lailayah, N. (2016). Ilmu Sosial	Presentasi Diri Netizen dalam Konstruksi Identitas di Media Sosial dan Kehidupan Nyata	Kualitatif, pendekatan fenomenologi, dan wawancara	Dalam menggunakan media sosial, para informan juga melakukan manajemen kesan. Manajemen kesan dilakukan dengan membedakan antara public self dengan individual self. Public self adalah diri publik yang bisa ditampilkan di media sosial. Berisi terutama hal positif dari informan yang ingin ditampilkan dalam media sosial. Tampilan positif tersebut diharapkan dapat membentuk citra positif dan selanjutnya menjadi identitas.
8.	Zakirah, D. M. A. (2020). Jurnal Kopis: Kajian Penelitian dan Pemikiran Komunikasi Penyiaran Islam	Media Sosial Sebagai Sarana Membentuk Identitas Diri Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya	Kualitatif	Dengan adanya internet, yang disusul munculnya beberapa media sosial yang kini banyak di gunakan oleh pengguna internet lainnya. Yaitu instagram, instagram kini menjadi media sosial yang banyak di gandrungi oleh pengguna internet lainnya. Selain dapat membagikan foto dan video, instagram juga menyajikan wadah untuk membantu citra diri di media sosial instagram. Mahasiswa dan mahasiswi Universitas Airlangga sebelum membagikan sebuah foto atau video, selalu menyematkan editan dalam foto atau video tersebut.
9.	Regita, E., Luthfiyyah, N., & Marsuki, N. R. (2024). Jurnal Kajian dan Penelitian Umum	Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas	Kualitatif	Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas adalah fenomena kompleks dengan dampak positif dan negatif. Media sosial dapat menjadi alat yang kuat untuk mengekspresikan diri dan membangun identitas, namun juga dapat memicu tekanan

				sosial, perbandingan negatif, dan masalah kesehatan mental. Paparan konten yang disunting, filter bubble, dan tekanan untuk memenuhi norma-norma tertentu dapat memengaruhi cara individu melihat diri mereka sendiri.
10.	Nugraeni, A. (2024). Jurnal Lancar: Jurnal Inovasi dan Tren	Peran Media Sosial dalam Pembentukan Identitas Sosial Anak Muda	Kualitatif, <i>review of literature</i> .	Media sosial memungkinkan anak muda untuk terpapar pada berbagai perspektif dan diversitas. Ini dapat membantu mereka membentuk identitas yang lebih inklusif dan toleran terhadap perbedaan budaya, agama, dan latar belakang lainnya. Sementara media sosial dapat memberikan banyak manfaat, juga ada risiko pengaruh negatif. Konten yang merugikan atau tekanan untuk memenuhi standar yang tidak realistis dapat membawa dampak buruk pada pembentukan identitas anak muda.
11.	Shidique, N. A., Akbar, N. F., & Faristiana, A, R. (2023). Jurnal Simpat: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Bahasa	Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja	Kualitatif, studi literatur.	Instagram memiliki dampak positif dan negatif. Efek positif dari penggunaan Instagram telah mempengaruhi perubahan sosial menjadi lebih baik, namun efek negatifnya menyebabkan perubahan sosial di masyarakat yang menghilangkan nilai-nilai atau norma norma masyarakat. Instagram memiliki dampak besar pada perubahan sosial di masyarakat. Instagram memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perubahan sosial di masyarakat, termasuk komunikasi dan keterhubungan, pengaruh visual dan standar kecantikan, peningkatan pencitraan diri dan personal branding, pengaruh pasar konsumsi, aktivisme dan kesadaran sosial.
12.	Roli, T. A. (2017). Jurnal Komunika	Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam	Kualitatif, analisis fenomenologi dari Von Eckartsberg	Para remaja cukup terbuka di media sosial dalam menunjukkan identitas mereka. Hal ini ditunjukkan dengan keterbukaan diri mereka melalui keinginan

		Membentuk Identitas		mereka untuk eksis dengan mengupload kegiatan yang sedang mereka lakukan (baik melalui foto ataupun status) dan mengungkapkan permasalahan pribadi di media sosial, dalam bentuk tersirat.
13.	Ayun, P. Q. (2015). Jurnal Channel	Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas	Kualitatif, analisis fenomenologi.	Orientasi individu karena merasa terikat dengan teman-temannya, sesuai dengan asumsi dari teori ekolodi media. West & Turner (2007), menyatakan bahwa media mempengaruhi perbuatan dan tindakan dalam suatu masyarakat, serta media mengikat dunia bersama-sama. Nilai-nilai individu yang ditampilkan dalam media sosial ini cukup beragam. Ketiga informan mengakui senang men-share segala kegiatan yang sedang mereka lakukan melalui path dikarenakan fitur dalam media sosial ini memungkinkan untuk meng-update kegiatan mereka.
14.	Sakti, B. C., & Yulianto, M. (2018). Ilmu Komunikasi	Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja	Kualitatif, deskriptif	Dari hasil <i>indepth interview</i> bahwa Instagram dengan segala fitur dan fasilitas yang dimiliki, dimanfaatkan oleh remaja sebagai media untuk mencari jati dirinya. Dalam membentuk identitas diri, remaja sangat dipengaruhi oleh pengalaman dan motivasi yang dimiliki oleh setiap individu. Dan masing masing individu memiliki pengalaman serta motivasi yang berbeda. Pengalaman itu sendiri timbul dari berbagai
15.	Mutiah, T. (2017). Jurnal Komunikasi	Fenomena Hijabers Kontemporer Menggunakan Media Sosial Instagram dalam Membentuk Identitas	Kualitatif, analisis fenomenologi	<i>Self Constructuals</i> (penyingkapan diri atau ekspresi diri), dalam mengekspresikan diri terhadap hal yang disenangi di media sosial instagram, informan memiliki cara ekspresi diri yang berbeda-beda.
16.	Rahma, R. D., Prasojo, N. J., Baya, A. M., Dira, M. A., Ningsih, N. W., & Gozali, I. (2024).	Media Sosial Terhadap Konstruksi Identitas Nasional dan Kesadaran Kewarganegaraan	Kualitatif, <i>case studies</i>	Media sosial mempengaruhi pembentukan Identitas Kewarganegaraan berdasarkan nilai-nilai Pancasila, khususnya di kalangan remaja. Dampak

	Jurnal Pengabdian Masyarakat			media sosial terhadap kesadaran kewarganegaraan, yaitu Pemahaman dan partisipasi warga negara dalam kehidupan politik dan sosial. Identitas nasional adalah suatu konsep yang menggambarkan kesadaran kolektif suatu kelompok atau bangsa yang menganggap dirinya sebagai bagian dari kesatuan bangsa. Penciptaan identitas nasional merupakan proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor sejarah, budaya, sosial, politik dan ekonomi.
17.	Seo, M. R., & Lao, H. A. E. (2025). Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi	Pengaruh Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Remaja Awal	Kuantitatif, eksperimen, <i>expost facto</i> .	Media Sosial bukan faktor dominan dalam pembentukan identitas remaja awal. Meskipun media sosial menyediakan ruang untuk lebih bersifat pelengkap dibandingkan faktor utama.
18	Pramesti, W., & Mesra, R. (2024). <i>Etic (Educational and Sosial Science Journal)</i>	Transformasi Identitas Sosial Era Digital Analisis Interaksi Manusia Dalam Pengaruh Media Sosial di Lingkungan TB Samson Kabupaten Seputih Agung, Lampung Tengah	Kualitatif, observasi, dan wawancara	Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa transformasi identitas sosial di era digital sangat dipengaruhi oleh interaksi manusia dalam pengaruh media sosial. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk memiliki kesadaran yang lebih baik tentang penggunaan media sosial secara bijaksana untuk menjaga identitas sosial yang sehat dan positif.
19.	Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). <i>Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal</i> , 4(1), 49-58.	Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja.	Kualitatif	Teknologi di era teknologi yang canggih ini, masyarakat tidak lagi hanya berinteraksi dengan orang lain secara langsung, tetapi juga masyarakat bisa berinteraksi secara tidak langsung, yaitu dengan hadirnya teknologi media sosial. Media sosial merupakan media internet yang memberikan kemudahan pada penggunanya untuk berinteraksi dengan orang lain dan membentuk sebuah ikatan dengan orang lain secara online atau secara virtual.
20.	Prasetia, A. R. (2019). <i>Conference on Communication and New Media Studies</i>	Pengaruh Politik Identitas Melalui Media Sosial Terhadap Generasi Milenial	Kualitatif, deskriptif	Upaya penanganan eksploitasi politik identitas, termasuk melalui media sosial, perlu dilaksanakan secara masif, sistematis, dan komprehensif,

		dan Pelaksanaan Pemilu		dengan pelibatan semua pelaksana Pemilu, aparat penegak hukum, serta institusi/lembaga terkait lain.
21.	Marwan, M. R. (2023). Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan	Analisis Dampak New Media dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja	Kualitatif	Dapat disimpulkan bahwa interaksi yang ada di media sosial yang dilakukan para remaja dapat menjadi ide atau pemikiran yang disepakati dan kemudian dapat mengubah perilaku diri.
22.	Rope, D. (2022). Jurnal Kala Nea	Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif	Kuantitatif	Media sosial memiliki kecenderungan tidak signifikan terhadap terjadinya krisis identitas remaja tetapi media sosial tetap memiliki hubungan terhadap terjadinya krisis identitas apabila penggunaan media sosial tidak dapat di kontrol dengan baik dan benar.
23.	Sitinjak, Y. (2023). Innovative: Journal of Social Science Research	Pembentukan Identitas Individu Dalam Budaya Digital (Studi Kualitatif Tentang Identitas Gender di Media Sosial)	Kualitatif	Hasil penelitian ini memiliki implikasi yang signifikan untuk psikolog, pendidik, dan pembuat kebijakan tentang bagaimana mendukung individu dalam membentuk dan mengekspresikan identitas gender mereka dalam budaya digital. Penelitian ini juga memiliki implikasi untuk penelitian lebih lanjut tentang identitas gender dan budaya digital.
24.	Situmorang, W. E., & Hayati, R. (2023). Jurnal Sosiologi Nusantara	Media Sosial Instagram Sebagai Bentuk Validasi dan Representasi Diri	Deskriptif kualitatif, metode wawancara dan penyebaran kuesioner	Media sosial instagram kerap kali dijadikan sebagai tempat merepresentasikan diri melalui bentuk foto diri yang mereka tampilkan pada instagramnya.
25.	Suri, I., & Perkasa, A. W. A. P. (2023). Innovative: Journal of Social Science Research	Media Sosial dan Citra Diri: Peran Akun Kedua dalam Melindungi Identitas dan Privasi Anak serta Remaja	Kualitatif deskriptif	Hasil penelitian menyimpulkan bahwa terdapat kompleksitas hubungan antara penggunaan media sosial, citra diri, dan ancaman viktimisasi di kalangan anak dan remaja.
26.	Soliha, S. F. (2015). Jurnal Interaksi	Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial	Deskriptif kuantitatif	Berdasarkan temuan hasil penelitian, khususnya para orangtua dapat memberikan dukungan sosial yang optimal kepada anak-anak di rumah maupun lingkungan sekitar, sebagai upaya menghindari perasaan rasa cemas kepada anak di lingkungan luar. Agar anak tumbuh dengan pribadi yang merasa diperhatikan

				oleh orang-orang terdekat, dihargai dan dicintai. Jika dukungan sosial di lingkungan sekitarnya terpenuhi, maka kecenderungan untuk terkena efek kecanduan dapat diminimalisir.
27.	Sonia., Rahmadani, S., & Saputra, H. (2024). JISA: Jurnal Ilmiah Sosiologi Agama	Penggunaan Media Sosial Instagram Dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja di Kecamatan Palmatak Kabupaten Kepulauan Anambas	Kualitatif, observasi dan wawancara	Dalam media sosial Instagram terjadi interaksi antar penggunaannya secara non-verbal. Kemudian makna muncul dari interaksi di Instagram. Dengan berbagai fitur dalam bentuk foto, video, Instastory, video siaran langsung, komentar, likes, dan pesan pribadi. Hal-hal tersebut dimaknai oleh para pengguna Instagram terutama para informan sebagai bentuk interaksi dengan pengguna lain. Adanya interaksi inilah yang dimaknai informan sebagai bentuk simpati, perhatian, dan ketertarikan dari para followersnya terhadap apa yang telah diunggah. Melihat sebagai remaja yang masih dalam tahap pencarian jati diri akan mengaggap interaksi seperti ini menjadi suatu bentuk penerimaan masyarakat terhadap dirinya.
28.	Nadhila, A. A., Ni'mah, S. K., Jasmine, Z. F., Firdatama, A. A., & Sufanniyah, A. (2022). Blantika: Multidisciplinary Journal	Analisis Pengaruh Media Sosial Terhadap Mindset Pengguna Hijab Sebagai Identitas Diri Atau Fenomena Sosial di Kalangan Mahasiswa Universitas Tidar	Kulitatif analisis deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan mahasiswi Universitas Tidar mengakui bahwa penggunaan hijab itu penting sebagai identitas diri seorang muslimah, dan media sosial merupakan faktor yang mampu membawa pengaruh dalam perkembangan fashion hijab mahasiswi, untuk menjadi lebih stylish, cantik dan tidak ketinggalan jaman, serta perkembangan fashion hijab mampu memotivasi orang lain dalam menggunakan hijab.
29.	Putri, E. (2016). Jurnal Pemikiran Sosiologi	Foto Diri, Representasi Identitas dan Masyarakat Tontonan di Media Sosial Instagram	Kualitatif	Melalui studi etnografi visual, artikel ini menjelaskan bagaimana foto diri merupakan realitas sosial, namun disatu sisi ia memiliki simbol-simbol berwujud visual yang mampu membentuk representasi seperti apa yang ingin kita

				sampaikan. Dalam hal ini menjadi suatu 'representasi identitas' yang direproduksi melalui Instagram yang memediasi ruang bagi 'the spectacle society' masyarakat tontonan.
30.	Zai, I. T. C., & Zebua, A. N. (2024). Identik: Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan dan Teknik	Peran Media Sosial dalam Mempengaruhi Identitas Sosial Remaja di Era Digital	Kualitatif	Konten yang merugikan atau tekanan untuk memenuhi standar yang tidak realistis dapat memberikan dampak negatif terhadap pembentukan identitas diri anak muda. Dalam hal ini, peran media sosial dalam perkembangan identitas remaja sangat dipengaruhi oleh pendidikan digital yang baik. Anak muda perlu mendapatkan pemahaman yang tepat tentang cara menggunakan media sosial dengan bijak, kritis, dan bertanggung jawab. Meskipun media sosial dapat memberikan manfaat dalam proses pembentukan identitas, anak muda tetap perlu menjaga hubungan sosial secara langsung. Interaksi tatap muka dengan teman, keluarga, dan masyarakat tetap menjadi aspek penting dalam perkembangan identitas sosial yang seimbang.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil telaah terhadap 30 publikasi yang dianalisis, ditemukan beberapa tema kunci yang menggambarkan sisi positif dan negatif dari penggunaan media sosial dalam kaitannya dengan persepsi diri dan pembentukan identitas pada remaja.

Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas remaja merupakan isu yang kompleks dan multidimensional, di mana hasil yang muncul sangat bergantung pada konteks sosial serta karakteristik individu yang terlibat. Dari sisi positif, media sosial dapat memberikan kontribusi terhadap penguatan identitas serta pemberdayaan individu. Platform digital ini membuka ruang bagi remaja untuk menyuarakan pandangan, minat, dan nilai-nilai yang mereka anut, yang pada akhirnya dapat memperkuat rasa percaya diri dan kemandirian mereka (Regita, Luthfiyyah., & Marsuki, 2024)

Meski demikian, dampak negatif juga tidak bisa diabaikan. Media sosial kerap menampilkan standar kecantikan, gaya hidup, serta pencapaian tertentu yang dapat menimbulkan tekanan psikologis, khususnya dalam hal penampilan fisik (*body image*) dan harga diri (*self-esteem*). Paparan konten yang tidak realistis sering kali membuat remaja membandingkan diri mereka dengan orang lain, sehingga muncul perasaan kurang percaya diri atau iri hati. Media sosial telah mengaburkan batas antara ruang privat dan publik di kalangan remaja, di mana mereka merasa terdorong untuk membagikan berbagai aspek kehidupan, baik yang bersifat personal maupun umum, sebagai bagian dari upaya membentuk identitas diri di dunia digital (Regita, Luthfiyyah., & Marsuki, 2024).

Instagram, sebagai salah satu platform media sosial yang paling banyak digunakan, menunjukkan bahwa remaja aktif dalam membagikan foto, video, dan curahan perasaan mereka sebagai bagian dari pencitraan diri. Berdasarkan data Cuponation (2019), Indonesia menempati peringkat keempat dunia dalam jumlah pengguna Instagram, dengan dominasi usia pengguna antara 18 hingga 24 tahun. Kegiatan

berbagi konten tersebut menjadi bagian dari proses remaja dalam membangun konsep diri, yang mencerminkan cara pandang dan penilaian mereka terhadap diri sendiri, serta bagaimana identitas mereka dilihat oleh orang lain (Regita, Luthfiyyah., & Marsuki, 2024)

Interaksi sosial yang terjadi melalui media sosial sangat bergantung pada cara pengguna memanfaatkannya. Dalam beberapa kasus, penggunaan media sosial secara berlebihan dapat mengganggu kemampuan komunikasi langsung dan menurunkan kepercayaan diri. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan sebagian remaja untuk lebih nyaman mengekspresikan diri secara digital daripada secara tatap muka, terutama bagi mereka yang memiliki kepercayaan diri rendah (Regita, Luthfiyyah., & Marsuki, 2024).

Lebih lanjut, media sosial berkontribusi terhadap konstruksi identitas digital, yang tidak selalu sejalan dengan identitas individu di dunia nyata. Ketidakmampuan dalam membedakan antara identitas daring dan luring dapat menimbulkan risiko identitas ganda. Fenomena ini memperlihatkan bagaimana media sosial memengaruhi persepsi diri secara signifikan dan membentuk identitas remaja dengan cara yang tidak selalu konsisten (Regita, Luthfiyyah., & Marsuki, 2024).

Terdapat beberapa aspek utama dari pengaruh media sosial terhadap remaja, yaitu (Regita, Luthfiyyah., & Marsuki, 2024).

1. **Paparan dan Perbandingan Sosial**
Media sosial sering menampilkan konten yang telah disunting, sehingga memicu perbandingan sosial yang tidak sehat dan menciptakan perasaan tidak memadai.
2. **Konsep Diri dan Identitas**
Platform ini memungkinkan remaja untuk mengekspresikan minat dan nilai-nilai mereka, tetapi juga menimbulkan tekanan sosial agar sesuai dengan norma yang ada.
3. **Interaksi dan Dukungan Sosial**
Media sosial dapat menjadi sumber dukungan emosional melalui komunitas dan interaksi positif, namun juga dapat menjadi sarana munculnya cyberbullying yang merusak kesehatan mental.
4. **Efek Filter *Bubble***
Algoritma media sosial cenderung menampilkan konten yang seragam, membatasi sudut pandang pengguna, dan berpotensi membentuk identitas yang sempit.
5. **Pengaruh Komersial dan Iklan**
Paparan terus-menerus terhadap iklan dan promosi gaya hidup dapat memengaruhi persepsi diri serta preferensi remaja secara tidak sadar.
6. **Kesehatan Mental**
Penggunaan media sosial yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri.
7. **Kesadaran dan Kontrol Diri**
Remaja yang mampu menyaring informasi dan memahami pengaruh media sosial terhadap dirinya cenderung memiliki konsep diri yang lebih stabil dan positif.
Pengaruh tersebut dapat dikategorikan ke dalam dua dimensi utama, yaitu dampak positif dan negatif, yang keduanya saling berkaitan dan mempengaruhi dinamika psikososial remaja (Rope, 2022).

Dampak Positif

- a. Media sosial memberikan ruang ekspresi diri yang luas bagi remaja untuk menampilkan minat, nilai, serta keunikan personal melalui berbagai jenis konten digital seperti foto, video, maupun tulisan.
- b. Platform media sosial memungkinkan remaja membangun identitas diri secara aktif melalui proses eksplorasi dan pencitraan diri. Aktivitas ini membantu mereka mengembangkan rasa percaya diri dan kesadaran terhadap diri sendiri.
- c. Interaksi sosial dalam komunitas online juga memberikan bentuk dukungan sosial yang berperan dalam memperkuat identitas dan kesejahteraan emosional.
- d. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan positif di media sosial dapat mendorong remaja untuk lebih terbuka terhadap keberagaman identitas dan meningkatkan empati sosial.

Dampak Negatif

- e. Media sosial juga berperan dalam membentuk citra diri yang tidak realistis akibat paparan terhadap standar kecantikan dan gaya hidup ideal yang sering kali dimanipulasi secara visual.
- f. Remaja cenderung melakukan perbandingan sosial (*social comparison*) yang berlebihan, yang dapat menurunkan harga diri, menimbulkan kecemasan, hingga berujung pada depresi.
- g. Terjadi pergeseran nilai dan batasan antara kehidupan pribadi dan publik. Remaja kerap merasa terdorong untuk membagikan segala aspek kehidupan mereka secara daring demi validasi sosial, sehingga mengaburkan identitas asli mereka.

- h. Risiko identitas ganda juga muncul akibat adanya perbedaan antara identitas online dan identitas di dunia nyata, yang bisa menimbulkan kebingungan peran (role confusion).
- i. Selain itu, tekanan untuk diterima di media sosial sering kali memengaruhi cara remaja membentuk konsep diri mereka, yang tidak selalu otentik.

Aspek Pendukung

- j. Tingkat intensitas penggunaan, jenis konten yang dikonsumsi, dukungan sosial offline, serta keterampilan literasi digital menjadi faktor penting yang menentukan bagaimana media sosial memengaruhi persepsi dan identitas remaja.
- k. Literasi media dan kontrol diri terbukti mampu menjadi benteng yang membantu remaja menyaring informasi serta menjaga stabilitas psikologis mereka di tengah derasnya arus digital.

Secara keseluruhan, hasil tinjauan pustaka ini menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi alat yang bermanfaat maupun berisiko dalam proses pembentukan identitas remaja. Oleh karena itu, penting bagi remaja, orang tua, pendidik, dan pemangku kebijakan untuk memahami dinamika ini guna memaksimalkan manfaat sekaligus meminimalkan dampak negatif yang ditimbulkan.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis literatur terhadap 30 jurnal ilmiah, dapat disimpulkan bahwa media sosial memiliki peran yang signifikan dalam memengaruhi persepsi diri dan pembentukan identitas remaja. Media sosial menjadi ruang eksplorasi identitas yang luas, memungkinkan remaja mengekspresikan diri, membangun citra, dan mendapatkan pengakuan sosial dari lingkungan daring. *Platform digital* ini menawarkan potensi positif dalam hal penguatan kepercayaan diri, keterbukaan terhadap keberagaman, dan pembentukan komunitas yang mendukung.

Namun demikian, penggunaan media sosial juga membawa risiko yang tidak dapat diabaikan. Paparan terhadap standar sosial yang tidak realistis, perbandingan sosial, serta tekanan untuk tampil sempurna dapat mengganggu harga diri dan memunculkan kecemasan, depresi, hingga kebingungan identitas. Ketidakseimbangan antara identitas digital dan identitas nyata juga dapat menimbulkan krisis peran, terutama pada masa remaja yang merupakan fase kritis dalam perkembangan psikososial.

Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki literasi digital dan kesadaran diri yang baik dalam menggunakan media sosial secara bijak. Dukungan dari keluarga, sekolah, serta lingkungan sosial sangat dibutuhkan untuk membantu remaja membentuk identitas diri yang sehat dan positif di tengah perkembangan teknologi yang terus berlangsung.

REFERENSI

- Assidiq, E.F.R., Alfarhani, M.F.U., Nandika, D., & Amirullah, M. F. (2023). Analisis Peran Media Sosial Dalam Membentuk Identitas Nasional Generasi Milenial di Indonesia. *Sosial dan Teknologi (SOSTECH)*, 3(9), 772-775.
- Ayun, P. Q. (2015). Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas. *Jurnal Channel*, 3(2), 1-16.
- Himawan, A., & Wahyudi, A. (2023). Dampak Media Sosial Pada Identitas Keagamaan Remaja Muslim. Al Muntada, *journal of religion and islamic education*, 1(2), 85-99.
- Lubis, N., Sazali, H., Dianto, I., Rafiq, M., & Fikri, S. (2023). Media Sosial Instagram Sebagai Sarana Pengembangan Identitas Politik Perempuan. *Interaksi Peradaban: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 3(2), 221-238.
- Lailayah, N. (2016). Presentasi Diri Netizen dalam Konstruksi Identitas di Media Sosial dan Kehidupan Nyata. *Ilmu Sosial*, 15(2), 103-110.
- Mutiah, T. (2017). Fenomena Hijabers Kontemporer Menggunakan Media Sosial Instagram dalam Membentuk Identitas. *Jurnal Komunikasi*, 1-5.
- Marwan, M. R. (2023). Analisis Dampak New Media dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja. *Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 2(1), 11-20.
- Nadhila, A. A., Ni'mah, S. K., Jasmine, Z. F., Firdatama, A. A., & Sufanniyah, A. (2022). Analisis Pengaruh Media Sosial Terhadap Mindset Pengguna Hijab Sebagai Identitas Diri Atau Fenomena Sosial di Kalangan Mahasiswa Universitas Tidar. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 1(1), 114-121.
- Nugraeni, A. (2024). Peran Media Sosial dalam Pembentukan Identitas Sosial Anak Muda. *Jurnal Lancar: Jurnal Inovasi dan Tren*, 2(1), 142-147.
- Putri, M., Fitri, W., & Elvina, S.N. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Identitas Diri Remaja. *Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 14(1), 75-85.

- Pramesti, W., & Mesra, R. (2024). Transformasi Identitas Sosial Era Digital Analisis Interaksi Manusia Dalam Pengaruh Media Sosial di Lingkungan TB Samson Kabupaten Seputih Agung, Lampung Tengah. *Etic (Educational and Sosial Science Journal)*, 1(3), 160-167.
- Prasetya, A. R. (2019). Pengaruh Politik Identitas Melalui Media Sosial Terhadap Generasi Milenial dan Pelaksanaan Pemilu. *Conference on Communication and New Media Studies*, 21-33.
- Putri, E. (2016). Foto Diri, Representasi Identitas dan Masyarakat Tontonan di Media Sosial Instagram. *Jurnal Pemikiran Sosiologi*, 3(1), 80-97.
- Rahma, R. D., Prasajo, N. J., Baya, A. M., Dira, M. A., Ningsih, N. W., & Gozali, I. (2024). Media Sosial Terhadap Konstruksi Identitas Nasional dan Kesadaran Kewarganegaraan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 213-222.
- Rope, D. (2022). Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif. *Jurnal Kala Nea*, 3(1), 44-54.
- Regita, E., Luthfiyyah, N., & Marsuki, N. R. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas. *Jurnal Kajian dan Penelitian Umum*, 2(1), 46-52.
- Roli, T. A. (2017). Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas. *Jurnal Komunika*, 11(2), 184-197.
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49-58.
- Seo, M. R., & Lao, H. A. E. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Remaja Awal. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 2(2), 107-114.
- Simanjuntak, T., Situmorang, Y., Harianja, T., Dini Wati Lumban Gaol, D.W.L., Hutahae, R. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Identitas Remaja. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 4(1), 354-363.
- Shidique, N. A., Akbar, N. F., & Faristiana, A. R. (2023). Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja. *Jurnal Simpat: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Bahasa*, 1(3), 98-112.
- Sitinjak, Y. (2023). Pembentukan Identitas Individu Dalam Budaya Digital (Studi Kualitatif Tentang Identitas Gender di Media Sosial). *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(1), 1461-1467.
- Situmorang, W. E., & Hayati, R. (2023). Media Sosial Instagram Sebagai Bentuk Validasi dan Representasi Diri. *Jurnal Sosiologi Nusantara*, 9(1), 111-118.
- Sakti, B. C., & Yulianto, M. (2018). Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja. *Ilmu Komunikasi*, 1-12.
- Suri, I., & Perkasa, A. W. A. P. (2023). Media Sosial dan Citra Diri: Peran Akun Kedua dalam Melindungi Identitas dan Privasi Anak serta Remaja. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(5), 8782-8796.
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial. *Jurnal Interaksi*, 4(1), 1-10.
- Sonia, Rahmadani, S., & Saputra, H. (2024). Penggunaan Media Sosial Instagram Dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja di Kecamatan Palmatak Kabupaten Kepulauan Anambas. *JISA: Jurnal Ilmiah Sosiologi Agama*, 7(1), 31-44.
- Wulansari, Y. D., Afcarina, J.S., Zahra, S. A. W., & Afifah, W. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Konstruksi Identitas Mahasiswa Universitas Jember. *Akademik: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 4(2), 336-346.
- Zakirah, D. M. A. (2020). Media Sosial Sebagai Sarana Membentuk Identitas Diri Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Kopis: Kajian Penelitian dan Pemikiran Komunikasi Penyiaran Islam*, 2(2), 91-101.
- Zai, I. T. C., & Zebua, A. N. (2024). Peran Media Sosial dalam Mempengaruhi Identitas Sosial Remaja di Era Digital. *Identik: Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan dan Teknik*, 1(3), 134-139.