

Self-love: Studi Netnografi Dalam Website Komunitas Online Rahasia Gadis

Rezki Misdyanti¹⁾ Nani Kurniasari²⁾

¹⁾ Ilmu Komunikasi, Fakultas Bisnis dan Komunikasi, Institut Teknologi dan Bisnis Kalbis
Jalan Pulomas Selatan Kav. 22, Jakarta 13210
Email: 2017103017@student.kalbis.ac.id

²⁾ Ilmu Komunikasi, Fakultas Bisnis dan Komunikasi, Institut Teknologi dan Bisnis Kalbis
Jalan Pulomas Selatan Kav. 22, Jakarta 13210
Email: nani.kurniasari@kalbis.ac.id

Received 25 October 2021, Revised 25 December 2021, Accepted 25 March 2022

Abstract: *Online communities are growing globally because of the ease of Internet access and the sophistication of communication technology. An online community called Rahasia Gadis which is based on a website is used by its members to interact about self-love problems experienced by Indonesian women. Through interactions in cyberspace, they share stories and support each other in terms of self-love. This study aims to describe how the social interactions carried out by members of the online community of Rahasia Gadis in building their self-love attitude. The research method used is netnography with the theory of Computer Mediated Communication. Netnography is the right method because the social interaction of the object of research is in cyberspace. The results of this study indicate that the members of the online community of Rahasia Gadis build their self-love attitude through interactions in the confession room and #kamutidaksendiri feature. They provide social support in the form of enthusiasm, motivation, suggestions, and examples of activities that can be done to further implement self-love attitudes. Community members convey messages that build self-love in the form of text, symbols, and emoticons.*

Keywords: *netnography, online community, self-love, social interaction.*

Abstrak: Komunitas online semakin berkembang secara global karena kemudahan akses Internet dan kecanggihan teknologi komunikasi. Sebuah komunitas online bernama Rahasia Gadis yang berbasis website dimanfaatkan anggotanya untuk berinteraksi tentang masalah self-love yang dialami perempuan Indonesia. Melalui interaksi di dunia maya, mereka berbagi cerita dan dukungan satu sama lain dalam hal self-love. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bagaimana interaksi sosial yang dilakukan anggota komunitas online Rahasia Gadis dalam membangun sikap self-love mereka. Metode penelitian yang digunakan adalah netnografi dengan teori Computer Mediated Communication. Netnografi sebagai metode yang tepat karena interaksi sosial objek penelitian berada di dunia maya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa anggota komunitas online Rahasia Gadis membangun sikap self-love mereka melalui interaksi dalam fitur confession room dan #kamutidaksendiri. Mereka memberikan dukungan sosial berupa semangat, motivasi, saran, dan contoh aktivitas yang dapat dilakukan untuk lebih menerapkan sikap self-love. Anggota komunitas menyampaikan pesan yang membangun self-love dalam bentuk teks, simbol, dan emotikon.

Kata kunci: interaksi sosial, komunitas online, netnografi, self-love.

PENDAHULUAN

Kehadiran komunitas *online* di Indonesia terus berkembang karena perkembangan teknologi komunikasi dan Internet. Hadirnya komunitas *online* membantu individu untuk memenuhi kebutuhan mereka sebagai makhluk sosial. Perasaan, pikiran, dan tujuan yang sama dapat membuat individu lebih terbuka satu sama lain untuk saling berbagi dan mendukung kehidupan

sosial mereka. Salah satu komunitas *online* yang hadir di Indonesia ialah Rahasia Gadis. Sarana dan beragam fitur yang disediakan komunitas tersebut memfasilitasi anggota komunitas untuk memenuhi tujuan mereka, berbagi cerita dan juga dukungan. Anggota komunitas. Rahasia Gadis ini menggunakan fitur-fitur dalam komunitas untuk menceritakan masalah mereka dan berbagi

dukungan. Salah satu permasalahan yang menjadi fokus dalam komunitas mereka adalah masalah mempraktikkan sikap *self-love* dalam diri perempuan Indonesia. Berdasarkan hasil jajak pendapat televisi swasta di Amerika, 52% tujuan individu curhat di jejaring sosial ialah untuk mendapat simpati dari orang lain (Liputan6, 2012). Mereka menggunakan komunitas *online* Rahasia Gadis ini untuk mencurahkan masalah *self-love* mereka dan mendapatkan dukungan. Ketika individu memiliki masalah dalam kehidupan mereka seperti masalah *self-love*, mereka cenderung membutuhkan individu lain untuk berbagi cerita hingga mendapat dukungan. Apabila individu tidak memiliki orang lain sebagai teman untuk bercerita akan membuat hasratnya sebagai makhluk sosial tidak terpenuhi dan memperburuk masalah mereka.

Perempuan Indonesia masih memiliki sikap *self-love* yang rendah. Mereka masih banyak yang bersikap merendahkan diri sendiri, *insecure* dengan penampilan atau dirinya, hingga membenci diri sendiri. Perempuan juga masih banyak yang membandingkan kehidupan mereka dengan orang lain, terutama membandingkan penampilan mereka di dunia nyata maupun dengan individu lain di media sosial. Sikap-sikap tersebut memperlihatkan bahwa perempuan Indonesia masih banyak yang kurang mencintai dirinya sendiri. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh The Body Shop, *self-love index* perempuan Indonesia berada diangka 52 yang mana angka ini lebih rendah daripada *self-love index* laki-laki Indonesia yang memiliki *index* sebesar 54. Artinya, perempuan Indonesia lebih mengalami krisis *self-love* daripada laki-laki. *Index self-love* perempuan Indonesia juga masih rendah dari standar *index self-love* secara global dengan skala 0-100 (The Body Shop Author, 2021).

Kebanyakan perempuan Indonesia juga masih memiliki pola pikir yang mementingkan orang lain daripada dirinya sendiri. Mereka lebih mengutamakan kebahagiaan orang lain, cenderung menyalahkan dirinya atas suatu kesalahan, dan selalu berusaha memenuhi standar tertentu supaya mereka mendapatkan penerimaan di lingkungannya. Rendahnya sikap *self-love* yang masih dialami oleh kebanyakan perempuan Indonesia membuat mereka terus mencari cara untuk membangun sikap *self-love* dalam diri mereka. Salah satu cara mereka dengan mendapatkan dukungan dan masukan dari lingkungan eksternal seperti dari teman di komunitas *online*. Berdasarkan penelitian dari *Harvard Health Publication* (Kirana, 2019), memiliki teman bermanfaat bagi kesehatan individu untuk meningkatkan *mood*, menurunkan *stress* serta depresi, meningkatkan rasa percaya diri dan menghargai diri sendiri, memberikan dukungan hingga membuat panjang umur.

Kemudahan berkomunikasi dengan Internet dan tersedianya beragam fitur yang ditawarkan dalam komunitas *online* membuatnya berkembang pesat dan menjadi fenomena baru di seluruh dunia. Berdasarkan hasil survei GlobalWebIndex (Beer, 2020), perkembangan partisipasi komunitas *online* di dunia mengalami peningkatan setiap tahun. Pada tahun 2017 hingga 2019, masing-masing meningkat perkembangannya dengan 72%, 74%, dan 76%. Perkembangan zaman yang telah memasuki era digital ini membuat segala sesuatu dapat dilakukan dengan bantuan Internet, termasuk untuk membentuk komunitas *online*. Berbagai sarana seperti *website*, forum, blog, dan media lainnya menjadi sarana yang sering digunakan pengguna Internet di Indonesia untuk membentuk atau bergabung dengan komunitas *online*. Semakin banyaknya komunitas *online* yang hadir di dunia maya menunjukkan bahwa dunia maya menjadi sarana lain untuk berinteraksi.

Berinteraksi dengan orang lain dapat menyalurkan, bertukar perasaan dan pikiran individu satu sama lain. Individu sebagai makhluk sosial dapat memberi dukungan, empati, hingga masukan satu sama lain dengan berinteraksi di dalam komunitas *online*. Berdasarkan penelitian dari *Harvard Health Publication* (Kirana, 2019), memiliki teman bermanfaat bagi kesehatan individu untuk meningkatkan *mood*, menurunkan *stress* serta depresi, meningkatkan rasa percaya diri dan menghargai diri sendiri, memberikan dukungan, hingga membuat panjang umur. Selain itu, individu cenderung memilih berinteraksi di dunia maya karena sifatnya yang dapat dilakukan secara anonim, respons yang didapatkan lebih cepat, mudah diakses kapan pun dan di mana pun. Kemudahan tersebut membuat mereka merasa memiliki teman, tidak sendirian, dan aman terutama ketika memiliki masalah. Sebaliknya, apabila individu sebagai makhluk sosial merasa tidak memiliki teman mereka akan merasa sendiri dan kesepian yang mana hal ini tidak baik untuk kesehatan mental mereka.

Digitalisasi komunikasi menghadirkan komunitas *online* sebagai salah satu sarana berinteraksi dalam dunia maya. Kemudahan akses, tersedianya beragam fitur, dan kesamaan tujuan serta kepentingan membuat pengguna Internet memilih berinteraksi di dalam komunitas *online*. Berinteraksi di dalam komunitas *online* menjadi salah satu cara individu untuk berbagi cerita, dukungan, hingga mendapatkan masukan terutama ketika mereka memiliki masalah. Oleh karena itu, peneliti dalam penelitian ini memilih salah satu komunitas *online* bernama Rahasia Gadis menjadi objek penelitian. Komunitas *online* ini dipilih karena mereka memiliki salah satu fokus terhadap *self-love* perempuan Indonesia yang mana isu ini juga menjadi salah satu masalah bagi perempuan

Indonesia. Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu bagaimana interaksi sosial yang dilakukan anggota komunitas *online* Rahasia Gadis dalam membangun sikap *self-love* mereka? Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan interaksi sosial yang dilakukan anggota komunitas *online* Rahasia Gadis dalam membangun sikap *self-love* mereka.

METODE PENELITIAN

Lokasi Studi

Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme dengan pendekatan penelitian secara kualitatif jenis deskriptif. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara observasi *online* dan wawancara *online*. Observasi *online* dilakukan dengan mengamati interaksi sosial terkait *self-love* di bulan November 2020 dalam fitur *confession room* dan *#kamutidaksendiri* dalam *websiterahasiagadis.com*. November dipilih karena menjadi satu bulan pertama interaksi sejak adanya komunitas *online* ini. Wawancara *online* dilakukan melalui *zoom* dengan dua anggota komunitas *online* Rahasia Gadis yang memiliki posisi sebagai agen rahasia. Peneliti memberikan pertanyaan sesuai dengan kebutuhan peneliti untuk mengklarifikasi dan menyeimbangi interpretasi peneliti mengenai cara mereka membangun *self-love* dengan pengalaman anggota komunitas *online* itu sendiri agar memperoleh hasil yang utuh.

Analisis Data

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah netnografi yang berusaha untuk memahami masyarakat dan budaya melalui interaksi dalam dunia maya. Analisis data dalam netnografi dilakukan dalam enam tahap, yaitu *coding*, *noting*, *abstracting & comparing*, *checking & refinement*, *generalizing*, dan *theorizing*.

Peneliti menganalisis data dengan cara melakukan pengelompokan interaksi sosial yang terjadi dalam komunitas *online* Rahasia Gadis berdasarkan fitur komunitas ini, yaitu unggahan di fitur *confession room*, beri pelukan, dan komentar di fitur *#kamutidaksendiri*. Interaksi dalam setiap fitur yang berbentuk teks, simbol, dan emotikon dimaknai oleh peneliti untuk mengetahui dan mendeskripsikan cara anggota komunitas *online* Rahasia Gadis membangun sikap *self-love* mereka melalui fitur *confession room* dan *#kamutidaksendiri*.

Selain itu, peneliti juga menganalisis interaksi sosial yang terjadi pada kolom komentar dengan mengklasifikasikannya ke dalam 4 tipe anggota komunitas *online* menurut Kozinets berdasarkan keanggotaan dan partisipasinya, yaitu *newbie*, *mingler*, *devotes*, dan *insider* (Kozinets, 2010, p. 33-34). Klasifikasi ini dilakukan untuk memaknai lebih

jelas cara mereka membangun *self-love* melalui pesan komunikasi dalam dunia maya.

Peneliti juga melakukan klarifikasi antara interpretasi peneliti dengan hasil wawancara mengenai pengalaman pribadi anggota komunitas dalam membangun *self-love* mereka dalam komunitas. Hal ini dilakukan untuk mencocokkan, membandingkan, dan menyempurnakan hasil penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS

Anggota komunitas *online* Rahasia Gadis berinteraksi dalam dua fitur komunitas, tersebut karena membutuhkan dukungan dan saran dalam permasalahan mempraktikkan *self-love*. Mereka berinteraksi agar dapat lebih mencintai diri sendiri karena dengan adanya interaksi yang terjadi antar individu dapat terjadi pertukaran pikiran, pendapat, dan berbagi empati. Interaksi sosial merupakan hubungan antar dua individu atau lebih yang bukan hanya memengaruhi tetapi dapat mengubah, memperbaiki perilaku individu dan sebaliknya (Ahmadi, 2002). Interaksi sosial yang terjadi dalam *website* komunitas ini yang bersifat interaktif dimanfaatkan oleh anggota komunitas untuk mencapai tujuan mereka tersebut.

Interaktivitas ini membantu anggota komunitas yang memiliki masalah dalam mempraktikkan *self-love* untuk mendapatkan dukungan sosial. Komunikasi dalam *computer mediated communication* bersifat dinamis dan transaksional (Thurlow et al., 2004, p. 17-20). Di dalam komunitas, anggota komunitas yang memiliki masalah kesulitan dalam mencintai diri sendiri dapat menceritakan masalah *self-love* mereka kapan pun dan di mana pun, terutama ketika mereka membutuhkan dukungan sosial dari orang lain. Anggota komunitas lainnya juga dapat memberikan respons berupa pelukan dan komentar untuk memberikan dukungan anggota lain yang memiliki masalah *self-love*. Kemudahan, kecepatan respons, dan tersedianya fitur di dalam komunitas *online* itu membuat mereka merasa memiliki teman, dipedulikan, dan juga mendapatkan dukungan serta saran. Hal ini membuat komunitas *online* Rahasia Gadis menjadi salah satu sarana yang mampu memberikan dukungan sosial dalam hal membangun sikap *self-love*.

Dukungan sosial yang diberikan oleh anggota komunitas *online* Rahasia Gadis dalam membangun *self-love* mereka satu sama lain ialah melalui interaksi yang berbentuk teks, simbol, dan emotikon dalam fitur *confession room* dan *#kamutidaksendiri*. Pesan dalam interaksi *computer mediated communication* (CMC). Interaksi CMC bergantung pada teks dalam arti sebenarnya maupun simbol, ikon, atau penanda lain yang mewakili pesan yang ingin disampaikan (Nasrullah, 2014, p. 79). Baik

teks, simbol, atau emotikon dalam komunitas ini mewakili pesan yang membangun *self-love* secara tersirat dan juga emosi, empati anggota komunitas. Unsur-unsur pesan ini yang menunjukkan dukungan dan memengaruhi anggota komunitas untuk lebih mencintai dirinya sendiri.

Membangun Self-love melalui Beri Pelukan di Fitur #kamutidaksendiri

Pertama, anggota komunitas memberikan dukungan dengan mengklik beri pelukan di fitur #kamutidaksendiri. Respons beri pelukan pada gambar 1 ini dilengkapi dengan emotikon peluk yang dapat diklik dalam setiap unggahan cerita anggota komunitas.



Gambar 1 Beri pelukan di fitur #kamutidaksendiri
Sumber: <https://rahasiagadis.com/confession>

Beri pelukan dengan emotikon peluk menjadi simbol untuk menyampaikan pesan kepada anggota yang mengunggah cerita agar tidak perlu merasa sendirian. Emotikon peluk dimaknai sebagai metafora untuk “pelukan virtual” yang menggambarkan perasaan cinta sebagai kekuatan yang mengikat (Danesi, 2017). Dengan mendapatkan pelukan, artinya ada anggota komunitas lainnya yang membaca cerita mereka, peduli, dan sayang pada mereka, sehingga, mereka tidak perlu merasa sendiri. Emotikon peluk dengan ekspresi tersenyum juga mewakili pesan individu memberikan dukungan kepada individu yang lain (Sompotan, 2019). Dengan memberikan pelukan, artinya anggota lain memberikan pelukan *online* untuk mereka yang sedang merasa kurang mencintai diri sendiri sebagai bentuk dukungan untuk mereka tetap semangat dalam mempraktikkan *self-love*. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara berikut:

“Iya sama, senang banget karena kan sometimes gitu aku tuh ngerasa pengen banget dipeluk nih, gitu kan. Tapi, di real life gak ada yang bisa dipeluk. Pas ngeliat curhat terus ngeliat pelukannya sampai 50 kayak “wah, ternyata banyak juga ya yang baca cerita aku”, gitu. Terus juga berarti dia tuh peduli, aku ngerasanya kayak gitu sih sebagai orang yang curhat gitu” (Iin Riyani, 30 Agustus 2021).

Riyani berpendapat seperti di atas berdasarkan pengalamannya mendapatkan respons pelukan dari anggota lainnya setelah ia menceritakan masalahnya dalam fitur *confession room*.

Membangun Self-love melalui Unggahan di Fitur Confession Room

Cara kedua anggota komunitas *online* Rahasia Gadis membangun *self-love* mereka melalui interaksi yang berbentuk teks dan emotikon pada unggahan fitur *confession room*. Melalui unggahan di *confession room*, anggota komunitas menceritakan masalah berisi pengalaman dalam menghadapi, mengatasi, dan usaha mereka untuk mencintai diri sendiri yang membuat anggota lain termotivasi untuk mulai mencintai diri sendiri. Dari cerita pengalaman mereka tentang bagaimana cara untuk lebih mencintai diri sendiri juga dapat dicontoh oleh anggota komunitas lainnya. Hal ini sesuai dengan wawancara berikut:

“kita pakai confession room Rahasia Gadis ini supaya kita punya temen curhat. Dan manfaatnya untuk diri aku sendiri kayak aku bisa belajar dari cerita-cerita para gadis lain dari masalah-masalah mereka. Biasanya aku (juga) publish sih kak, karena aku berpikir kalau boleh di-publish itu mungkin orang-orang yang (bahkan) di luar confession room yang nggak punya confession room bisa denger juga cerita-cerita kita, kalau dia itu gak sendiri. Kayak banyak cewe-cewe lain juga yang ngerasain hal yang sama, gitu. Dan bisa juga ada yang termotivasi dari cerita kita.” (Audia Silva Pratiwi, 28 Agustus 2021).

Audi berpendapat seperti di atas berdasarkan pengalaman pribadinya ketika membaca cerita anggota komunitas lainnya yang memiliki masalah dalam mempraktikkan *self-love*. Dan juga berdasarkan pengalamannya cerita di *confession room* tentang masalah *insecure*-nya terhadap penampilan bentuk tubuh dirinya.

Terdapat juga beberapa anggota komunitas yang menyampaikan kalimat positif dan dukungan melalui unggahan di *confession room* untuk menyemangati anggota lain yang sedang berjuang mempraktikkan *self-love* seperti:

“Tetap semangat demi masa depan yang cerah. Banyakin bersyukur kurangin insecure”
❤️*be yourself in love yourself*❤️

“Aku punya diriku untuk aku cintai sendiri, dan Tuhan telah mempercayai tubuh ini untukku. Kalian juga semangat ya! jangan pernah merasa sendiri. Love”

Ungkapan di atas merupakan unggahan dari beberapa anggota komunitas di *confession room* yang memberikan dukungan kepada anggota komunitas lainnya untuk lebih mencintai diri sendiri.

Anggota komunitas *online* Rahasia Gadis mengunggah cerita yang membangun sikap *self-love* anggota lainnya seringkali melengkapi pesan mereka dengan emotikon “❤️”. Anggota komunitas yang memberikan emotikon “❤️” ini berusaha menyampaikan pesan positif bersifat mendukung anggota yang memiliki masalah dalam *self-love*. Emotikon “❤️” merupakan simbol yang merepresentasikan ekspresi perasaan cinta (Danesi, 2017, p. 70). Hal ini sesuai dengan kutipan wawancara berikut:

“Emotikon love itu juga bisa dibilang memberikan love, support ke mereka.” (Audia Silva Pratiwi, 28 Agustus 2021).

Audia berpendapat seperti itu berdasarkan pengalamannya dalam memberikan komentar disertai emotikon dalam unggahan cerita komunitas lainnya. Selain itu, ia juga berpendapat demikian karena pengalamannya mendapatkan komentar disertai emotikon dari anggota komunitas lainnya, ketika ia mengunggah cerita di *confession room*.

Menurut Johnson dan Johnson, dukungan sosial adalah bentuk memberi bantuan seperti materi, emosi, dan informasi yang mampu memengaruhi kesejahteraan manusia (Angraeni, 2009, p. 95). Fitur *confession room* dimanfaatkan anggota komunitas untuk menyampaikan pesan teks dan emotikon yang mampu memengaruhi dan membangun sikap mencintai diri sendiri dalam diri anggota lainnya. Melalui pesan berbentuk teks, anggota komunitas dapat menyampaikan dukungan mereka lebih personal, tersampaikan, dan anggota yang membaca dapat lebih mudah menerima dukungan untuk lebih mencintai diri sendiri tersebut. Beberapa anggota komunitas mengunggah cerita dengan memberikan motivasi, saran, cara untuk lebih mencintai diri sendiri berdasarkan pengalaman pribadi.

Membangun Self-love melalui Komentar di Fitur #Kamutidaksendiri

Lalu, melalui komentar di fitur #kamutidaksendiri, anggota komunitas ini memberikan dukungan yang membangun *self-love* berupa emotikon, kalimat-kalimat positif, motivasi, memberi saran, *reminder*, dan contoh aktivitas untuk lebih mencintai diri sendiri. Interaksi sosial anggota komunitas melalui komentar ini diklasifikasikan ke dalam empat tipe berdasarkan partisipasi anggota komunitas menurut Kozinets, yaitu *newbie*, *mingler*, *devotes*, dan *insider*. Hal ini dilakukan untuk melihat lebih jelas bagaimana cara anggota komunitas membangun sikap *self-love* satu sama lain. Sebanyak 20 anggota komunitas tergolong *newbie*. Anggota *newbie* berinteraksi dalam forum dengan memberikan emotikon,

salam/sapaan, pernyataan singkat dan ucapan terimakasih kepada anggota lainnya yang memiliki permasalahan *self-love*. Karena kemampuan komunikasi yang kurang baik, mereka hanya menunjukkan eksistensi dan dukungannya dengan memberikan komentar seperti emoji “❤️”, “halo/hai”, “makasih kak”, “kamu juga ya”, “peluk”. Dan terdapat anggota komunitas yang memberikan komentar berupa pernyataan seperti “tenangin diri dulu”, “kakak masih beruntung dari aku”, “gak bisa berkata aku”. Mereka yang memberikan pernyataan singkat dan terlihat kurang tertarik tetap memberikan komentar karena merasa sebagai bagian dari kelompok yang harus mendukung anggota lainnya.

Sebanyak 173 anggota komunitas tergolong *mingler*. Mereka memberikan komentar dukungan seperti semangat, pujian, kata-kata positif, dan saran secara umum untuk anggota komunitas lainnya yang memiliki masalah mempraktikkan *self-love*. Anggota komunitas *mingler* memberikan komentar dengan kata-kata positif dan pujian supaya anggota yang kurang mencintai diri sendiri merasa lebih percaya diri, menghargai diri sendiri, dan lebih tenang secara emosional.

“semangat!! Jerawat itu wajar everybody felt that. Jadi tetap jadi diri sendiri. I love you even we don't know each other.” (Adjhengs, komentar dalam unggahan Ars).

“hai kamu, kamu hebat banget bisa sampai disini, aku ucapkan terimakasih banyak ya sudah bertahan, aku yakin kamu bisa lewatin fase ini. tetap semangat, yakin pada diri kamu dan tuhanmu, jaga diri kamu, tenang, sabar, kamu ga sendiri. ada aku disini, semangat sayang, god bless u, n i love u.” (Bungaparamita, komentar dalam unggahan SAN).

Kata-kata positif, pujian, dan saran umum yang diberikan seperti di atas menjadi cara anggota *mingler* yang kurang memahami atau antusias terhadap masalah *self-love* untuk tetap memberikan dukungan yang membangun *self-love*.

Sebanyak 118 anggota komunitas tergolong *devotes*. Mereka memberikan komentar dukungan berupa semangat, saran berdasarkan pengetahuannya, dan langkah-langkah sederhana serta contoh aktivitas yang dapat dilakukan untuk membuat lebih mencintai diri sendiri. Anggota *devotes* tidak memiliki pengalaman dalam mengalami kesulitan mencintai diri sendiri. *Devotes* memberikan dukungan dalam membangun *self-love* seperti:

“Hai Yuki,, Wajar jika merasa khawatir, karna masa remaja memang mulai memasuki masa cemas akan masa depan. Kalo istilah psikolog nya adalah “Quarter Life Crisis masa dimana kita ragu akan pilihan kita sendiri, bingung, dan cemas akan masa depan. Saran aku selagi masih muda, kamu bisa coba minat/bakat dalam berbagai bidang. Misal bisnis, musik, melukis, menulis, atau hal lain yang bikin kamu tertarik. Kalaupun gagal atau salah itu wajar, karna kita berproses:”) Teruslah mencoba sampai kamu mendapatkan dan tau apa yang kamu minati, tau apa bidang yang cocok sama kamu. Semangat ya:)” (Put komentar dalam unggahan Yuki).

“Cobalah untuk menghargai dirimu sendiri, sayangi dirimu, jika keinginanmu tak mau katakan tidak, jangan menyiksa dirimu untuk orang lain, jangan ngorbanin kebahagiaanmu demi org lain, tetaplah jadi diri sendiri, berkata tidak jika tidak, berkata iya jika iya, always happy beb..” (Aisyah, komentar dalam unggahan K).

Meski *devotes* tidak mengalami permasalahan dalam mempraktikkan *self-love*, mereka turut memberikan saran karena antusias dengan permasalahan *self-love*. Mereka berusaha menempatkan diri seperti anggota yang memiliki masalah tersebut agar dapat memberikan saran terbaik berdasarkan pengetahuan *self-love* yang mereka pahami. Anggota *devotes* juga memberikan langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk membangun sikap *self-love* seperti:

- Pikirkan hal positif dan cari hal-hal yang membuat bahagia diri sendiri
- Luangkan waktu untuk bicara dengan diri sendiri dan mendengarkan diri sendiri
- Lakukan aktivitas untuk mengalihkan pikiran negatif seperti *me time* (jalan-jalan sendiri, nonton film, makan, memasak, dan sebagainya), eksplor hal yang disukai, coba hobi atau kegiatan baru, dekatkan diri dengan Tuhan)
- Jangan memendam emosi dan pikiran, coba luapkan dengan bercerita kepada orang yang dipercaya atau Tuhan
- Lawan rasa takut yang membuat *insecure* dan tidak percaya diri secara perlahan
- Perbaiki kelemahan dengan terus belajar dan latihan
- Beranikan diri untuk mengatakan tidak dan meninggalkan orang atau lingkungan yang *toxic*
- Beranikan diri untuk *speak up* dan lapor pihak berwajib
- Berhenti membandingkan diri dengan orang lain dengan mensyukuri dan

menerima bagaimana penampilan diri dan apa yang telah dimiliki

- Perlahan ubah sifat dan pemikiran negatif atas diri sendiri untuk membuktikan bahwa mampu menjadi lebih baik.

Terakhir terdapat *insider* berjumlah 169 anggota. Mereka memberikan komentar dukungan berupa semangat, saran untuk menyelesaikan masalah *self-love*, dan memberi tahu langkah dan hal-hal yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah *self-love* berdasarkan pengalaman pribadinya. Mereka memiliki masalah serupa dalam mencintai diri sendiri seperti unggahan yang mereka komentari. Hal ini seperti komentar seperti:

“Hai pevencie, sini peluk duluuuuuu mungkin kamu bisa ikutin cara aku ngatasin masalah ini, nih aku kasih tau caranya intinya kamu harus cintai diri sendiri dulu tapi langkah pertama yg kamu lakuin yaitu kamu ke depan kaca kamu bilang sama diri kamu sendiri kaya gini: maaf yaa aku udah benci sama diri aku sendiri, maaf yaa klo selama karantina aku jadi seperti ini, mulai hari ini aku mau glowup kita kerja samaa yaaa, yuk bisa yuk biar aku ga inscr lagi nahh ubah juga pola pikir kamu jadi aku cantik aku Imut aku bahagia pasti kamu bacanya terkesan aneh yaa? tapi itu yg aku lakuin pada saat aku di posisi kamu, semoga membantu yaaa?” (SoniyaPerwita, komentar dalam unggahan Pevencie).

“HEYY OMAIGATT KITA SAMAN COBA. Aku juga gitu woe aku itu keturunan india yg ofc punya dark skin tones so i feel u bgt dan emang ya org2 nowadays pada tingkat toleransi nya rendah bgt. Mereka kira penampilan segala nya kali ya?!. Asli deh, hujan aku punya pemikiran gini, setiap orang itu bersinar dengan cara nya masing2 ada yg lewat fisik nya ada yg lewat perilaku nya ada yg lewat hatinya dan percaya deh ga semua cowo itu bakal ngelihat fisik sebagai patokan utama mereka juga. Kalo sekarang aku mensiasati dark skin ku pake cara lain sii, aku tetep coba search produk buat mencerahkan tp aku siasati juga dengan dressed well jadi aku nyoba pengen bersinar dari sisi fashion aku coba nyari warna2 yg cocok buat dark skinku model2 yg cocok gt yg akhirnya bisa menunjang. N then aku belajar lebih keras sii jadi org2 kek mereka ga bisa sepele in aku sembarangan n it works on me. Hopefully inii bisa membantu ya hujan. Kita sama sama berjuang nih :). Sendigg virtual big hug for u.” (Kembangsekolah, komentar dalam unggahan Hujan)

Persamaan masalah ini membuat *insider* memberikan saran selain dengan semangat juga

dengan menceritakan pengalaman pribadinya tentang bagaimana cara mereka untuk lebih mencintai diri sendiri secara detail melalui kolom komentar. Anggota komunitas *insider* ini juga mengidentifikasi masalah yang diceritakan anggota secara menyeluruh sebelum memberikan saran. Hal ini terlihat dari saran yang mereka berikan sangat detail dengan memaparkan sisi positif dan negatif yang mungkin akan terjadi, memberikan langkah-langkah dan apa yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah *self-love* tersebut. Tipe anggota ini juga memberikan *reminder* kepada anggota lainnya bahwa mereka di sini untuk mendengarkan dan bersama-sama mendukung satu sama lain untuk lebih menerapkan *self-love*.

Seluruh anggota komunitas dari keempat tipe tersebut memberikan dukungan melalui komentar dengan cara mereka masing-masing bergantung pada latar belakang dan juga kemampuan komunikasi mereka. Mereka memberikan dukungan melalui fitur komentar karena merasa dukungan mereka akan lebih personal, lebih tersampaikan dan membuat anggota lainnya mampu menerima motivasi dan seran untuk menjadi lebih mencintai diri sendiri. Hal ini sesuai dengan wawancara berikut:

“Karena cuma dibilang (dikomentarin) kayak semangat ya kamu atau benar-benar kata-kata kecil itu benar-benar ngebantu banget sih kak. Ngebantu buat belajar nerima diri sendiri, lebih percaya diri kak. Jadi, aku kayak ingin memberi dukungan gitu supaya soalnya menurut aku kalau kita dengan cara klik emotikon peluk atau kasih semangat dengan kata-kata yang positif itu aja udah ngebantu banget buat dia gitu. Jadi, aku suka bilang kayak gitu sih kak, kayak semua manusia pasti punya kekurangan dan kelebihan, jadi harus tetap bersyukur. Karena menurut aku kalau komentar kayak bener-bener langsung gitu, kak. Karena komentar juga bikin kita gak ngerasa sendiri, dapet saran, ngerasa didenger, dihargain, kayak punya temen gitu.” (Audia Silva Pratiwi, 28 Agustus 2021).

Menurut House dan Kahn, dukungan sosial ialah ketika individu memberikan bantuan yang berkaitan dengan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, dan penilaian positif pada individu untuk menghadapi permasalahannya (Apollo & Cahyadi, 2012). Memberikan kalimat-kalimat positif berupa semangat, motivasi dan *reminder* serta informasi yang berisi cerita pengalaman, contoh kegiatan, dan saran dari anggota komunitas untuk lebih mencintai diri sendiri ini menjadi cara yang dilakukan anggota komunitas untuk mendukung anggota lainnya yang membaca. Mereka dapat termotivasi, belajar dari pengalaman anggota lain, dan mencoba saran-saran

yang diberikan untuk mulai lebih mencintai diri sendiri.

Anggota komunitas *online* Rahasia Gadis yang memberi komentar yang membangun sikap *self-love* anggota lainnya dengan melengkapi pesan mereka menggunakan emotikon “:), “:(, dan “❤️”. Mereka menggunakan emotikon-emotikon tersebut untuk menggambarkan emosi mereka untuk melengkapi pesan verbal dalam bentuk teks yang mereka sampaikan. Setiap emotikon tersebut memiliki makna masing-masing yang berusaha menyampaikan suatu emosi. Ketika anggota komunitas memberikan komentar yang membangun *self-love* dilengkapi dengan emotikon “:(“memiliki arti untuk menyampaikan empati, turut bersedih, dan menganggap cerita masalah *self-love* mereka sebagai masalah yang serius. Emotikon yang menggabungkan “:” dengan “(“ mewakili ekspresi kesedihan dan bukan komentar lelucon (Reevy, Ozer, & Ito, 2010). Hal ini sesuai dengan wawancara anggota komunitas berikut:

“mungkin kalau misalkan emotikon sedih mereka tuh menunjukkan kalau mereka tuh sedih gitu kayak “aduhhhh, gimana nih stress” gitu, makannya mereka curhat gitu. Terus kalau misalkan untuk emotikon yang dikasih sama balesan itu menurut aku kayak menunjukkan bahwa kita tuh senasib gitu sama-sama senasib jadi, ayo nangis bareng gitu hahaha. Aku nagepnya kayak gitu kak. Senasib dan ikut ngerasain lah diposisi dia.” (In Riyani, 30 Agustus 2021).

Riyani berpendapat demikian berdasarkan pengalamannya mendapatkan emotikon-emotikon tersebut dari anggota komunitas lainnya. Selain itu, berdasarkan juga pada pengalamannya memberikan emotikon-emotikon tersebut untuk anggota komunitas lainnya ketika berinteraksi.

Selain itu, anggota komunitas juga sering menyampaikan komentar kalimat positif, motivasi, dan saran dilengkapi dengan emotikon “:)” dan “❤️”. Kedua emotikon tersebut memiliki makna menyampaikan dukungan positif kepada anggota komunitas yang memiliki masalah *self-love*. Dengan emotikon “:)” ini anggota komunitas berusaha menyampaikan bahwa mereka sudah membaca cerita mereka, memahami apa yang mereka rasakan, dan memberi energi positif. Emotikon “:)” memiliki makna senyum dan kesan kalem, ramah, bahagia, ceria, mengiyakan, dan baik (Talani, 2014). Lalu, emotikon “❤️” ini berusaha menyampaikan pesan perasaan cinta bahwa ada anggota lain di sini yang menyayangi mereka yang memiliki masalah *self-love*. Hal ini seperti hasil kutipan wawancara berikut:

“Kalau :) sama love itu menunjukkan kalau aku tuh sayang mereka, gitu. Meskipun kita nggak pernah ketemu gitu. Tapi, kalau kayak misalkan denger masalah orang kan pasti gimana gitu jadi aku tuh sayang mereka. Jadi, mereka tuh nggak sendiri gitu kalau emotikon love sama senyum dari aku. Mengirimkan positif vibes.” (Iin Riyani, 30 Agustus 2021).

“Kalau menurut aku emotikon senyum itu ngasih pesan positif banget, pasti mereka akan merasa kayak ngerasain kalau kita tuh apa ya... mereka tuh gak sendirian, kita tuh juga ngedengerin (cerita) mereka, kita ngerespons cerita dia, gitu sih kak. Emotikon love itu juga bisa dibalang memberikan love, support ke mereka.” (Audia Silva Pratiwi, 28 Agustus 2021).

Oleh karena itu, mereka memberikan emotikon “❤️” sebagai bentuk dukungan agar mereka semangat dalam mencoba mencintai diri sendiri. Emotikon “❤️” ini memiliki bentuk organ jantung yang berarti mewakili perasaan cinta dan romantisme. Berdasarkan sejarah, penggunaan bentuk jantung pada emotikon ini karena orang Mesir Kuno menganggap jantung sebagai tempat di mana perasaan cinta itu berada (Danesi, 2019, p. 131-133).

Penggunaan emotikon dalam interaksi di dunia maya dapat memperjelas pesan komunikasi bahwa anggota komunitas lainnya memahami, peduli, turut merasakan yang mereka ceritakan. Dengan memberikan emotikon ini, mereka berharap dapat membuat anggota yang memiliki masalah *self-love* merasa tidak sendirian dan menunjukkan bahwa anggota lain menyayangi serta mendukung mereka yang kesulitan dalam mencintai diri sendiri agar mereka semangat dalam mencoba mencintai diri sendiri.

Kebiasaan Komunitas yang Membangun Sikap Self-love

Interaksi komunitas *online* ini juga menghasilkan kebiasaan yang menjadi ciri komunitas yang berinteraksi menggunakan bahasa non formal dan memiliki sebutan khusus, yaitu “aku”, “kamu”, dan “beb”. Menurut Kozinets, komunitas-komunitas terbentuk karena interaksi di dunia maya menghasilkan kultur, kepercayaan, cara pandang, tata nilai, serta kebiasaan yang mengatur dan menjadi ciri komunitas (Pratama, 2017, p. 105). Mereka menggunakan bahasa non formal agar mereka merasa bercerita dengan teman sehingga dapat cerita dengan lebih nyaman dan terbuka. Mereka menggunakan “aku” dan “kamu” agar lebih akrab dan nyamanketika berinteraksi. Selain itu, mereka juga menyebut satu sama lain dengan kata

“beb” supaya merasa memiliki teman dekat dan merasa tidak sendirian. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara berikut:

“Menurutku sih itu biar lebih akrab aja gitu, kayak ngomongnya aku, kamu kayak ngomong ke temen sendiri gitu. Terus kalau beb itu kayak itu udah ikonnya Rahasia Gadis gitu gak sih? Haha, selalu aja beb. Tapi, ketika ngomong beb pun ya nyaman gitu, karena kita sama-sama perempuan, terus juga ya itu tuh panggilan menunjukkan rasa sayang sih kalo menurut aku, kak. Jadi, biar lebih akrab, saling sayang, dan ngasih dampak yang positif gitu ke mereka dan kita gitu.” (Iin Riyani, 30 Agustus 2021).

Riyani berpendapat seperti itu berdasarkan pengalaman pribadi ketika berinteraksi di dalam komunitas dengan menggunakan sebutan-sebutan tersebut.

Seperti yang diketahui, kata “beb” biasa digunakan oleh individu yang memiliki kedekatan secara khusus seperti teman dekat, pasangan, keluarga yang sangat akrab satu sama lain. Sebutan-sebutan tersebut membuat mereka merasa lebih aman, tidak dihakimi, dan merasa memiliki teman. Dengan begitu mereka dapat terbuka dalam cerita dan mendapatkan dukungan serta saran terbaik dari anggota lain untuk lebih percaya diri dan mencintai diri sendiri.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa anggota komunitas *online* Rahasia Gadis membangun sikap *self-love* mereka melalui interaksi di dalam fitur *confession room* dan #kamutidaksendiri. Fitur-fitur dalam *website* komunitas ini memfasilitasi mereka untuk mendapatkan dukungan yang mampu membangun sikap *self-love* dalam diri mereka. Cara anggota komunitas memberikan dukungan bergantung pada latar belakang, kemampuan komunikasi, dan cara mereka memanfaatkan setiap fitur komunitas. Anggota komunitas *online* Rahasia Gadis menyampaikan pesan yang membangun sikap *self-love* dalam bentuk teks, simbol, dan emotikon melalui unggahan, beri pelukan, dan komentar dalam unggahan.

Interaksi di dalam unggahan dan komentar dalam fitur komunitas *online* Rahasia Gadis ini berbentuk teks dan juga emotikon. Melalui pesan berbentuk teks ini membuat anggota komunitas dapat menyampaikan dukungan mereka lebih personal, lebih jelas, dan anggota yang membaca dapat lebih mudah menerima dukungan untuk lebih mencintai diri sendiri tersebut. Mereka dapat termotivasi, belajar dari pengalaman anggota lain,

dan mencoba saran-saran yang diberikan untuk lebih mencintai diri sendiri.

Anggota komunitas *online* Rahasia Gadis juga mengunggah cerita dan memberi komentar yang membangun sikap *self-love* dengan melengkapi pesan mereka menggunakan emotikon “:)”, “:(”, dan “❤️”. Anggota komunitas *online* Rahasia Gadis juga ada yang memberikan dukungan dengan mengklik beri pelukan yang digambarkan dengan emotikon peluk di fitur #kamutidaksendiri. Beri pelukan ini menjadi simbol untuk menyampaikan bahwa anggota lainnya tidak perlu merasa sendirian dan menjadi bentuk dukungan untuk tetap semangat dalam mempraktikkan sikap *self-love*. Emotikon dan simbol ini membantu anggota komunitas untuk menyampaikan dukungan secara emosional yang dapat dimaknai lebih dalam dari pada teks dan memengaruhi perasaan emosional anggota komunitas lainnya untuk lebih mencintai diri sendiri.

Kebiasaan anggota komunitas dalam berinteraksi menghasilkan ciri komunitas anggota komunitas *online* Rahasia Gadis yang berinteraksi menggunakan bahasa non formal dan sebutan “aku”, “kamu”, dan “beb” untuk menyebut anggota lain. Kebiasaan berinteraksi seperti itu juga membantu dalam membangun sikap *self-love* anggota komunitas. Sebutan-sebutan tersebut membuat mereka merasa lebih aman, tidak dihakimi, dan merasa memiliki teman. Dengan begitu mereka dapat terbuka dalam cerita dan mendapatkan dukungan serta saran terbaik dari anggota lain untuk lebih percaya diri dan mencintai diri sendiri.

Interaksi yang terjadi dalam komunitas *online* ini juga menunjukkan realita bahwa masih banyak individu terutama perempuan mengalami kesulitan dalam mempraktikkan *self-love*. Hal ini tercerminkan dalam unggahan dan komentar anggota komunitas yang masih bersikap tidak mampu menerima dan menghargai diri sendiri serta belum mampu mengikhlaskan masa lalu. Hal ini menjadi masalah utama dalam mempraktikkan *self-love*. Interaksi di dunia maya ini juga menjadi cerminan masih rendahnya sikap *self-love* perempuan Indonesia di kehidupan sosial nyata.

Mempraktikkan sikap *self-love* dibutuhkan dorongan dari diri sendiri dan lingkungan sekitar. Hadirnya Internet dan teknologi komunikasi menghasilkan komunitas *online* sebagai salah satu bentuk lingkungan di dunia maya. Dunia maya menjadi tempat lain bagi individu untuk berinteraksi dan berekspresi, di mana mereka tidak dapat melakukannya dan mendapatkannya di dunia nyata. Sifat interaksi di komunitas *online* yang dinamis dan tersedianya beragam fitur yang memfasilitasi tujuan anggota komunitas, membuat komunitas *online*

menjadi fenomena baru yang digunakan oleh banyak pengguna Internet. Kemudahan, kecepatan respons, dan tersedianya fitur-fitur membuat individu terutama yang memiliki masalah merasa memiliki teman, dipedulikan, dan mendapatkan dukungan serta saran. Hal ini membuat komunitas *online* Rahasia Gadis menjadi salah satu lingkungan baruyang mampu memberikan dukungan sosial dalam hal membangun sikap *self-love*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2002). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anggraeni, M. D. (2009). Dukungan Sosial yang diterima oleh Perempuan yang Belum Berhasil dalam Pengobatan Infertilitas. *Keperawatan Soedirman*, 4, 94–101.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Apollo, dan Cahyadi, A. Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Jurnal Widya Warta*, 1, 255–271.
- Beer, C. (2020). Chart of The Week: The Rise of Online Communities. Retrieved February 9, 2021, from Global Web Index website: <https://blog.gwi.com/chart-of-the-week/online-communities/>
- Danesi, M. (2017). *The Semiotics of Emojis: The Rise of Visual Language in the Age of the Internet*. London: Bloomsbury Publishing Plc.
- Danesi, M. (2019). *The Semiotics of Love*. London: Palgrave Macmillan.
- Kirana, F. A. (2019). Mengapa Teman Penting dalam Hidup? Ini 5 Manfaat Punya Teman. Retrieved February 10, 2021, from Fimela website: <https://www.fimela.com/lifestyle-relationship/read/3862036/mengapa-teman-penting-dalam-hidup-ini-5-manfaat-punya-teman>
- Liputan6. (2012). Tujuh dari Sepuluh Orang Curhat di Jejaring. Retrieved February 10, 2021, from Liputan6 website: <https://www.liputan6.com/teknologi/read/403823/tujuh-dari-sepuluh-orang-curhat-di-jejaring>
- Nasrullah, R. (2014). *Teori dan Riset Media Siber (Cybermedia)*. Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP.
- Pratama, B. I. (2017). *Etnografi Dunia Maya Internet*. Malang: UB Press.
- Reevy, G., Ozer, Y. M., & Ito, Y. (2010). *Encyclopedia of Emotion*. California: Greenwood.
- Sompotan, A. G. Y. A. (2019). Semiotics Analysis on the use of Emoticons in Inter-Personal Communication on Facebook Social Media. *Journal of Educational Method and Technology*, 2(1), 65–70.
- Talani, N. S. (2014). Esensi Interaksi Visual dalam Dunia Facebook yang Virtual. *Jurnal Komunikasi*, 9(1), 69–84.
- The Body Shop Author. (2021). *The Body Shop Global Self-Love Index Market: Indonesia*.
- Thurlow, C., Lengel, L., & Tomic, A. (2004). *Computer Mediated Communication Social Interaction And The Internet*. London: SAGE Publication.