

THE IMPACT OF VIOLENT SOCIAL MEDIA CONTENT ON STUDENTS' SOCIAL ANXIETY

Lili Dianah

*Program Studi Ilmu Pendidikan Sosial, Fakultas Pendidikan Bahasa dan Sastra,
Institut Pendidikan Indonesia, Garut
Jln. Pahlawan No. 32 Sukagalih, Tlp. (0262) 233556, Tarogong Kidul, Garut
lilidianah@institutpendidikan.ac.id*

(Received: 27 Mei 2025 / Accepted: 17 Juni 2025 / Published Online: 30 Juni 2025)

ABSTRACT

The increasing use of social media and the ease of access to information have made social anxiety among university students an issue that requires special attention. This study aims to reveal the impact of violent content on social media on the level of social anxiety among students of the Social Studies Education Program at IPI Garut. The research employed a survey method with a correlational quantitative approach, allowing the measurement of the strength of the relationships between the studied variables. Data were collected through an online questionnaire distributed via the Google Forms platform. A total of 108 active students participated as respondents in this study. The respondents were selected using a proportional stratified random sampling technique. The main instrument for data collection was a questionnaire distributed online to the students. The analysis results showed a significant relationship between the consumption of violent content on social media and students' social anxiety. It was found that there was a strong correlation for the indicator of hate speech and toxic text content at 0.635, a strong correlation for exposure to violent images/graphics at 0.760, a strong correlation for algorithmic reinforcement of violent content at 0.699, and a moderate correlation for real-world violent content at 0.593

Keywords: *Social Media, violent, Social anxiety, Toxic, hate speech*

ABSTRAK

Meningkatnya penggunaan media sosial dan kemudahan akses informasi menjadikan kecemasan sosial di kalangan mahasiswa sebagai isu yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dampak dari konten kekerasan di media sosial terhadap tingkat kecemasan sosial mahasiswa Pendidikan IPS IPI Garut. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan kuantitatif korelasional, yang memungkinkan untuk mengukur kekuatan hubungan antar variabel yang diteliti. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner secara daring menggunakan platform Google Forms. Sebanyak 108 mahasiswa aktif terlibat sebagai responden dalam penelitian ini. Pemilihan responden dilakukan dengan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Instrumen utama dalam pengumpulan data adalah kuesioner yang disebarluaskan secara online kepada mahasiswa. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi konten kekerasan di media sosial dan kecemasan sosial mahasiswa. Ditemukan bahwa korelasi kuat pada indikator ujaran kebencian dan konten teks toksik sebesar 0,635, korelasi kuat pada paparan gambar/grafis kekerasan sebesar 0,760, korelasi kuat pada penguatan algoritmik terhadap konten kekerasan sebesar 0,699, dan korelasi sedang pada konten kekerasan di dunia nyata sebesar 0,593.

Kata Kunci : Media sosial, kekerasan, kecemasan sosial, toksik, ujaran kebencian

I. PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan media sosial telah mengubah cara komunikasi dan interaksi sosial, terutama di kalangan pelajar dan mahasiswa sebanyak 75% (Matier, 2021), merupakan pengguna paling aktif dari platform seperti Facebook, Twitter (kini X), TikTok, dan Instagram. Integrasi media sosial yang meresap dalam kehidupan sehari-hari telah mengubah secara fundamental cara berkomunikasi, berinteraksi sosial, dan menyebarkan informasi [5]. Platform-platform ini telah menjadi sarana utama untuk terhubung, dengan laporan menunjukkan bahwa mayoritas anak muda secara rutin menggunakan berbagai platform media sosial. Meskipun menawarkan peluang untuk memperluas koneksi sosial dan potensi untuk menumbuhkan rasa memiliki, penggunaan media sosial juga semakin diakui memiliki hubungan yang kompleks dengan hasil kesehatan mental [22].

Gangguan kecemasan, termasuk gangguan kecemasan sosial, merupakan beban kesehatan mental yang signifikan secara global. Gangguan kecemasan sosial, yang ditandai dengan ketakutan, kecemasan, dan penghindaran terhadap interaksi sosial karena persepsi akan penilaian orang lain, berada dalam suatu spektrum dan dapat menyebabkan gangguan psikososial yang melemahkan ketika gejalanya ekstrem [10]. Gangguan ini mencakup penurunan kualitas hidup, penurunan produktivitas kerja, dan peningkatan risiko putus sekolah. Kecemasan sosial juga dikaitkan dengan tingkat afek positif yang lebih rendah dan peningkatan afek negatif. Persimpangan antara penggunaan media sosial yang meluas dan prevalensi kecemasan sosial di kalangan anak muda, terutama siswa yang sedang menjalani tahun-tahun formatif, memerlukan pemeriksaan lebih mendalam [24].

Sifat media sosial yang ada di mana-mana berarti pengguna secara rutin terpapar pada beragam konten, beberapa di antaranya dapat mengganggu atau menimbulkan tekanan. Meskipun media sosial dapat menjadi sumber informasi dan koneksi, media sosial juga dapat memfasilitasi penyebaran cepat misinformasi dan materi yang memicu emosi. Studi-studi telah menyoroti potensi media sosial untuk berkontribusi pada penyebaran ketakutan dan kepanikan, di mana ditemukan korelasi statistik positif yang signifikan antara penggunaan media sosial yang dilaporkan sendiri dan penyebaran kepanikan [1].

Lingkungan yang berpotensi memaparkan konten negatif atau mengkhawatirkan ini memunculkan pertanyaan tentang dampaknya terhadap populasi rentan, seperti siswa yang mengalami kecemasan sosial. Meskipun penelitian telah mengeksplorasi hubungan umum antara pola penggunaan media sosial (misalnya penggunaan bermasalah, perbandingan sosial) dan hasil kesehatan mental seperti kecemasan sosial dan kecemasan umum [24], pengaruh khusus dari paparan konten kekerasan yang ditemui di platform-platform ini terhadap manifestasi dan peningkatan gejala kecemasan sosial pada siswa masih belum cukup dibahas dalam literatur yang tersedia.

Penelitian tentang dampak psikologis penggunaan media sosial telah menghasilkan temuan yang beragam dan terkadang bertentangan. Meskipun platform media sosial dapat menawarkan jalan untuk terhubung dan merasa memiliki, media sosial juga dikaitkan dengan hasil negatif [22]. Sebuah tinjauan sistematis terhadap studi-studi tentang hubungan antara situs jejaring sosial online dan kecemasan sosial menemukan bahwa sebagian besar makalah melaporkan asosiasi yang signifikan, meskipun konseptualisasi penggunaan media sosial sangat

bervariasi antar studi. Beberapa studi melaporkan asosiasi positif antara waktu yang dihabiskan di Facebook dan kecemasan sosial [11].

Penggunaan media sosial yang bermasalah atau kecanduan telah menunjukkan hubungan positif yang signifikan dengan kecemasan sosial dalam beberapa studi yang termasuk dalam tinjauan [24]. Aspek psikososial penggunaan Facebook juga ditemukan terkait, baik secara positif maupun negatif, dengan kecemasan sosial. Penggunaan media sosial yang berlebihan juga dikaitkan dengan perasaan kesepian dan isolasi di kalangan anak muda, meskipun sifat penggunaannya pasif dan aktif serta faktor individu memengaruhi hubungan ini. Perbandingan sosial, perilaku yang sering dilakukan di media sosial, telah diidentifikasi sebagai faktor yang memengaruhi hasil seperti kelelahan media sosial, yang digambarkan sebagai kelelahan dan kejenuhan akibat menggunakan platform media sosial [22].

Dengan peran signifikan media sosial dalam kehidupan mahasiswa, serta dampak yang terdokumentasi dari pola penggunaan media sosial terhadap berbagai aspek kesehatan mental termasuk kecemasan, sangat penting untuk memahami bagaimana jenis konten online tertentu dapat memengaruhi populasi rentan. Studi ini bertujuan untuk mengatasi celah yang teridentifikasi dalam literatur yang tersedia dengan menyelidiki hubungan antara paparan konten kekerasan di media sosial dan tingkat kecemasan sosial di kalangan mahasiswa.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, memanfaatkan koefisien korelasi untuk mengetahui sejauh mana perubahan pada satu faktor berkaitan dengan perubahan pada satu atau lebih faktor lainnya [7]. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah survei. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) Fakultas Pendidikan Ilmu Sosial, Bahasa, dan Sastra di Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut. Sampel sebanyak 108 mahasiswa melalui *proportional stratified random sampling* karena populasi memiliki anggota/elemen yang tidak homogen dan relatif berstrata [25].

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner skala Likert [25] untuk mengetahui dampak kecemasan sosial pada mahasiswa. Penelitian menggunakan pertanyaan tertutup dengan skor numerik 1-4, dengan rincian: Sangat Setuju = 4, Setuju = 3, Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak Setuju = 1. Kuesioner disebarikan melalui *Google Forms*. Tautan Google Forms diberikan kepada mahasiswa Program Studi PIPS di IPI Garut. Kuesioner terdiri dari 50 pernyataan yang mencakup 4 aspek:

1. Ujaran kebencian dan konten teks toxic (*Hate speech and toxic textual content*)
(Konten tulisan yang mengandung penghinaan, hasutan, atau kata-kata merendahkan kelompok tertentu)
2. gambar/grafis kekerasan (*Graphic and explicit violent imagery*)
(Visual kekerasan yang ditampilkan secara detail dan mengganggu, seperti adegan berdarah atau penyiksaan)
3. Penguatan algoritmik konten kekerasan (*Algorithmic amplification of violent content*)
(Sistem algoritma media sosial yang tidak sengaja memperbanyak penyebaran konten kekerasan)
4. Konten kekerasan di dunia nyata (*Content linked to offline violence*)

(Materi daring yang memicu atau mendokumentasikan aksi kekerasan fisik di kehidupan nyata)

Kuesioner diolah menggunakan SPSS 22, dan hasilnya memenuhi kriteria uji validitas konstruk dengan analisis *Pearson's Product Moment*.

Hipotesis Penelitian:

- **X1: Ujaran Kebencian dan Konten Teks Toxic**
 - H_0 : Tidak ada hubungan antara ujaran kebencian dan konten teks toxic dengan kecemasan sosial.
 - H_a : Ada hubungan antara ujaran kebencian dan konten teks toxic dengan kecemasan sosial.
- **X2: Gambar/Grafis Kekerasan**
 - H_0 : Tidak ada hubungan antara gambar/grafis kekerasan yang eksplisit dengan kecemasan sosial.
 - H_a : Ada hubungan antara gambar/grafis kekerasan yang eksplisit dengan kecemasan sosial.
- **X3: Penguatan Algoritmik Konten Kekerasan**
 - H_0 : Tidak ada hubungan antara penguatan algoritmik konten kekerasan dengan kecemasan sosial.
 - H_a : Ada hubungan antara penguatan algoritmik konten kekerasan dengan kecemasan sosial.
- **X4: Konten Kekerasan di Dunia Nyata**
 - H_0 : Tidak ada hubungan antara konten yang terkait dengan kekerasan di dunia nyata dengan kecemasan sosial.
 - H_a : Ada hubungan antara konten yang terkait dengan kekerasan di dunia nyata dengan kecemasan sosial.

Data diolah berdasarkan respons responden terhadap setiap item kuesioner. Setelah data terkumpul, dilakukan perhitungan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Interpretasi Koefisien Korelasi menurut Sugiyono (2019):

Tabel 1. Interpretasi Koefisien Korelasi

No	Koefisien Korelasi	Interpretasi
1	0,000 - 0,199	Sangat Rendah
2	0,200 - 0,399	Rendah
3	0,400 - 0,599	Sedang
4	0,600 - 0,799	Kuat
5	0,800 - 1,000	Sangat Kuat

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Korelasi Pearson Product Moment

X → Y	Korelasi	R Square	t-tabel	t-hitung
Konten kekerasan di media sosial (X) → Kecemasan sosial (Y)	0,773	0,597	1,982	12,526
Ujaran kebencian dan konten teks toxic	0,635	0,403	1,982	8,460

(X1)→ Kecemasan sosial (Y)				
Gambar/grafis kekerasan yang eksplisit (X2)→ Kecemasan sosial (Y)	0,760	0,578	1,982	12,053
Penguatan algoritmik konten kekerasan (X3)→ Kecemasan sosial (Y)	0,699	0,489	1,982	10,065
Konten yang terkait dengan kekerasan di dunia nyata (X4)→ Kecemasan sosial (Y)	0,593	0,352	1,982	7,586

Dari tabel di atas, koefisien korelasi Pearson (r) untuk X adalah 0,773, termasuk dalam kategori kuat. Karena $t_{hitung} (12,526) > t_{tabel} (1,982)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat hubungan signifikan antara konten kekerasan di media sosial dengan kecemasan sosial, dengan korelasi kuat. Pengaruh konten kekerasan di media sosial (X) terhadap kecemasan sosial (Y) adalah 59,7 %, sedangkan 40,3 % dipengaruhi faktor lain. Koefisien korelasi Pearson (r) untuk X1 adalah 0,635, termasuk dalam kategori kuat. Karena $t_{hitung} (8,460) > t_{tabel} (1,982)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat hubungan signifikan antara ujaran kebencian dan konten teks toxic dengan kecemasan sosial, dengan korelasi kuat. Pengaruh ujaran kebencian dan konten teks toxic terhadap kecemasan sosial adalah 40,3 %, sedangkan 59,7 % dipengaruhi faktor lain. Koefisien korelasi Pearson (r) untuk X2 adalah 0,760, termasuk dalam kategori kuat. Karena $t_{hitung} (12,053) > t_{tabel} (1,982)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat hubungan signifikan antara gambar/grafis kekerasan yang eksplisit dengan kecemasan sosial, dengan korelasi kuat. Pengaruh X2 terhadap kecemasan sosial adalah 57,8 %, sedangkan 42,2 % dipengaruhi faktor lain.

Koefisien korelasi Pearson (r) untuk X3 adalah 0,699, termasuk dalam kategori kuat. Karena $t_{hitung} (10,065) > t_{tabel} (1,982)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat hubungan signifikan antara penguatan algoritmik konten kekerasan dengan kecemasan sosial, dengan korelasi kuat. Pengaruh X3 terhadap kecemasan sosial adalah 48,9 %, sedangkan 51,1 % dipengaruhi faktor lain. Koefisien korelasi Pearson (r) untuk X4 adalah 0,593, termasuk dalam kategori sedang. Karena $t_{hitung} (7,586) > t_{tabel} (1,982)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat hubungan signifikan antara konten yang terkait dengan kekerasan di dunia nyata dengan kecemasan sosial, dengan korelasi sedang. Pengaruh X4 terhadap kecemasan sosial adalah 35,8 %, sedangkan 64,2 % dipengaruhi faktor lain.

Tabel 3. Korelasi X1, X2, X3, X4 terhadap Kecemasan Sosial

Indikator → Variabel	Koefisien Korelasi	Kategori	Kesimpulan
Ujaran kebencian dan konten teks toxic (X1)→ Kecemasan sosial (Y)	0,635	Kuat	Signifikan
Gambar/grafis kekerasan yang eksplisit (X2)→ Kecemasan sosial (Y)	0,760	Kuat	Signifikan
Penguatan algoritmik konten kekerasan (X3)→ Kecemasan sosial (Y)	0,699	Kuat	Signifikan

Konten yang terkait dengan kekerasan di dunia nyata (X4)→ Kecemasan sosial (Y)	0,593	Sedang	Signifikan
--	-------	--------	------------

Ujaran Kebencian dan Konten Teks Toxic

Koefisien korelasi sebesar 0,635 antara konten ujaran kebencian dan teks toxic (X1) dan kecemasan sosial menunjukkan hubungan positif yang kuat. Ini menunjukkan bahwa individu yang terpapar pada tingkat ujaran kebencian atau bahasa toksik yang lebih tinggi di dunia maya cenderung mengalami kecemasan sosial yang meningkat. Signifikansi korelasi ini menegaskan relevansinya dalam memahami dampak psikologis dari komunikasi digital. Korelasi sebesar 0,635 antara ujaran kebencian, konten toxic, dan kecemasan sosial mencerminkan dampak mendalam dari permusuhan daring terhadap kesehatan mental. Kerangka teoretis yang berfokus pada deteksi dan sifat menyebar dari ujaran kebencian, sejalan dengan temuan empiris yang menunjukkan peningkatan kecemasan, ketidakamanan, dan penurunan kesejahteraan. Hubungan ini bersifat kompleks, dengan penelitian lanjutan yang terus mengeksplorasi mekanisme kausal, namun bukti yang ada dengan jelas mendukung adanya hubungan yang signifikan, terutama dalam interaksi sosial digital.

Paparan terhadap ujaran kebencian dan bahasa toksik dikaitkan dengan tekanan emosional dan peningkatan kecemasan, terutama di lingkungan media sosial yang penuh dengan interaksi bermusuhan. Alkomah dan Ma [2] menekankan bahwa ujaran kebencian sering menargetkan individu berdasarkan identitas (misalnya: ras, gender, agama), sehingga menimbulkan perasaan rentan dan ketakutan. Menurut, Kim [13] sinergi toksik antara ujaran kebencian dan konten merugikan lainnya, dapat memperkuat dampak emosional. Korban komentar toksik dapat menginternalisasi permusuhan tersebut, yang pada akhirnya menyebabkan penarikan diri secara sosial dan penghindaran dari interaksi daring. Menurut Mamun dan Rashid [17] para korban menunjukkan kecemasan dalam berpartisipasi dalam diskusi publik karena takut diejek atau dilecehkan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Kanclerz [12] yang mengatakan bahwa agresivitas yang dipersonalisasi dalam pembicaraan daring memicu stres kronis dan mengikis kepercayaan diri pengguna dalam situasi sosial. Sifat ujaran kebencian yang persisten dan mudah viral di platform seperti Facebook dan Twitter memperparah dampak psikologisnya. Gamal [9] mencatat bahwa algoritma media sosial sering memprioritaskan konten yang bersifat provokatif, sehingga meningkatkan paparan pengguna terhadap toksisitas secara berkepanjangan. Nithya [21] menambahkan bahwa anonimitas dalam interaksi daring mendorong pelaku untuk lebih berani, menciptakan lingkungan tempat permusuhan tumbuh subur. Seiring waktu, paparan berulang membuat perilaku toksik menjadi hal yang “normal”, sehingga ruang sosial daring dipersepsikan sebagai tempat yang tidak aman. Kanclerz [12] menunjukkan bagaimana alat deteksi agresivitas yang dipersonalisasi mengungkapkan bahwa ujaran kebencian yang terarah berkorelasi dengan peningkatan kewaspadaan sosial.

Pengguna dapat mengembangkan kewaspadaan mengawasi interaksi untuk mendeteksi ancaman yang mencerminkan gejala gangguan kecemasan sosial. Dampak kognitif dari ujaran kebencian daring melampaui reaksi emosional sesaat. Isha [11] menunjukkan bahwa komentar toksik mengaktifkan jalur saraf yang berhubungan dengan deteksi ancaman, mempersiapkan individu untuk menafsirkan isyarat sosial yang ambigu secara negatif. Bias kognitif ini

mempertahankan kecemasan dalam interaksi dunia nyata, karena individu kesulitan melepaskan diri dari pola pikir defensif. Perilaku penghindaran memperparah masalah. Alkomah dan Ma [2] menemukan bahwa individu yang mengantisipasi permusuhan daring cenderung membatasi penggunaan media sosial, sehingga mengurangi peluang untuk terlibat dalam interaksi sosial yang positif. Secara paradoks, isolasi ini justru memperkuat kecemasan dengan memicu perasaan kesepian dan memperkuat persepsi negatif terhadap diri sendiri [17].

Gambar/Grafis Kekerasan

Koefisien korelasi sebesar 0,760 antara gambar/grafis kekerasan (X2) dengan kecemasan sosial menunjukkan hubungan positif yang sangat kuat. Ini menunjukkan bahwa paparan yang sering terhadap konten visual kekerasan, seperti adegan berdarah, tindakan agresif, atau media bertema kriminal, secara signifikan berkaitan dengan meningkatnya kecemasan sosial. Besarnya korelasi ini menekankan dampak psikologis yang mendalam dari citra kekerasan terhadap fungsi sosial. Korelasi yang sangat kuat ($r = 0,760$) antara gambar/grafis kekerasan dan kecemasan sosial menunjukkan dampak multidimensional dari kekerasan visual terhadap kesehatan mental. Kerangka teoretis menunjukkan bahwa hubungan ini dimediasi oleh bias kognitif, hiperaktivasi emosional, dan perilaku penghindaran. Seiring dengan meningkatnya konsumsi media digital, upaya untuk mengurangi paparan terhadap konten kekerasan, melalui regulasi platform atau edukasi pengguna, menjadi krusial untuk menurunkan tingkat kecemasan sosial.

Paparan terhadap gambar/grafis kekerasan memperkuat persepsi ancaman, yang merupakan ciri utama dari kecemasan sosial. Theodorou [26] menunjukkan bahwa individu dengan kecemasan sosial memiliki sensitivitas yang tinggi terhadap rangsangan yang mengancam, seperti ekspresi wajah yang agresif. Konten kekerasan memicu otak untuk menafsirkan isyarat sosial yang ambigu (misalnya, tatapan netral) sebagai ancaman, yang mendorong kewaspadaan berlebihan dalam situasi sosial. Chapman [6] mengaitkannya dengan imaji mental, di mana paparan berulang terhadap adegan kekerasan memperkuat visualisasi intrusif yang memicu kecemasan, seperti kegagalan atau penghinaan sosial. Sebagai contoh, remaja yang sering terpapar media kekerasan mungkin membayangkan skenario di mana mereka dipermalukan atau diserang di depan umum, yang memperparah kecemasan antisipatif [15]. Dampak gambar/grafis kekerasan selain dapat menyebabkan desensitisasi terhadap agresi, tetapi juga dapat memicu hiperaktivasi emosional.

Bhattacharya [4] berpendapat bahwa konten grafis dalam serial atau film kriminal dapat mengaktifkan pusat ketakutan di otak, yang menyebabkan respons stres kronis. McDermott [19] mendukung hal ini melalui studinya yang menunjukkan bahwa gambar/grafis kekerasan meningkatkan gangguan kecemasan. Seiring waktu, dampak fisiologis ini menjadi menyebar ke konteks sosial, di mana individu merasa terus-menerus waspada dan takut akan penilaian atau konflik. Reaksi terhadap citra kekerasan sering kali melibatkan perilaku penghindaran, yang merupakan ciri khas kecemasan sosial. Nicklin [20] menemukan bahwa paparan tidak diinginkan terhadap konten kekerasan di media sosial membuat pengguna menghindari interaksi daring karena takut mengalami kejadian serupa.

Penarikan ini juga meluas ke dunia nyata, karena individu dapat menghindari pertemuan sosial atau ruang publik untuk menghindari ancaman yang dirasakan. Leigh [15]

mencatat bahwa penghindaran semacam ini memperkuat kecemasan sosial dengan membatasi peluang untuk mendapatkan penguatan sosial yang positif, menciptakan siklus isolasi dan ketakutan. Platform media sosial memperkuat paparan terhadap gambar/grafis kekerasan melalui algoritma yang memprioritaskan konten sensasional. Nicklin [20] menyoroti bahwa paparan berulang dapat menormalkan agresi, yang mengubah persepsi pengguna terhadap norma sosial. Bhattacharya [4] menambahkan bahwa kebiasaan menonton terus serial kekerasan dapat mengaburkan batas antara fiksi dan realitas, membuat pengguna menjadi terlalu waspada terhadap potensi bahaya dalam interaksi sosial yang biasa. Interaksi antara gambar/grafis kekerasan dan kecemasan sosial juga memiliki dasar *neurobiologis*. Theodorou [26] juga mengaitkannya dengan bias perhatian, di mana individu dengan kecemasan cenderung terpaku pada rangsangan yang mengancam, yang mempertahankan siklus kecemasan.

Penguatan Algoritmik Konten Kekerasan

Koefisien korelasi sebesar 0,699 antara penguatan algoritmik terhadap konten kekerasan (X3) dan kecemasan sosial menunjukkan hubungan positif yang kuat. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang terpapar konten kekerasan yang diperkuat secara algoritmik, seperti video grafis, unggahan agresif, atau berita sensasional, lebih mungkin mengalami peningkatan kecemasan sosial. Korelasi yang kuat ($r = 0,699$) antara penguatan algoritmik konten kekerasan dan kecemasan sosial menyoroti peran desain platform dalam memperburuk tantangan kesehatan mental. Penjelasan teoritis menggarisbawahi mekanisme seperti penguatan persepsi ancaman, dan ketakutan akan evaluasi. Untuk memitigasi dampak negatif ini, platform perlu memprioritaskan transparansi dalam proses algoritmik dan mengintegrasikan perlindungan yang berpusat pada pengguna, seperti filter konten yang dapat disesuaikan [28].

Algoritma media sosial memprioritaskan konten yang mendorong keterlibatan, sering kali memperkuat materi kekerasan atau sensasional untuk memaksimalkan interaksi pengguna. Bagi individu yang memiliki kecenderungan terhadap kecemasan sosial, paparan berulang terhadap konten semacam ini memperkuat bias interpretasi negatif, di mana isyarat sosial yang ambigu (misalnya komentar netral) dipersepsikan sebagai ancaman atau permusuhan [8]. Wang [28] menyatakan bahwa pengguna media sosial di Tiongkok yang terpapar konten kekerasan melaporkan peningkatan kewaspadaan dalam interaksi daring, karena takut terhadap penilaian atau konflik. Algoritma secara desain menciptakan ruang gema (*echo chamber*) yang menjebak pengguna dalam siklus keterlibatan berbasis ketakutan, yang memperburuk kecemasan.

Penguatan algoritmik secara tidak proporsional menampilkan interaksi yang bersifat kekerasan atau agresif (misalnya penghinaan publik, perundungan siber), yang kemudian diinternalisasi oleh pengguna sebagai perilaku sosial yang normal. Thompson [27] menunjukkan bahwa individu dengan kecemasan sosial telah menunjukkan kepekaan berlebihan terhadap tanda-tanda kecemasan yang terlihat (misalnya memerah, gemetar) selama interaksi. Paparan terhadap konten kekerasan yang dikurasi algoritma memperkuat ketakutan akan evaluasi negatif, karena pengguna mengantisipasi adanya permusuhan serupa yang diarahkan kepada mereka. Shaughnessy [23] menghubungkan hal ini dengan interaksi berbasis

teknologi, di mana konten yang bersifat kekerasan atau agresif memicu individu untuk mengantisipasi penolakan atau penghinaan, baik dalam interaksi daring maupun luring.

Daprich [8] mengidentifikasi bahwa kecemasan sosial berkorelasi dengan reaktivitas emosional yang tinggi terhadap ancaman yang dirasakan. Penguatan algoritmik membombardir pengguna dengan konten kekerasan, membebani sistem deteksi ancaman di otak. Seiring waktu, hal ini menyebabkan kewaspadaan kronis, di mana individu kesulitan melepaskan diri dari rangsangan yang memicu kecemasan. Shaughnessy [23] mencatat bahwa kondisi gairah tinggi ini mengganggu regulasi emosi, membuat individu dengan kecemasan sosial lebih rentan menafsirkan bahkan interaksi yang biasa saja sebagai mengancam. Wang [28] menekankan bahwa dampak penguatan algoritmik bervariasi tergantung pada konteks budaya. Dalam studi mereka terhadap pengguna media sosial di Tiongkok, konten kekerasan sering bersinggungan dengan tekanan sosial (misalnya persaingan akademik atau profesional), yang memperbesar ketakutan akan kegagalan di hadapan publik. Demikian pula, Thompson [27] menyoroti bahwa platform seperti TikTok atau Instagram, yang mengutamakan konten visual, cenderung lebih agresif dalam memperkuat citra kekerasan dibandingkan dengan platform berbasis teks, yang kemudian memperkuat respons emosional yang bersifat viseral.

Konten Kekerasan di Dunia Nyata

Koefisien korelasi sebesar 0,593 antara konten kekerasan di dunia nyata (X4) dan kecemasan sosial menunjukkan hubungan positif yang moderat. Ini mengindikasikan bahwa paparan terhadap konten daring yang menggambarkan atau mendorong kekerasan nyata (misalnya ancaman, propaganda ekstremis, kekerasan berbasis gender) berasosiasi dengan peningkatan kecemasan sosial. Korelasi moderat ($r = 0,593$) antara konten kekerasan dunia nyata dan kecemasan sosial mencerminkan interaksi kompleks antara penguatan ancaman, distorsi kognitif, dan penarikan diri secara perilaku. Meskipun tidak sekuat paparan langsung terhadap kekerasan grafis (misalnya X2: $r = 0,760$), hubungan ini menyoroti beban psikologis dari konten yang mengaburkan batas antara bahaya daring dan luring. Intervensi sebaiknya difokuskan pada moderasi konten dan pendekatan aktivisme yang sadar trauma untuk mengurangi kecemasan. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi strategi pembangunan ketahanan bagi pengguna yang berinteraksi di ruang digital yang sarat kekerasan.

Konten yang menghubungkan wacana daring dengan kekerasan di dunia nyata (seperti ancaman siber, ujaran kebencian, atau propaganda ekstremis) mengondisikan individu untuk memandang lingkungan sosial sebagai sesuatu yang berbahaya. Backe [3] menyoroti bahwa kekerasan siber, seperti pelecehan berbasis gender, sering kali mendahului atau menyertai kekerasan fisik, yang menimbulkan kecemasan antisipatif terhadap bahaya di dunia nyata. Kim [13] juga menemukan bahwa korban kekerasan seksual berbasis teknologi meningkatkan kecemasan saat berada di ruang publik, karena takut pelaku akan mewujudkan ancaman online ke dalam tindakan nyata. Hal ini sejalan dengan temuan Backe [3] yang menyatakan bahwa paparan terhadap konten ekstremis menormalkan kekerasan sebagai realitas sosial, sehingga meningkatkan kewaspadaan dan ketidakpercayaan terhadap orang lain.

Paparan berulang terhadap konten yang mengagungkan kekerasan dunia nyata (seperti rekaman kejahatan atau narasi kekerasan dalam hubungan) dapat mendesensitisasi pengguna, namun pada saat yang sama memperkuat bias kognitif negatif. Kim [13] mencatat bahwa

kekerasan dalam hubungan kencan, baik daring maupun luring, memiliki kesamaan psikologis; paparan terhadap narasi abusif dapat membelokkan persepsi terhadap hubungan sehat, sehingga menimbulkan kecemasan terkait keintiman atau penolakan sosial. Kumar [14] mengusulkan untuk mengevaluasi "potensi bahaya" dari unggahan media sosial, yang berkorelasi dengan stres emosional pengguna. Konten yang menggambarkan kekerasan dunia nyata mengaktifkan sistem deteksi ancaman, membuat individu cenderung menafsirkan interaksi netral sebagai ancaman. Ketakutan terhadap konsekuensi nyata dari konten online mendorong perilaku penghindaran.

Sebagai contoh, Bache [3] menunjukkan bahwa bahkan konten aktivisme (seperti unggahan tentang kekerasan berbasis gender) dapat secara paradoks meningkatkan kecemasan karena terus menghadirkan kekerasan dalam kesadaran pengguna. Akibatnya, pengguna mungkin menghindari pertemuan publik atau keterlibatan di media sosial untuk menghindari risiko yang dirasakan, yang mencerminkan pola penghindaran pada kecemasan sosial. Keletihan emosional ini diperparah oleh algoritma media sosial yang menguatkan konten sensasional, yang oleh Kumar [14] dikaitkan dengan skor "potensi bahaya" yang tinggi. Seiring waktu, pengguna dapat mengalami ketidakberdayaan, merasa tidak mampu mencegah kekerasan dunia nyata, sehingga memperparah kecemasan sosial. Kim [13] menekankan bahwa norma budaya memengaruhi bagaimana konten yang terkait kekerasan di dunia nyata dipersepsikan. Di Korea Selatan, struktur patriarki memperbesar kecemasan di kalangan perempuan yang terpapar kekerasan berbasis gender secara daring.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konten kekerasan di media sosial dengan kecemasan sosial di kalangan mahasiswa. Pertama, ditemukan adanya hubungan yang signifikan dengan korelasi yang kuat antara ujaran kebencian serta konten teks yang bersifat toxic terhadap kecemasan sosial. Ini menunjukkan bahwa semakin sering mahasiswa terpapar ujaran kebencian dan teks toxic di media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang mereka alami. Kedua, terdapat korelasi kuat yang signifikan antara paparan gambar atau grafis kekerasan dan kecemasan sosial. Artinya, semakin sering mahasiswa mengonsumsi konten kekerasan visual yang eksplisit di media sosial, maka semakin tinggi pula kecemasan sosial yang dirasakan. Ketiga, hubungan signifikan dengan korelasi kuat juga ditemukan antara penguatan algoritmik terhadap konten kekerasan dan kecemasan sosial. Dengan kata lain, semakin tinggi mahasiswa mengonsumsi konten kekerasan di media sosial, semakin kuat pula algoritma memperkuat paparan terhadap konten tersebut, yang pada akhirnya meningkatkan tingkat kecemasan sosial mereka. Keempat, terdapat hubungan yang signifikan dengan korelasi sedang antara konten kekerasan di dunia nyata dan kecemasan sosial. Ini mengindikasikan bahwa semakin sering mahasiswa melihat konten kekerasan yang terjadi di dunia nyata melalui media sosial, maka semakin tinggi pula kecemasan sosial yang mereka alami. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar fokus pada pengkajian lebih dalam terhadap indikator-indikator dari variabel konten kekerasan di media sosial serta indikator-indikator dari kecemasan sosial.

V. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahmad, A. R., & Murad, H. R. (2020). The impact of social media on panic during the COVID-19 pandemic in iraqi kurdistan: Online questionnaire study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(5). <https://doi.org/10.2196/19556>
- [2] Alkomah, F., & Ma, X. (2022). A Literature Review of Textual Hate Speech Detection Methods and Datasets. In *Information (Switzerland)* (Vol. 13, Issue 6). MDPI. <https://doi.org/10.3390/info13060273>
- [3] Backe, E. L., Lilleston, P., & McCleary-Sills, J. (2018). Networked Individuals, Gendered Violence: A Literature Review of Cyberviolence. *Violence and Gender*, 5(3), 135–146. <https://doi.org/10.1089/vio.2017.0056>
- [4] Bhattacharya, S., Saleem, S. M., & Nath, S. (2025). Screened Shadows: Navigating the Impact of Violent Movies and Crime OTT Series on Mental Well-Being. *Indian Journal of Community Medicine*. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_360_24
- [5] Carr, C. T., & Hayes, R. A. (2015). Social Media: Defining, Developing, and Divining. *Atlantic Journal of Communication*, 23(1), 46–65. <https://doi.org/10.1080/15456870.2015.972282>
- [6] Chapman, J., Halldorsson, B., & Creswell, C. (2020). Mental Imagery in Social Anxiety in Children and Young People: A Systematic Review. In *Clinical Child and Family Psychology Review* (Vol. 23, Issue 3, pp. 379–392). Springer. <https://doi.org/10.1007/s10567-020-00316-2>
- [7] Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (4th ed.). Boston, MA: Pearson.
- [8] Dapprich, A. L., Becker, E. S., Derks, L. M., Legenbauer, T., & Lange, W. G. (2023). Specific interpretation biases as a function of social anxiety and callous-unemotional traits in a community and a clinical adolescent sample. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00585-z>
- [9] Gamal, D., Alfonse, M., Jiménez-Zafra, S. M., & Aref, M. (2023). Intelligent Multi-Lingual Cyber-Hate Detection in Online Social Networks: Taxonomy, Approaches, Datasets, and Open Challenges. *Big Data and Cognitive Computing*, 7(2). <https://doi.org/10.3390/bdcc7020058>
- [10] Hur, J., Deyoung, K. A., Islam, S., Anderson, A. S., Barstead, M. G., & Shackman, A. J. (2020). Social context and the real-world consequences of social anxiety. *Psychological Medicine*, 50(12), 1989–2000. <https://doi.org/10.1017/S0033291719002022>
- [11] Isha, Anjali, Karuna Sharma, Kirti, & Vibha Pratap. (2025). Classifying Toxic Comments with Machine Learning and Deep Learning Approaches. *International Journal of Scientific Research in Science and Technology*, 12(2), 1074–1082. <https://doi.org/10.32628/IJSRST251222664>

- [12] Kanclerz, K., Figas, A., Gruza, M., Kajdanowicz, T., Kocó, J., Puchalska, D., & Kazienko, P. (2021). Controversy and Conformity: from Generalized to Personalized Aggressiveness Detection. <https://github.com/CLARIN-PL/>
- [13] Kim, S., Choi, E., & Champion, J. D. (2024). Technology-facilitated Sexual Violence in South Korea: A Content Analysis of a Website for Victims. *Violence Against Women*, 30(11), 3077–3090. <https://doi.org/10.1177/10778012231172712>
- [14] Kumar, R., Bhalla, O., Vanthi, M., Wani, S. M., & Singh, S. (2024). HarmPot: An Annotation Framework for Evaluating Offline Harm Potential of Social Media Text. <http://arxiv.org/abs/2403.11108>
- [15] Leigh, E., Chiu, K., & Clark, D. M. (2020). The effects of modifying mental imagery in adolescent social anxiety. *PLoS ONE*, 15(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230826>
- [16] Liu, X., Huang, J., Yu, N. X., Li, Q., & Zhu, T. (2020). Mediation effect of suicide-related social media use behaviors on the association between suicidal ideation and suicide attempt: Cross-sectional questionnaire study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(4). <https://doi.org/10.2196/14940>
- [17] Mamun, M., & Rashid, O. (2022). Textual Toxicity in Social Media: Understanding the Bangla Toxic Language Expressed in Facebook Comment. <https://doi.org/10.17632/9PZ8SSMC49.1>
- [18] Matier, L. (2021). Social media and communication (research essay). In Townsend, Julie, *21st-century media and issues*. <https://pressbooks.ulib.csuohio.edu/understanding-literacy-in-our-lives/chapter/6-10-2-social-media-and-communication-research-essay/>
- [19] McDermott, T. J., Kirlic, N., & Aupperle, R. L. (2018). Roadmap for optimizing the clinical utility of emotional stress paradigms in human neuroimaging research. In *Neurobiology of Stress* (Vol. 8, pp. 134–146). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.ynstr.2018.05.001>
- [20] Nicklin, L. L., Swain, E., & Lloyd, J. (2020). Reactions to unsolicited violent, and sexual, explicit media content shared over social media: Gender differences and links with prior exposure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124296>
- [21] Nithya, D. D., S, N. K., S, T., & R, V. (2024). Advanced Social Media Toxic Comments Detection System Using AI. *International Journal for Research in Applied Science and Engineering Technology*, 12(4), 4719–4724. <https://doi.org/10.22214/ijraset.2024.61145>
- [22] Ravindran, T., Yeow Kuan, A. C., & Hoe Lian, D. G. (2014). Antecedents and effects of social network fatigue. *Journal of the Association for Information Science and Technology*, 65(11), 2306–2320.

-
- [23] Shaughnessy, K., Fehr, C. J., Ashley, M., Braham, J., Labelle, P. R., Ouimet, A. J., Corsini-Munt, S., Ashbaugh, A. R., & Reissing, E. D. (2022). Technology-Mediated Sexual Interactions, Social Anxiety, and Sexual Wellbeing: A Scoping Review. In *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12(8), 904–932). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12080066>
- [24] Smith, D., Leonis, T., & Anandavalli, S. (2021). Belonging and loneliness in cyberspace: impacts of social media on adolescents' well-being. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 12–23. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1898914>
- [25] Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- [26] Theodorou, M., Konstantinou, N., & Panayiotou, G. (2021). Your face scares me: Effects of Perceptual load and Social Anxiety on processing of threatening and neutral faces. *PLoS ONE*, 16(3 March). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248733>
- [27] Thompson, T., van Zalk, N., Marshall, C., Sargeant, M., & Stubbs, B. (2019). Social anxiety increases visible anxiety signs during social encounters but does not impair performance. *BMC Psychology*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0300-5>
- [28] Wang, Y. (2024). The Impact of Violent Social Media Content on Human Behaviour. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 42(1), 152–158. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/42/20240789>