
Penggunaan Media Sosial Pada Lansia: *Study Literature*

Arjuna¹, Bobby Nurmagandi^{2*}

¹Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Institut Citra Internasional, Bangka Belitung, Pangkal Pinang

²Prodi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sulawesi Barat, Majene, Sulawesi Barat

*E-mail Korespondensi: nurmagandi.bob@gmail.com

DOI: [10.33859/dksm.v14i2.887](https://doi.org/10.33859/dksm.v14i2.887)

Abstrak

Latar belakang: Penggunaan sosial media saat ini mengalami peningkatan seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi. Peningkatan sosial media saat ini menasar pada seluruh kalangan usia khususnya lansia. usia lansia dimana tubuh mulai mengalami penurunan fisiologis.

Tujuan: *Study literature* untuk mengidentifikasi dampak serta manfaat penggunaan media sosial pada lansia.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain literatur review terkait penggunaan media sosial pada lansia. Pencarian artikel dalam *study literature* ini menggunakan 2 *data based* elektronik yaitu *Science Direct* dan *Google Scholar*, Kriteria inklusi yang ditetapkan dalam penelusuran artikel yakni penelitian kuantitatif, artikel berbahasa Inggris dan Indonesia, artikel terbit tahun 2016-2022. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah Lansia dan Media Sosial.

Hasil: Penggunaan media sosial pada lansia dapat meningkatkan status kesehatan, kualitas hidup, informasi kesehatan serta mempertahankan interaksi sosial lansia secara positif.

Kesimpulan: Lansia dapat dianjurkan mengakses media sosial, namun dengan pengawasan dari anggota keluarga lainnya.

Kata Kunci: Lansia, Media Sosial.

Social Media Use in the Elderly: A Literature Study

Abstract

Background: *The use of social media is currently increasing along with the rapid development of technology. The increase in social media is currently targeting all ages, especially the elderly. the elderly are an age where the body begins to experience physiological.*

Objective: *A literature study to identify the impact and benefits of social media use in the elderly.*

Methods: *This study uses a literature review design related to the use of social media in the elderly. The search for articles in this literature study uses 2 electronic data bases, namely Science Direct and Google Scholar. The inclusion criteria set in the article search are quantitative research, English and Indonesian articles, articles published in 2016-2022. The keywords used in the search were Elderly and Social Media.*

Results: *The use of social media in the elderly can improve health status, quality of life, health information and maintain positive elderly social interactions.*

Conclusion: *The elderly can be encouraged to access social media, but with supervision from other family members.*

Keywords: *Elderly, Social Media.*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi saat ini sangat pesat dan setiap tahun terus mengalami peningkatan (Kemenkominfo, 2022). Seluruh bidang kehidupan saat ini telah terpengaruh dengan penggunaan teknologi khususnya media sosial diseluruh kalangan usia, Penggunaan media sosial saat ini telah memiliki pengaruh terhadap aktifitas lansia (Rayyan, 2022). Saat ini terdapat 68,9% dari total penduduk Indonesia yang menggunakan media sosial dan menduduki peringkat kesepuluh secara global lamanya mengakses dalam sehari dengan rata-rata waktu 3 jam 17 menit (We Are Social &

Hootsuite, 2022). Hal ini menunjukkan waktu akses media social setiap harinya sangat tinggi pada masyarakat. Selain itu, pengguna media social tidak hanya kalangan anak muda dan dewasa saja tetapi sudah dijangkau oleh lansia.

Sekitar 80,32% dari total populasi lansia di Indonesia adalah pengguna media sosial (Kominfo, 2017). Adapun media yang sering diakses yaitu Facebook 92,75%, youtube 53,14% dan instagram 37,85% (Kemenkominfo, 2019). Penggunaan media sosial dikalangan lansia mengalami peningkatan yang bertujuan untuk mengakses informasi yang berhubungan dengan kondisi

kesehatan yang dialami. Social media menyediakan interaksi atau kesempatan untuk menyebarkan atau menerima informasi mengenai status kesehatan yang dialami (Parida et al., 2016). Media sosial juga digunakan oleh lansia untuk berkomunikasi dengan keluarga atau teman, mencari informasi, gaya hidup sehat, eksistensi diri, dan informasi mengenai kesehatan. (Kheokao et al., 2019; Maulida et al., 2021).

Lansia yang menggunakan media sosial lebih bahagia dibandingkan lansia yang tidak menggunakan media sosial (Madanih & Purnamasari, 2021). Selain bahagia, kesehatan lansia secara umum juga lebih baik akibat penggunaan media sosial (Habibi et al., 2021). Walaupun memiliki aspek positif, penggunaan media sosial pada lansia dapat menyebabkan masalah pada kesehatan fisik dan mental lansia (Gunawan et al., 2021). Berdasarkan uraian diatas, pelaksanaan *study literature* ini bertujuan memaparkan bukti ilmiah penggunaan sosial media dikalangan lansia khususnya terhadap kesehatan lansia.

Metode

Metode penulisan artikel ini menggunakan *study literature* yang didapat melalui pencarian elektronik dari 2 *data based*, yaitu: *Science Direct* dan *Google Scholar*. Kriteria inklusi yang ditetapkan dalam penelusuran artikel yakni penelitian kuantitatif, artikel berbahasa Inggris dan Indonesia, artikel terbit tahun 2016-2022. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah Lansia dan Media Sosial. Hasil penelusuran ditemukan 10 artikel yang relevan dan sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan.

Hasil

Hasil penelusuran artikel diperoleh 10 artikel yang relevan berdasarkan kriteria inklusi dengan tahun terbit antara 2016 - 2022. Sebaran artikel berdasarkan negara asal yakni dari Indonesia, Iran, Thailand, Malaysia, Amerika dan Swedia. Berdasarkan hasil studi literatur diperoleh data bahwa lansia pengguna media sosial memiliki kualitas kesehatan yang baik, media sosial membantu interaksi sosial lansia, kualitas hidup lansia pengguna media sosial mengalami peningkatan, serta media sosial meningkatkan informasi lansia terhadap kondisi kesehatan yang dialami. hasil *study literature* dapat dilihat pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Penggunaan Media Sosial Pada Lansia

No	Judul	Penulis	Tahun	Metode	Negara	Sampel	Hasil
1	The Relationship between Social Media Usage and General Health in the Older People of Shiraz City in Iran	Leila Habibi, Hamid Reza Farpour, Ali Reza Simab, Mohammad Abbas Bejeshk, Mohammad Amin Rajizadeh, Sima Farpour	2021	Cross-sectional study	Iran	197 lansia	Kesehatan lansia yang menggunakan media sosial secara umum lebih baik dibandingkan lansia yang tidak menggunakan media sosial.
2	Analyzing the usage of social media: A study on elderly in Malaysia	Chan Eang Teng, Tang Mui Joo	2017	Mixed methods dengan survey dan wawancara.	Malaysia	200 lansia	Penggunaan media sosial untuk terhubung dengan keluarga, teman, dan untuk tujuan rekreasi.
3	Social media communication and loneliness among older adults: The mediating roles of social support and social contact	Kunyu Zhang, Kyungmin Kim, Nina M. Silverstein, Qian Song, and Jeffrey A. Burr	2021	Cross sectional study	Amerika	7.524 lansia,	Penggunaan media sosial berkaitan dengan adanya dukungan sosial dan kontak sosial yang lebih tinggi, sehingga rendah mengalami kesepian
4	How Social Media Use at Work Affects Improvement of Older People's Willingness to Delay Retirement During Transfer From Demographic Bonus to Health Bonus: Causal Relationship Empirical Study	Yiming Ma1, Changyong Liang, Dongxiao Gu, Shuping Zhao, Xuejie Yang, Xiaoyu Wang	2018	Cross sectional study	China	1020 Lansia	Penggunaan media sosial di tempat kerja berdampak positif pada orang tua sehingga bersedia untuk menunda pensiun
5	Social participation of the elderly in China: The roles of conventional media, digital access and social media engagement (He et al., 2020)	Tao He, Changqin Huang, Ming Li, Yuqiong Zhou, Shihua Li	2020	Cross sectional study	China	1.399 Lansia	Penggunaan media sosial pada lansia berdampak positif terhadap partisipasi sosial lansia.
6	Acceptance and Use of Social Media among Elderly during COVID-19 Pandemic in Malaysia (Jamil & Shahrom, 2022)	Norhayatimah Binti Jamil and Melissa Shahrom	2022	Cross sectional study	Malaysia	30 Lansia	Lansia menerima dan menggunakan media sosial untuk peningkatan kualitas hidup
7	Factors for Elderly Use of Social Media for Health-Related Activities (Parida et al., 2016)	Vinit Parida, Rana Mostaghel and Pejvak Oghazi	2016	Cross sectional study	Sweden	610 elderly	Penggunaan media sosial untuk memperoleh informasi mengenai kesehatan
8	Online Health Information Seeking Behaviors Among the Thai Elderly Social Media Users (Kheokao et al., 2019)	Jantima Kheokao, Kanyarat Ubolwan, Kitsanaporn Tipkanjanaraykha and Unya Plodpluang	2019	Cross sectional study	Thailand	1.237 Lansia	Penggunaan media sosial untuk memperoleh informasi kesehatan yakni gaya hidup sehat, terapi dan pengobatan
9	Hubungan penggunaan media sosial sebagai alat komunikasi dengan kebahagiaan lanjut usia di Indonesia (Madanih & Purnamasari, 2021)	Rahmawati Madanih and Oktaviana Purnamasari	2021	Cross sectional study	Indonesia	1.200 Lansia	Lansia pengguna media sosial lebih bahagia dibandingkan dengan lansia bukan pengguna media sosial
10	Effects of WeChat use on the subjective health of older adults (Wei et al., 2022)	Ning Wei, Dingqiang Sun and Wenhao Huang	2022	Cross sectional study	China	5.442 Lansia	Media sosial WeChat memiliki dampak positif terhadap kesehatan penggunaannya serta meningkatkan rata-rata status kesehatan fisik dan mental penggunaannya.

Pembahasan

Penggunaan media sosial dikalangan lansia mengalami peningkatan terutama setelah masa pandemi Covid-19. Peningkatan ini disebabkan karena pesatnya peningkatan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi serta untuk mengatasi perasaan kesepian dan yang dialami oleh lansia. Perasaan kesepian yang dialami lansia disebabkan oleh kehilangan pasangan akibat kematian, penurunan kemampuan interaksi sosial akibat kondisi fisik yang menurun serta anggota keluarga yang bekerja atau tinggal terpisah dengan lansia (Setyowati et al., 2021). Penggunaan sosial media mampu meningkatkan semangat lansia untuk berinteraksi sosial dengan orang lain karena lansia sangat tertarik untuk membagikan ide dan pengetahuan yang dimiliki kepada komunitas onlinenya (Jamil & Shahrom, 2022). Lansia juga memperoleh rasa nyaman serta perasaan terhibur saat menggunakan sosial media (Rachmazinein & Soedarsono, 2021), serta dapat mencurahkan perasaan atau keresahan yang dialami kepada teman

onlinenya sehingga lansia dapat mempertahankan kesejahteraan emosionalnya (Haris et al., 2015).

Penggunaan sosial media dikalangan lansia juga dapat meningkatkan informasi dan pengetahuan kesehatan terkait kondisi kesehatan lansia. Lansia mengalami penurunan pengetahuan karena dipengaruhi oleh penurunan kognitif sehingga berdampak pada terganggunya fungsi sosial, pekerjaan serta perilaku kesehatan (Safitri & Pradana, 2021). Oleh karena itu penggunaan media sosial dapat membuat lansia memperoleh banyak informasi (Rachmazinein & Soedarsono, 2021). Informasi utama yang mereka akses adalah kesehatan. Hal ini dapat berdampak positif karena meningkatkan perilaku hidup sehat lansia agar tidak mengalami masalah kesehatan (Teng & Joo, 2017). Selain informasi kesehatan, media sosial juga membuat lansia dapat memperoleh informasi mengenai kegiatan keagamaan yang berpengaruh kepada kualitas hidup lansia yang baik (Haris et al., 2015).

Walaupun memiliki dampak positif yakni meningkatkan fungsi dan interaksi sosial lansia serta pengetahuan dan perilaku lansia mengenai kondisi kesehatan yang dialami, penggunaan sosial media juga dapat berdampak negatif yakni dapat mengarah kepada peningkatan isolasi sosial yang berdampak pada penurunan kemampuan interaksi sosial secara langsung karena lansia lebih banyak menghabiskan waktu dengan mengakses sosial media dibandingkan untuk berinteraksi dengan orang lain (Teng & Joo, 2017). Kondisi ini semakin memperburuk interaksi sosial lansia yang sudah mengalami penurunan terutama di dalam keluarga karena penurunan kondisi fisik untuk interaksi sosial di luar rumah, serta anak yang sibuk bekerja di luar rumah bahkan yang mengalami pisah rumah dengan anggota keluarga lainnya (Anita Sari, 2021). Kondisi ini dapat berakibat pada masalah kesehatan fisik seperti penurunan kualitas istirahat dan tidur akibat lebih banyak menghabiskan waktu mengakses sosial media.

Berdasarkan uraian diatas, penggunaan media sosial dikalangan lansia sangat baik,

namun penggunaan sosial media oleh lansia perlu mendapatkan pengawasan dari keluarga terutama waktu penggunaan agar tidak mengganggu aktifitas lansia seperti interaksi sosial secara langsung, waktu istirahat, tidur dan makan serta olahraga agar penggunaan media sosial tidak berdampak negatif.

KESIMPULAN

Penggunaan sosial media berdampak positif bagi lansia karena dapat meningkatkan kesejahteraan lansia melalui peningkatan interaksi sosial, pengetahuan lansia terhadap kondisi kesehatannya serta perilaku untuk meningkatkan status kesehatannya. Walaupun berdampak positif, namun penggunaan media sosial pada lansia perlu pengawasan dari keluarga atau orang terdekat agar penggunaan sosial media ini tidak berdampak negatif yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia.

Daftar Pustaka

- Anita Sari, L. (2021). Interaksi Sosial pada Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 80–88. <https://doi.org/10.22437/jini.v2i2.15575>
- Gunawan, R., Aulia, S., Supeno, H., Wijanarko, A., Uwiringiyimana, J. P., & Mahayana, D. (2021). Adiksi Media Sosial dan Gadget bagi Pengguna Internet di Indonesia. *Techno-Socio Ekonomika*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.32897/techno.2021.14.1.544>
- Habibi, L., Farpour, H. R., Simab, A. R., Bejeshk, M. A., Rajizadeh, M. A., & Farpour, S. (2021). The Relationship between Social Media Usage and General Health in the Older People of Shiraz City in Iran. *Ageing International*, 46(4), 453–464. <https://doi.org/10.1007/s12126-020-09402-w>
- Haris, N., Majid, R. A., Abdullah, N., & Osman, R. (2015). The role of social media in supporting elderly quality daily life. *Proceedings - 2014 3rd International Conference on User Science and Engineering: Experience. Engineer. Engage, i-USER 2014*, 253–257. <https://doi.org/10.1109/IUSER.2014.7002712>
- He, T., Huang, C., Li, M., Zhou, Y., & Li, S. (2020). Social participation of the elderly in China: The roles of conventional media, digital access and social media engagement. *Telematics and Informatics*, 48(January), 101347. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101347>
- Jamil, N. B., & Shahrom, M. (2022). Acceptance and Use of Social Media among Elderly during COVID-19 Pandemic in Malaysia Acceptance and Use of Social Media among Elderly during COVID-19 Pandemic in Malaysia. *Empirical Economics Letters*, 21(2).
- Kemenkominfo. (2019). *Survey Pengguna TIK Serta Implikasinya terhadap Aspek Sosial, Budaya dan Ekonomi Masyarakat*.
- Kemenkominfo. (2022). *Status Literasi Digital Indonesia 2022*.
- Kheokao, J., Ubolwan, K., Tipkanjanaraykha, K., & Plodpluang, U. (2019). Online Health Information Seeking Behaviors Among the Thai Elderly Social Media Users. *Journal of the Thai Library Association*, 12(1), 60–76.
- Kominfo. (2017). *Survey Penggunaan TIK 2017*.
- Madanih, R., & Purnamasari, O. (2021). *Hubungan Penggunaan Media Sosial Sebagai Alat Komunikasi Dengan Kebahagiaan Lanjut Usia Di Indonesia*. 5(1), 99–109.
- Maulida, S., Lestari, S., Wardhiana, S., Sosiologi, P. S., & Barat, P. (2021). *LANSIA DAN MEDIA SOSIAL (Studi Aktivitas Lansia dalam Penggunaan Media Sosial Whatsapp di Kelurahan Kober Banyumas)*. 1(September), 23–41.
- Parida, V., Mostaghel, R., & Oghazi, P. (2016). Factors for Elderly Use of Social Media for Health-Related Activities. *Psychology & Marketing*, 33(12), 1134–1141. <https://doi.org/10.1002/mar>

- Rachmazine, S., & Soedarsono, D. K. (2021). Motif Lanjut Usia Menengah dalam Menggunakan Media Sosial Facebook di Kota Bandung. *E-Proceeding of Management*, 8(2), 1769–1777.
- Rayyan, F. A. (2022). *The Influence of Social Media for Millennials in the Digital Age*. 2(2), 205–210.
- Safitri, F. D., & Pradana, A. A. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Pencegahan Demensia pada Lansia : Telaah Literatur. *Public Health and Safety International Journal*, 1(02), 27–34.
<https://doi.org/10.55642/phasij.v1i02.117>
- Setyowati, S., Sigit, P., & Maulidiyah, R. I. (2021). Spiritualitas Berhubungan Dengan Kesepian Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Jiwa*, 4(1), 67–78.
- Teng, C. E., & Joo, T. M. (2017). Analyzing the usage of social media: A study on elderly in Malaysia. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 11(3), 737–743.
- We Are Social, & Hootsuite. (2022). *Digital 2022 : Global Overview Report*.
- Wei, N., Sun, D., & Huang, W. (2022). Effects of WeChat use on the subjective health of older adults. *Frontiers in Psychology*, 13(September), 1–10.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.919889>