

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada beberapa tahun terakhir, penggunaan media digital seperti komputer, *smartphone*, dan media sosial mengalami peningkatan signifikan. Fenomena ini merupakan salah bentuk dari dampak globalisasi yang berorientasi pada perubahan-perubahan dan penemuan teknologi serta inovasi. Fenomena pesatnya pertumbuhan media digital ini juga menjadi alasan individu pada zaman sekarang mudah mendapatkan akses informasi pada beragam sumber daya digital. Peran teknologi komunikasi dan media saat ini merupakan salah satu bagian paling penting dalam perkembangan peradaban manusia dan pesatnya perkembangan teknologi tanpa henti sepanjang sejarah peradaban menjadi pertanda bahwa inovasi teknologi media selalu mengalami perubahan.

Kehadiran media digital di tengah era globalisasi seakan memberikan tuntutan pada setiap individu agar mampu menjadi lebih peka terhadap sesuatu yang sedang trend di kalangan masyarakat. Keberadaan teknologi telah menjadi candu bagi Masyarakat, mendorong sikap individualis yang tidak peduli dengan lingkungan. Pada dasarnya, manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain untuk bertahan hidup. Karena itu, teknologi tidak dapat menggantikan kebutuhan fisik manusia untuk hidup di tempat dan waktu tertentu (Mulyadi & Liauw, 2020).

Hadirnya nilai-nilai baru menjadi salah satu hal yang tidak dapat dipungkiri sebagai akibat dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, baik itu nilai-nilai yang memperkuat atau menghilangkan nilai-nilai yang sejak lama tertanam pada kebiasaan masyarakat. Diantaranya perubahan nilai-nilai dalam bersikap, bertindak, dan berperilaku antar individu, dalam keluarga, dan masyarakat. Selain terjadinya pergeseran nilai, pengaruh lain yang dapat timbul dari adanya perubahan ini adalah keyakinan, kebiasaan, serta perilaku. Terkait pola perubahan nilai, keyakinan, kebiasaan dan perilaku itu disebut sebagai kultural teknologi adalah hasil budaya manusia yang berpeluang menghadirkan dan menyuburkan budaya baru.

Sehubungan dengan hal tersebut, Rabbani & Najicha (2023) menjelaskan bahwa perkembangan teknologi yang sangat pesat mengusung adanya perubahan kehidupan sosial masyarakat saat ini merupakan sesuatu yang fenomena tidak dapat dihindari. Teknologi hadir dengan memunculkan berbagai wacana kemudahan dalam bidang teknologi komunikasi membuat pola kehidupan masyarakat juga semakin tergantung pada teknologi-teknologi yang ada. Salah satunya fenomena kehadiran media sosial yang semakin hari menjadi sebagai salah satu kebutuhan primer bagi kehidupan masyarakat modern.

Di samping itu, terdapat risiko yang paling mungkin terjadi dari penggunaan media digital adalah timbulnya kejenuhan sebagai akibat dari paparan media elektronik yang berlebihan dan tanpa disertai dengan peningkatan literasi

media hingga dapat memicu terjadinya tindakan sosial yang menyimpang. Fenomena ini disebut sebagai *digital fatigue*.

Digital fatigue atau kelelahan digital merupakan suatu kondisi di mana individu mengalami kelelahan mental dan fisik akibat pemakaian media secara berulang dan terus menerus. Kondisi ini ditandai dengan kelelahan yang berlebihan, stres, merasa bosan dan malas bergerak, sakit kepala, sulit untuk berkonsentrasi, malas bersosialisasi dan sibuk dengan aktivitas gadget. Kelelahan digital ini merupakan masalah kesehatan yang banyak terjadi di lingkungan industri atau pekerja saat ini yang terutama mengandalkan platform digital. *Digital fatigue* tidak hanya dilihat dari kondisi fisik individu yang mengalami perubahan, melainkan juga berdampak pada aspek psikologis individu terutama dalam hal ini pekerja. Secara psikologis, kelelahan digital berdampak pada pikiran sebagai hasil dari kesadaran, perasaan, atau dorongan. Hal ini dapat menyebabkan masalah seperti tertekan, ketergantungan, *moodyan*, dan perilaku lainnya. Fenomena *digital fatigue* ini memberikan pengaruh yang kompleks terhadap aspek sosial terutama pola interaksi manusia dan memiliki dampak yang cukup serius pada aspek psikologis dan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan media digital dan sosial media berpengaruh terhadap pola interaksi sehingga berbeda dari pola interaksi sebelumnya. Dampaknya dapat kita lihat pada kasus menurunnya kualitas interaksi sehingga seseorang menjadi kurang responsif pada interaksi sosial di dunia nyata. Kondisi seperti ini cenderung membuat individu menjadi lebih tertutup, kurang empati, dan kurang bisa memahami ekspresi lawan bicara secara non-verbal. Seseorang yang mengalami *digital fatigue* cenderung sulit untuk fokus dan mudah terdistraksi oleh hal-hal yang sudah menjadi kebiasaan untuk mendapatkan perhatian mereka, contohnya selalu memeriksa notifikasi *Handphone* walau sedang berinteraksi dengan seseorang sehingga mengurangi perhatian terhadap lawan bicara. *Digital fatigue* bisa berkontribusi pada terjadinya *burn out* yang dialami individu, yakni kondisi yang timbul akibat stres berat yang berlangsung secara berkepanjangan dalam konteks pekerjaan yakni kondisi yang timbul akibat stres berat yang berlangsung secara berkepanjangan dalam konteks pekerjaan (Rabbani & Najicha, 2023). Pada lingkungan kerja khususnya di kalangan pegawai, pengaruh *digital fatigue* dapat dilihat pada terbaginya konsentrasi pegawai dalam menyelesaikan pekerjaan karena difokuskan pada penggunaan internet tanpa batas. Banyak pegawai yang mengalami *burn out* yang mengakibatkan tidak maksimalnya kinerja pegawai pada sebuah organisasi, dan hal inilah yang selanjutnya akan berpengaruh kepada cara pegawai bertindak dan berinteraksi (Indriani et al., 2023).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Febreza & Junaidi (2022) yang di mana mahasiswa Jurusan Sosiologi sebagai sampelnya dan menggunakan *Fatigue Severity Scale (FSS)* menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami persentase kelelahan paling rendah 40% dan yang tertinggi 70% setelah beraktivitas menggunakan media digital dalam jangka waktu yang lama. Di sisi lain bisa dilihat dari cara mereka melakukan proses interaksi, mahasiswa cenderung membentuk kelompok atau lingkaran yang terdiri dari teman-teman yang sudah

akrab saat belajar secara *online*. Akibatnya, sulit bagi mereka untuk bekerja sama saat berkumpul dalam kelompok belajar ketika mereka berada dalam kelompok baru. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengurangi kelelahan yang disebabkan oleh penggunaan media digital secara berlebihan serta meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk berinteraksi dan bekerja sama dengan anggota kelompok yang berbeda.

Penelitian lain yang menganalisis dampak dari *digital fatigue* ditinjau dari perspektif Rhenald Kasali, bahwa kelelahan digital dapat berpengaruh pada kondisi psikologis individu seperti gangguan tidur, emosi yang sulit terkontrol, hingga depresi. Tidak adanya batasan seseorang terpapar radiasi komputer atau *handphone* adalah hal yang seakan dianggap biasa saja oleh generasi saat ini. Sementara ada resiko jelas mengintai. Tidak heran jika *mood* anak muda zaman sekarang sangat berubah. Istilah ini disebut *mood swing* yang tanpa disadari merupakan indikasi bahwa seseorang mengalami *digital fatigue*. Hal tersebut dapat berimbas pada kualitas interaksi sosial seseorang dengan lingkungannya yang awalnya baik dan dinamis menjadi interaksi yang kurang baik dan tidak bersemangat (Aulia & Asbari, 2023).

Berdasarkan dua penelitian sebelumnya bahwa intensitas penggunaan media digital dalam konteks yang berlebihan khususnya gadget sebagai media komunikasi atau digunakan untuk bekerja dapat berdampak negatif pada tingkat stres, tidak terkecuali karyawan atau pegawai yang menggunakan media digital seperti Laptop dan *handphone* dalam bekerja. Oleh karena itu, penting bagi organisasi berupaya untuk mempertimbangkan strategi untuk mengatasi stres kerja yang disebabkan oleh teknologi digital. Beberapa strategi diantaranya yang mungkin termasuk memberikan pelatihan, menetapkan batasan, memberikan dukungan, menetapkan kebijakan yang jelas, dan meningkatkan kesadaran karyawan. Dengan adanya upaya atau strategi organisasi dalam menangani kasus kejenuhan yang dialami oleh pegawai di lingkungan kerja, dapat membantu karyawan untuk merasa lebih tenang dan meningkatkan keseimbangan kehidupan kerja mereka, serta meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan secara keseluruhan (Ade et al., 2023).

Fenomena kelelahan digital di lingkungan pengguna media digital ini sangat mungkin dirasakan oleh pegawai, salah satunya Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan (BP2P) Sulawesi III, di mana dominasi penggunaan gadget sebagai salah satu tuntutan pekerjaan sehingga *overstimulasi visual* dan sensorik dapat terjadi. Besar kemungkinan gangguan psikologis dan sosiologis yang dialami oleh pegawai di era ini didorong untuk mengikuti arus perkembangan teknologi dan komunikasi. Selain itu juga penggunaan teknologi dan informasi di kalangan pegawai sebagai penunjang utama dalam melangsungkan pekerjaan serta tuntutan gaya hidup saat ini.

Fenomena *digital fatigue* memiliki efek yang signifikan dalam konteks sosial saat ini, terutama pada munculnya isu-isu terkait kesehatan mental, keseimbangan kehidupan, dan kinerja individu dalam masyarakat yang semakin terkoneksi secara digital. Penelitian terkait *digital fatigue* semakin penting dilakukan

mengingat dampaknya yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu serta pola interaksi sosial. Salah satu aspek yang perlu diperhatikan adalah bagaimana *digital fatigue* memengaruhi pola interaksi antarindividu, baik dalam konteks interpersonal maupun sosial.

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah yang menjadi fokus adalah menganalisis bagaimana *digital fatigue* dapat berpengaruh pada pola interaksi pekerja, dalam hal ini, pegawai Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III. Melalui analisis ini, diharapkan dapat lebih dipahami mekanisme dan dampak *digital fatigue* terhadap interaksi manusia di era digital saat ini. Penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi penting dalam pengembangan strategi mitigasi dan pencegahan *digital fatigue* agar penggunaan teknologi digital dapat lebih seimbang dan berdampak positif bagi kesejahteraan psikologis individu serta interaksi sosial yang lebih sehat. Maka dari itu dirumuskan penelitian yang berjudul "Pengaruh Fenomena *digital fatigue* terhadap Pola Interaksi Pegawai Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan (BP2P) Sulawesi III".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana tingkat *digital fatigue* yang dialami pegawai di lingkungan Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III?
- 1.2.2 Apakah terdapat pengaruh tingkat *digital fatigue* terhadap pola interaksi pegawai yang terjalin di lingkungan kerja Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.3.1 Mengetahui tingkat *digital fatigue* yang dialami pegawai di lingkungan Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III.
- 2.3.1 Mengetahui apakah terdapat pengaruh *digital fatigue* terhadap pola interaksi pegawai yang terjalin dalam lingkungan kerja Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Ilmiah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi, bahan bacaan, sumber kajian ilmiah yang dapat menambah wawasan pengetahuan dan sebagai sarana atau rujukan bagi peneliti berikutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut terkait fenomena yang relevan dengan *digital fatigue* atau yang berhubungan dengan dampak dari penggunaan teknologi digital.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan masukan kepada Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III dalam upaya

mencegah efek kejenuhan terhadap media digital yang dialami oleh pegawai yang berpengaruh terhadap produktivitas kerja dan memberikan efek psikologis, serta berdampak pada pola hubungan interaksi antara pegawai.

1.4.3 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi pengalaman yang sangat berharga terutama dalam mengetahui apakah terdapat hubungan antara *digital fatigue* dengan pola interaksi di kalangan pegawai menggunakan instrument penelitian sebagai alat ukur dan menambah wawasan serta keterampilan bagi peneliti dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama proses perkuliahan di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin, khususnya Departemen Sosiologi.

1.5 Konsep *Digital Fatigue*

1.5.1 Definisi *Digital Fatigue*

Digital atau digitalisasi merupakan bentuk perubahan dari teknologi mekanik dan elektronik analog ke teknologi digital. Digitalisasi merupakan pertanda awal era reformasi digital, yaitu perkembangan teknologi yang sering dikaitkan dengan kemunculan internet dan komputer. Sementara *Fatigue* berasal dari kata "fatigare" yang diartikan hilang atau lenyap, sehingga secara umum *fatigue* sering diartikan sebagai perubahan dari keadaan yang awalnya sehat, kuat, bersemangat ke keadaan yang lemah.

Teori penggunaan media menjelaskan bahwa hadirnya media digital dapat melahirkan budaya-budaya atau bentuk-bentuk interaksi sosial yang berbeda dengan sebelumnya. Dasarnya interaksi merupakan proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial, sebagaimana harusnya seseorang hidup dalam sebuah kelompok, baik dalam sebuah kelompok kecil maupun kelompok masyarakat luas. Singkatnya *digital fatigue* merupakan bentuk kontribusi dari penggunaan teknologi atau media digital yang berlebihan. Media sosial adalah platform utama di mana generasi saat ini rentan mengalami *digital fatigue* yang dapat memengaruhi persepsi seseorang terhadap pola interaksi sosial (Cahya et al., 2023).

1.5.2 *Digital Fatigue* dari Perspektif Sosiologi

Dalam Sosiologi dikenal satu disiplin ilmu, yaitu sosiologi digital yang membahas mengenai perkembangan teknologi khususnya internet dan media sosial yang memengaruhi cara masyarakat berkomunikasi, berinteraksi, dan membentuk identitas sosial. Dampaknya pada masyarakat masa depan dinilai sangat signifikan karena mencakup perubahan dalam cara kita berinteraksi, belajar, beraktivitas politik, dan bahkan bekerja. Dewasa ini, terjadi perubahan pola perilaku yang lebih mementingkan efektivitas, efisiensi, dan fleksibilitas dalam mengonsumsi. Dalam fenomena semacam ini, peran sosiologi adalah sebagai ilmu yang mempelajari tentang masyarakat dan dinamika perubahannya. Oleh sebab itu, muncul pendekatan digital dalam sosiologi dengan tujuan untuk mengkaji fenomena-fenomena seiring pesatnya perkembangan teknologi yang banyak

memunculkan tren baru atau fenomena di kalangan masyarakat. Dari perilaku dan kebiasaan masyarakat saat ini yang selalu bergantung pada teknologi, wajar jika disebut sebagai masyarakat digital atau masyarakat informasi (Nur et al., 2024).

Sosiologi melihat bahwa teknologi komunikasi atau media digital cenderung digunakan sebagai bentuk pelarian individu ketika merasa terganggu dengan lingkungan sosial sehingga terlibat dalam komunikasi online yang intens. Mereka mencari kenyamanan dengan cara berpartisipasi dan berinteraksi dalam dunia maya, juga dikenal sebagai *cyberspace*. Karena itu, itu menjadi satu-satunya cara bagi mereka untuk membangun jaringan dan membangun hubungan dengan orang lain (Nur Cahya et al., 2023). Perkembangan era digitalisasi ini tidak hanya berpengaruh secara psikologis dan emosional, namun juga dapat memengaruhi perubahan perilaku sosial dan komunikasi kelompok atau masyarakat. Sebagai hasil, penggunaan internet dan media sosial semakin meluas dan media sosial tidak hanya menjadi alat untuk berinteraksi secara online, tetapi juga memiliki dampak negatif pada penggunaannya. Secara nyata, penggunaan media sosial telah berdampak positif pada perubahan sosial masyarakat, tetapi dampak negatifnya cenderung menyebabkan perubahan sosial masyarakat yang mengurangi norma atau prinsip yang ada (Biorxiv n2, 2024).

1.5.3 Karakteristik *Digital Fatigue*

Rahmat R Harahap (2023) menjelaskan tiga karakteristik utama apabila seseorang mengalami *digital fatigue* sebagai dampak intensitas penggunaan teknologi digital yang tidak dibatasi sekaligus meningkatkan stres dan mengganggu konsentrasi serta efisiensi, antara lain sebagai berikut:

a. Kesulitan Fokus

Digital fatigue dapat menyebabkan kesulitan dalam memusatkan perhatian pada satu tugas karena pikiran yang terpecah sehingga mengganggu produktivitas dan kualitas pekerjaan. Hal ini dapat menyebabkan kesalahan, kehilangan data, dan penundaan dalam menyelesaikan tugas, yang akhirnya dapat memengaruhi prestasi dan reputasi individu.

b. Kecanduan Teknologi

Pengguna teknologi digital dikatakan mengalami kecanduan ketika penggunaan teknologi menjadi tidak terkendali dan mengganggu kehidupan sehari-hari, seperti mengabaikan tugas-tugas penting, waktu tidur yang terganggu, atau mengurangi interaksi sosial dengan orang terdekat, itu bisa menjadi tanda adanya stres digital yang menyebabkan individu merasa tidak nyaman, cemas, dan kehilangan kontrol terhadap diri sendiri.

c. Ketidaknyamanan Fisik

Penggunaan teknologi yang berlebihan dapat menyebabkan beberapa masalah fisik seperti nyeri mata yang disebabkan oleh cahaya yang terlalu terang dari layar, sakit leher yang disebabkan oleh posisi yang tidak nyaman saat menggunakan perangkat, sakit punggung yang disebabkan oleh berdiri atau duduk yang tidak benar, atau kelelahan yang disebabkan oleh kurangnya istirahat dan aktivitas fisik yang cukup.

1.6 Konsep Interaksi Sosial

Interaksi sosial merupakan suatu hubungan yang dinamis yang berkaitan antara adanya timbal balik antara individu, kelompok dengan kelompok lain, maupun antara hubungan antara individu dengan dengan kelompok. Dalam interaksi juga terdapat simbol, di mana simbol diartikan sebagai sesuatu yang nilai atau maknanya diberikan kepadanya oleh mereka yang menggunakannya.

Untuk berinteraksi secara efektif satu sama lain, orang harus memiliki sikap yang sama terhadap dunia. Mereka harus berinteraksi dalam realitas sosial yang mendefinisikan bagaimana mereka berinteraksi dan apa arti interaksi tersebut. Bagi sosiolog, realitas ini tidak objektif. Sebaliknya, realitas dipahami secara subyektif dan dikonstruksi melalui interaksi kita sehari-hari satu sama lain. Konsep ini merupakan inti dari perspektif interaksionis simbolik (Noer, 2021).

Proses interaksi sosial terjadi dalam dua bentuk utama dalam dinamika sosial di era modern, yaitu secara langsung dan tidak langsung. Interaksi langsung terjadi secara tatap muka saat orang bertemu secara langsung, sementara interaksi tidak langsung terjadi melalui media seperti pesan teks, email, atau media sosial. Kedua jenis interaksi ini sangat memengaruhi cara kita membangun hubungan, mengekspresikan diri, dan merasakan keterhubungan dalam masyarakat (Anggraini et al., 2022).

Seokanto (2017) menjelaskan bahwa interaksi sosial baru dapat terjadi bila antara dua individu atau kelompok terdapat kontak sosial dan komunikasi. Kontak sosial merupakan tahap awal dari terjadinya sebuah hubungan sosial. Sementara komunikasi merupakan penyampaian suatu informasi dan pemberian tafsiran dan reaksi terhadap informasi yang disampaikan. Beberapa hal yang dapat menjadi sumber informasi bagi dimulainya komunikasi atau interaksi sosial terbagi menjadi dua, yaitu ciri fisik dan penampilan. Ciri fisik, adalah segala sesuatu yang dimiliki seorang individu sejak lahir yang meliputi jenis kelamin, usia, dan ras. Sementara penampilan dapat meliputi daya tarik fisik, bentuk tubuh, penampilan berbusana, dan wacana.

1.6.1 Kontak Sosial

Kontak sosial berasal dari bahasa latin yaitu *con* atau *cum* yang artinya bersama-sama dan *tango* yang berarti menyentuh. Jadi secara harfiah kontak adalah bersama-sama menyentuh. Secara fisik, kontak dapat terjadi apabila terjadi hubungan badaniah. Dalam kajian sosiologi kontak sosial tidak berarti harus terjadi sentuhan, karena orang dapat mengadakan hubungan tanpa harus menyentuhnya, seperti misalnya dengan cara berbicara dengan orang yang bersangkutan. Dengan berkembangnya

teknologi orang-orang dapat berhubungan satu sama lain dengan melalui telepon, laptop atau komputer, radio, dan yang lainnya yang tidak perlu memerlukan sentuhan badaniah.

1.6.2 Komunikasi

Komunikasi adalah proses interaksi timbal balik dengan memberi tafsiran kepada orang lain (yang berwujud pembicaraan, gerak-gerak badaniah atau sikap), perasaan-perasaan apa yang ingin disampaikan oleh orang tersebut. Orang yang bersangkutan kemudian memberi reaksi atau tanggapan perasaan yang ingin disampaikan. Dengan adanya komunikasi sikap dan perasaan kelompok dapat diketahui oleh kelompok lain atau orang lain. Hal ini kemudian merupakan bahan untuk menentukan reaksi apa yang akan dilakukannya. Dalam komunikasi kemungkinan terjadi berbagai macam penafsiran terhadap topik dan umpan balik yang diberikan individu kepada individu yang lain. Dengan demikian komunikasi memungkinkan kerja sama antar perorangan dan atau antar kelompok.

1.7 Teori Interaksi Sosial

Interaksi sosial adalah tindakan sosial bersifat timbal balik yang dilakukan dengan cara berkomunikasi dan melakukan kontak antara dua orang atau lebih. Kontak sosial tidak hanya berupa sentuhan langsung, tetapi juga dapat dilakukan melalui alat komunikasi seperti gadget yang ada di era modern seperti ini dan kontak mata antar individu. Tanpa adanya komunikasi interaksi sosial tidak akan pernah terjadi. Adapun teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori interaksi sosial dari Gillin dan Gillin.

Gillin dan Gillin menjelaskan bahwa interaksi sosial merupakan proses yang bersifat asosiatif, yaitu suatu proses sosial yang menunjukkan pada arah gerak pendekatan atau penyatuan. Bentuk interaksi asosiatif meliputi kooperasi, akomodasi, dan asimilasi. Sementara itu terdapat juga proses interaksi sosial yang bersifat disosiatif, yaitu interaksi yang mengarah pada perpecahan. Bentuk dari interaksi ini meliputi persaingan dan pertentangan. Gillin dan Gillin juga menjelaskan bahwa interaksi sosial yang menyangkut hubungan antara individu dan kelompok itu bersifat dinamis, yang artinya senantiasa mengalami perubahan dan perkembangan seiring berjalannya waktu.

Interaksi sosial terjadi ketika satu individu bertemu dengan individu lain atau kelompok kemudian terjadi komunikasi baik dengan tutur kata dan tingkah laku, lalu individu memberikan reaksi atau respon tertentu, baik atau buruk. Penerapan nilai dan norma pun memengaruhi interaksi sosial, baik atau buruk akan memengaruhi interaksi sosial itu sendiri (Wati, 2020).

Dari teori yang dijelaskan oleh Gillin, interaksi sosial terbagi menjadi dua, yaitu interaksi sosial bersifat asosiatif dan interaksi sosial bersifat disosiatif. Untuk lebih jelasnya akan dijelaskan sebagai berikut:

1.7.1 Interaksi Sosial Asosiatif

Proses interaksi antara individu dan kelompok dimana masing-masing pihak memiliki pandangan yang sama, yaitu mengarah pada persatuan. Interaksi asosiatif dapat berupa:

a. Kooperasi

Kerja sama adalah suatu usaha bersama antara orang individu atau kelompok manusia untuk mencapai suatu tujuan. Kerja sama dapat dilihat dari turut sertanya individu dalam kegiatan kelompok. Adapun bentuk-bentuk kerja sama antara lain kerukunan (gotong royong), *bergaining* (perjanjian mengenai pertukaran barang atau jasa), *kooptasi* (proses penerimaan unsur-unsur baru untuk menghindari terjadinya kegoncangan pada suatu organisasi), *koalisi* (kombinasi dua orang atau lebih yang memiliki tujuan yang sama), *join venture* (kerja sama dalam perusahaan proyek tertentu).

b. Akomodasi

Akomodasi merupakan suatu bentuk hubungan antara individu maupun kelompok yang menunjukkan kondisi yang seimbang dalam berinteraksi yang berhubungan dengan nilai dan norma-norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Proses akomodasi dilakukan sebagai salah satu cara untuk mengurangi pertentangan, sehingga terciptanya suatu kerja sama yang baik dalam suatu kelompok.

c. Asimilasi

Asimilasi merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk mengurangi perbedaan yang terdapat pada individu maupun kelompok dengan memerhatikan kepentingan dan tujuan bersama. Dalam bentuk interaksi ini individu tidak lagi memikirkan kepentingan dirinya sendiri, melainkan individu memikirkan kepentingan kelompok. Bentuk asimilasi ini ditandai dengan adanya pengembangan sikap yang sama dengan kelompok dalam mencapai suatu tujuan.

1.7.2 Interaksi Sosial Disasosiatif

Yaitu proses interaksi yang terjadi antara individu dan kelompok yang cenderung mengarah pada bentuk persaingan atau perpecahan.

a. Persaingan

Merupakan perjuangan yang dilakukan individu atau kelompok tertentu dengan tujuan memperoleh kemenangan atau hasil secara kompetitif tanpa adanya ancaman atau serangan fisik terhadap pihak lawan.

b. Kontravensi

Kontravensi merupakan sikap sosial yang dilandasi atas rasa tidak suka atau ketidakpercayaan terhadap individu atau kelompok tertentu dalam lingkungan masyarakat. Sikap ini kemudian menjadi acuan untuk melakukan proses sosial dan interaksi sosial terhadap pemberontakan dengan mengenyampingkan kepentingan-kepentingan kedamaian.

c. Pertentangan

Merupakan bentuk interaksi sosial yang terjadi karena adanya perbedaan paham dan kepentingan yang berujung pada perpisahan dan konflik.

1.8 Penelitian Terdahulu

Berikut merupakan beberapa penelitian yang relevan dengan tema *digital fatigue* baik penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif:

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
1	Mufidatul Munawaroh (2021)	<i>Digital Fatigue</i> Bagi Kesehatan Fisik dan Mental (Studi Fenomenologi pada Guru di Kabupaten Lamongan)	Kualitatif	Penggunaan media digital saat pandemi bisa memicu <i>digital fatigue</i> , apalagi jika dilakukan secara berlebihan. Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa <i>digital fatigue</i> pada guru di Kabupaten Lamongan memiliki dampak negatif bagi kesehatan fisik dan mental mereka.
2	Rhania Al Yasin, dkk (2022)	Mel	<i>Systematic Riview</i>	Hasil dari penelitian ini menyatakan adanya korelasi antara penggunaan sosial media dengan kesehatan mental dan fisik remaja. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semakin baik remaja manajemen waktu untuk menggunakan sosial media pada setiap harinya, maka semakin rendah pula kejadian yang berpengaruh pada kesehatan mental dan fisik remaja.
3	Wahyu Rahardjo (2021)	<i>Social media fatigue</i> pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, <i>invasion of life</i> , kecemasan, dan jenis kelamin	<i>Cross-Sectional</i> dan non-eksperimen tal	Hasil penelitian memperlihatkan bahwa secara bertahap masing-masing variabel seperti neurotisme, kelebihan informasi, <i>invasion of life</i> , dan kecemasan memiliki sumbangan terhadap <i>social media fatigue</i> pada mahasiswa. Namun demikian, pada tahap terakhir ketika kecemasan dipertimbangkan dalam perhitungan neurotisme menjadi tidak memiliki sumbangan terhadap <i>social media fatigue</i> .
4	Tyas Nur Aulia, Masduki (2023)	Bahaya <i>Digital Fatigue</i> pada Kesehatan Mental: Analisis Singkat Perspektif Rhenald Kasali	Kualitatif Deskriptif	Kelelahan digital dapat memengaruhi kesehatan mental, gangguan tidur, emosional seperti kemarahan dan <i>mood</i> berubah-ubah bahkan dapat menyebabkan depresi, psikosis, dan gangguan kecemasan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan mereka menjadi sulit konsentrasi, lebih mudah

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
				marah, cemas bahkan depresi, apalagi jika ada kendala teknis seperti sinyal yang terputus-putus mereka sering mengalami perubahan <i>mood</i> (menyenangkan, menyebalkan, menyedihkan, dan lain-lain).
5	Melani Nur Cahya, dkk (2023)	Dampak Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja	Kualitatif	Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berkontribusi pada peningkatan kecemasan dan depresi pada remaja. Studi juga menunjukkan bahwa dukungan sosial offline dan regulasi penggunaan media sosial dapat memoderasi dampak negatif media sosial pada kesejahteraan psikologis remaja.

Sumber: Data Sekunder, 2024

1.9 Kerangka Pikir

Pengaruh *digital fatigue* yang merupakan pembahasan inti pada penelitian ini, yaitu kejenuhan yang terjadi akibat paparan dan penggunaan media digital tanpa batasan dalam waktu yang lama, dan dari fenomena ini peneliti ingin melihat apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari kejenuhan media digital tersebut terhadap pola interaksi yang terjadi di kalangan pegawai.

Kejenuhan digital atau *digital fatigue* sebagai variabel independen dijelaskan dalam beberapa aspek atau dimensi. Fischer et al. (2021) mendeskripsikan bahwa terdapat 10 dimensi dari *digital fatigue*, yaitu *complexity*, *Conflictss*, *insecurity*, *invasion (of privacy)*, *overload*, *safety*, *social environment*, *technical support*, *usefulness*, dan *unreliability*. Variabel ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana seorang pegawai merasakan kejenuhan terhadap media digital. Kemudian pada penelitian ini mengurai interaksi sosial berdasarkan teori Gillin sebagai variabel dependen menjadi dua tipe, yaitu interaksi yang bersifat asosiatif atau interaksi yang mengarah persatuan dan interaksi yang bersifat disasosiatif, atau interaksi yang cenderung mengarah pada perpecahan atau konflik. Kedua elemen ini akan menjadi tolak ukur yang dipakai dalam melihat apakah terdapat hubungan dan pengaruh dari *digital fatigue* terhadap pola interaksi atau dampaknya terhadap kemampuan pegawai untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial.

Menghubungkan dua variabel yang kompleks antara *digital fatigue* dan interaksi sosial dalam penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat kejenuhan karena penggunaan media digital di lingkungan tempat kerja dan pengaruhnya terhadap interaksi sosial mengingat individu terutama pada generasi sekarang yang didominasi oleh penggunaan gadget untuk menunjang aktivitas sehari-hari.

Penjelasan terkait dua variabel yang digunakan pada penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:

1.5.1 Variabel Independen (*Digital Fatigue*)

a. *Complexity*

Kompleksitas sebagai variabel independen dalam konteks *digital fatigue* pada penelitian ini dapat dilakukan dengan memahami bagaimana kompleksitas teknologi dan penggunaan ICT (*Information and Communication Technology*) memengaruhi kelelahan digital. Fenomena ini disebut juga sebagai *Digital fatigue Paradox*, yaitu kompleksitas atau pemahaman teknologi yang rumit memicu kelelahan digital meskipun di sisi lain ICT dirasakan sebagai *energizer*.

b. *Conflicts*

Dalam konteks *digital fatigue*, konflik merujuk pada masalah yang timbul akibat penggunaan teknologi yang berlebihan, yang dapat mengaburkan batas antara kehidupan pribadi dan profesional. Konflik ini dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk konflik antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dan konflik interpersonal.

c. *Insecurity*

Peran ketidakpastian (*insecurity*) pada penelitian ini dalam konteks kelelahan digital oleh faktor ICT dilakukan dengan memahami bagaimana ketidakpastian dan hilangnya kepercayaan pada kemampuan yang dimiliki terjadi dari penggunaan teknologi dan berpengaruh pada tingkat kelelahan digital.

d. *Invasion (of Privacy)*

Invasion (of privacy) merupakan adanya perasaan tidak aman atau ancaman yang dirasakan oleh individu dari penggunaan teknologi oleh Perusahaan yang dapat mengakses informasi pribadi secara bebas sehingga berujung pada pelanggaran privasi. Pada penelitian hal tersebut diukur dengan memahami bagaimana pegawai/pekerja merasa privasinya terancam oleh penggunaan ITC yang memengaruhi tingkat kelelahan digital.

e. *Overload*

Dalam konteks *stres dital/digital fatigue*, pengukuran terhadap *overload* dapat dilakukan dengan menggunakan indikator seperti penerimaan informasi berlebihan, interaksi virtual tanpa batasan yang jelas, dan kurangnya kontrol.

f. *Safety*

Pengukuran terhadap rasa aman (*safety*) dalam konteks kelelahan digital dapat dilakukan dengan memahami sejauh mana penggunaan teknologi memberikan rasa aman kepada pengguna/pegawai atau justru sebaliknya yang meningkatkan perasaan tidak aman. Aman yang dimaksud pada penelitian ini adalah aman dari serangan organisasi atau kelompok yang dapat mengancam sistem keamanan organisasi lain yang

berdampak pada kesejahteraan psikologis individu sebagai anggota kelompok.

g. *Social Environment*

Teknologi komunikasi memungkinkan komunikasi yang lebih cepat dan mudah, akan tetapi dapat menimbulkan tekanan untuk selalu tersambung dan responsif, yang mungkin tidak sesuai dengan keinginan individu untuk memiliki waktu sendiri atau tidak terus-menerus terhubung dengan teknologi. Maka dalam penelitian ini dimensi lingkungan sosial diukur menggunakan indikator frekuensi dan kualitas interaksi sosial yang terjadi melalui teknologi, jumlah dan kualitas koneksi sosial yang terjadi melalui teknologi, dan kontrol atas interaksi sosial yang terjadi dalam hal ini apakah dapat dikontrol atau tidak.

h. *Technical Support*

Pembahasan dukungan teknis (*technical support*) dalam konteks *digital fatigue* sebagai variabel independen dilakukan dengan melihat apakah terdapat ketersediaan dukungan teknis atau tidak yang memengaruhi tingkat *stres digital/digital fatigue*. Hal tersebut dapat diukur menggunakan indikator seperti ketersediaan dukungan teknis yang baik, kualitas dukungan teknis yang diberikan, dan ketersediaan dukungan teknik yang berpengaruh terhadap tingkat stres pegawai.

i. *Usefulness*

Kurangnya kegunaan atau manfaat dari teknologi dapat menyebabkan stres digital karena teknologi yang tidak berguna atau tidak efektif dapat menimbulkan beban informasi dan komunikasi yang berlebihan, yang dapat mengakibatkan kecemasan dan stres pada pekerja. Pada penelitian berusaha melihat dimensi *usefulness* melalui indikator bermanfaat atau tidaknya teknologi dan hubungannya dengan timbulnya perasaan stres atau jenuh karena ketidakbermanfaatan suatu teknologi digital.

j. *Unreability*

Pada dimensi *unreability*, penelitian ini mengukur tingkat *digital fatigue* yang dialami pekerja karena teknologi digital yang tidak dapat diandalkan atau diharapkan. Hal tersebut dapat diukur menggunakan indikator ketidakandalan teknologi yang digunakan dan seberapa besar resiko stres yang dapat dialami pegawai karena teknologi yang digunakan tidak dapat diharapkan atau diandalkan.

1.5.2 Variabel Dependen (Interaksi Sosial)

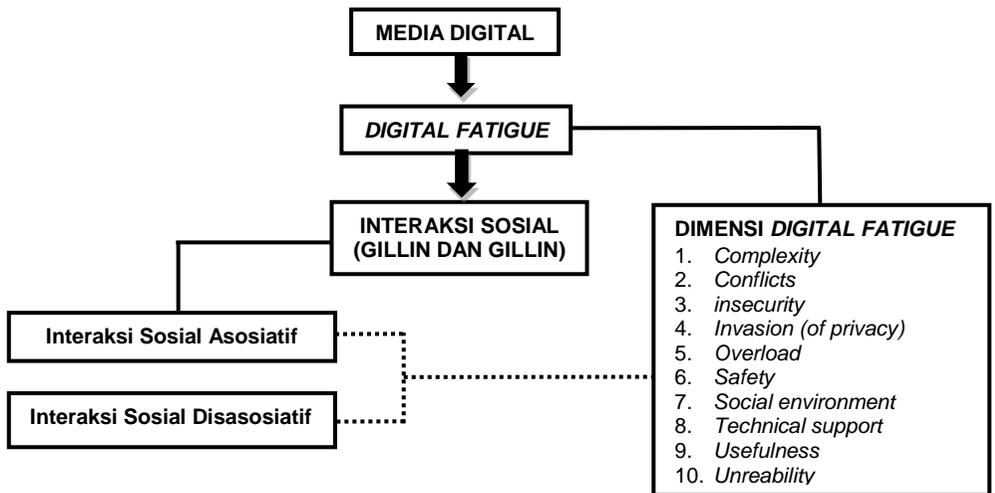
a. *Interaksi Sosial Asosiatif*

Pada penelitian interaksi sosial asosiatif dilihat sebagai arah dari interaksi yang dipengaruhi oleh *digital fatigue* yang menandakan tidak terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kualitas interaksi pekerja. Hal ini dapat diukur dari indikator kerja sama, asimilasi, atau akomodasi.

b. *Interaksi Sosial Disasosiatif*

Pada penelitian ini interaksi sosial disasosiatif sebagai variabel dependen, yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen (*digital fatigue*) dilihat berdasarkan arah dari pengaruh tersebut. Hal tersebut dapat diukur menggunakan tiga indikator yang berperan sebagai arah dari pengaruh *digital fatigue* yaitu persaingan, kontravensi, atau pertentangan.

Gambar 1. Skema Kerangka Pikir



1.10 Hipotesis Penelitian

Hipotesis memiliki peranan penting dalam penelitian terkhusus penelitian kuantitatif agar membantu penelitian yang dilakukan akan terarah dan sistematis. Dalam penelitian kuantitatif, hipotesis diartikan sebagai jawaban yang sifatnya tentatif atas masalah yang diteliti. Hipotesis biasanya dinyatakan dalam bentuk pernyataan yang menggambarkan hubungan antara variabel independent dan variabel dependen. Menurut Kerlinger dalam (Ismail Nurdin, 2019), menjelaskan mengenai hipotesis yaitu sebuah pernyataan yang sifatnya perkiraan atau suatu dugaan yang sifatnya sementara atas hubungan antara dua variabel atau lebih. Selain itu, hipotesis diartikan sebagai pernyataan atau jawaban sementara terhadap suatu masalah yang secara empiris kebenarannya masih perlu untuk diuji.

Dapat disimpulkan hipotesis merupakan pernyataan, kesimpulan, jawaban sementara ataupun dugaan sementara atas suatu masalah penelitian yang menggambarkan hubungan antara dua atau lebih variabel penelitian. Berdasarkan pada masalah penelitian yang diangkat, dapat dirumuskan hipotesis penelitian yaitu sebagai berikut.

1.10.1 Hipotesis Alternatif (H_a)

Terdapat pengaruh signifikan antara tingkat *digital fatigue* terhadap pola interaksi sosial pegawai BP2P Sulawesi III.

1.10.2 Hipotesis Nol (H_0)

Tidak terdapat pengaruh signifikan antara tingkat *digital fatigue* terhadap pola interaksi sosial pegawai BP2P Sulawesi III.

1.11 Definisi Operasional

1.11.1 *Digital fatigue*

Digital fatigue berperan sebagai indikator yang memengaruhi tingkat kelelahan yang dialami oleh pegawai sebagai akibat dari penggunaan teknologi dengan intensitas yang berlebihan tanpa adanya batasan yang jelas. Variabel *digital fatigue* pada penelitian ini akan diukur menggunakan alat ukur *Digital Stressor Scale (DSS)* yang dikembangkan oleh Fischer et al. (2021), yang terdiri dari 10 dimensi yaitu *Complexity, Conflicts, insecurity, invasion, overload, safety, social environment, technical support, usefulness*, dan *unreability*. Masing-masing dimensi terdiri dari 5 butir pertanyaan dengan menggunakan skala likert (1 = Sangat tidak setuju, hingga 5 = Sangat setuju).

1.11.2 Interaksi Sosial

Pada variabel ini, hubungan antara *digital fatigue* dengan interaksi sosial pekerja akan dilihat berdasarkan 10 dimensi untuk menentukan status seorang pekerja apabila mengalami stres atau jenuh terhadap media digital. Setelah mengetahui status pekerja yang mengalami *digital fatigue*, selanjutnya adalah mencari tahu adanya pengaruh *digital fatigue* terhadap pola komunikasi yang terjalin antara sesama pekerja/pegawai.

BAB II METODE PENELITIAN

2.1 Pendekatan, Tipe, dan Strategi Penelitian

2.1.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan merupakan suatu cara atau metode yang digunakan untuk memahami dan menyelesaikan sebuah masalah atau dengan maksud untuk mencapai tujuan tertentu. Pendekatan penelitian dilakukan sebagai langkah awal dalam menyusun rencana penelitian agar dapat berjalan sesuai dengan hasil yang ingin dicapai. Dalam sebuah penelitian umumnya dikenal ada dua jenis paradigma atau pendekatan yang sering digunakan, yaitu pendekatan kuantitatif dan pendekatan kualitatif. Dalam penelitian ini, peneliti telah memutuskan untuk menggunakan pendekatan kuantitatif.

Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan dengan gambaran atau penjelasan sebuah permasalahan dengan hasil yang dapat digeneralisasikan. Penelitian kuantitatif menekankan proses analisis pada data yang bersifat numerikal atau angka yang diolah dengan metode statistik. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dipakai untuk penelitian inferensial, yaitu penelitian dalam rangka pengujian hipotesis dan menyandarkan kesimpulan hasil pada suatu kemungkinan kesalahan penolakan hipotesis. Selain itu, fokus dari penelitian kuantitatif cenderung pada aspek keluasan data dibandingkan aspek kedalaman data. Oleh karena itu, hasil penelitian yang didominasi oleh data berupa angka-angka (data kuantitatif) dianggap sebagai gambaran ataupun perwakilan dari seluruh populasi. Peneliti pada penelitian ini akan mencari hubungan sebab akibat ataupun menghubungkan dua variabel atau lebih untuk diteliti (Kriyantono, 2020).

2.1.2 Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan adalah eksplanatif. Tipe penelitian ini sering disebut pula sebagai strategi riset korelasional (melihat hubungan dan pengaruh dengan menghubungkan variabel yang ada) dan komparatif (membandingkan untuk melihat perbedaan antar variabel). Peneliti pada penelitian ini akan mencari hubungan sebab akibat ataupun menghubungkan dua variabel atau lebih untuk diteliti (Kriyantono, 2020).

2.1.3 Strategi Penelitian

Terdapat beberapa metode penelitian pada penelitian kuantitatif, yaitu metode eksperimen, metode survei, dan metode analisis isi. Sementara untuk penelitian ini menggunakan metode survei melalui penyebaran instrumen penelitian berbentuk kuesioner. Pengumpulan data dari kuesioner didapatkan dengan cara disebar kepada sejumlah sampel yang dipilih dari populasi tertentu. Survei ini bertujuan untuk mendapatkan kepercayaan, sikap, nilai, atau perilaku responden (Kriyantono, 2020).

2.2 Waktu dan Lokasi Penelitian

2.2.1 Waktu Penelitian

Persiapan penelitian ini meliputi penyusunan proposal dan seminar proposal dilaksanakan kurang lebih selama 5 bulan, yaitu pada bulan Februari 2024 - Juni 2024 pada tahun akademik 2023/2024. Sementara penyelesaian laporan penelitian meliputi pengurusan izin penelitian hingga seminar hasil dilaksanakan kurang lebih 2 bulan, yaitu pada bulan Juni 2024 - Agustus 2024.

Tabel 2. Rencana Tahapan Penelitian

No	Kegiatan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt	Nov	Des
1	Penyusunan proposal	■	■	■	■							
2	Seminar proposal					■						
3	Pengurusan izin penelitian						■	■				
4	Pengumpulan data								■			
5	Pengolahan data								■	■	■	
6	Analisis data										■	
7	Pengerjaan laporan										■	
8	Bimbingan laporan										■	
9	Seminar hasil										■	■

Sumber: Data Sekunder, 2024

2.2.2 Lokasi Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan di Kantor Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan (BP2P) Sulawesi III, yang berlokasi di Kota Makassar. Lokasi ini dipilih setelah dilakukan observasi, dan terjadi kasus penurunan kualitas kerja karena terlalu lama mengakses komputer atau laptop berdasarkan laporan dari salah satu pegawai yang merupakan gejala *digital fatigue*, sehingga lokasi ini relevan untuk dijadikan lokasi penelitian sesuai dengan judul penelitian yang akan diteliti. Selain itu, dilokasi tersebut belum pernah diadakan penelitian yang serupa khususnya mengenai hubungan antara Kejujuran terhadap media digital dan pola interaksi antar pegawai.

2.3 Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel pada suatu penelitian perlu untuk ditetapkan dengan tujuan penelitian yang dilakukan benar-benar mendapatkan data sesuai dengan yang diharapkan. Adapun mengenai populasi dan sampel akan diurai lebih dalam pada pembahasan sebagai berikut.

2.3.1 Populasi

Populasi merupakan sekumpulan data yang mempunyai karakteristik yang sama dan menjadi objek inferensi. Populasi sebagai keseluruhan elemen dalam penelitian meliputi objek dan subjek dengan ciri-ciri dan karakteristik tertentu (Amin et. al. 2023). Populasi menurut Sugiono (2013) dalam jurnal Amin (2023) bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini seluruh populasi Pegawai Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III, khususnya untuk Satuan Kerja Sulawesi Selatan Berjumlah 64 orang.

2.3.2 Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2012) merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul-betul merupakan *representative* (mewakili). Ukuran dari sebuah sampel merupakan banyaknya sampel yang akan diambil dari suatu populasi.

Menurut Adnyana (2021) jika jumlah dari suatu populasi kurang dari 100 orang, maka jumlah sampelnya diambil secara keseluruhan, tetapi jika populasinya lebih dari 100 orang, maka bisa diambil 10-15% atau 20-25% dari jumlah populasinya.

Berdasarkan penelitian ini karena jumlah populasinya tidak lebih besar dari 100 orang responden, maka penulis mengambil 100% jumlah populasi yang ada pada Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan (BP2P) Sulawesi III yaitu sebanyak 64 orang responden. Dengan demikian penggunaan seluruh populasi tanpa harus menarik sampel penelitian sebagai unit observasi disebut sebagai teknik sensus. Berikut merupakan tabel data jumlah pegawai di Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III:

Tabel 3. Data Jumlah Pegawai

Jenis Bidang	Jumlah
Pegawai Negeri Sipil (PNS)	33
NRP	18
PPPK	13
Total Sampel	64

Sumber: Data Primer, 2024

2.4 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti antara lain sebagai berikut:

2.4.1 Observasi

Observasi yaitu pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap objek yang diteliti mengenai perilaku dan aktivitas individu di lokasi penelitian. Dalam hal ini peneliti mengamati secara langsung aktivitas pegawai di Balai Pelaksana Penyediaan Perumahan Sulawesi III, Selama jam kerja.

2.4.2 Kuesioner

Kuesioner adalah bentuk teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti dengan memberikan daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan secara langsung kepada responden dengan harapan dapat memberikan jawaban atau informasi secara tertulis. Skala pengukuran yang peneliti gunakan pada kuesioner tersebut ialah skala *likert*.

2.4.3 Wawancara

Wawancara yaitu pengumpulan data dengan cara melakukan proses tanya jawab secara langsung kepada responden terkait permasalahan yang akan diteliti dengan tujuan kelengkapan data yang akan diperoleh. Teknik wawancara pada penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data pendukung lainnya yang dapat membantu menunjang proses penelitian dan pengumpulan data yang diperlukan.

Adapun sumber data yang digunakan untuk membantu proses jalannya penelitian ini antara lain sebagai berikut.

2.4.4 Data Primer

Data primer merupakan data yang didapat dari sumber pertama baik dari individu atau perseorangan yang merupakan hasil dari wawancara dan pemberian kuesioner yang dilakukan secara langsung dari sumber asli (tidak ada perantara) dan data dikumpulkan secara khusus untuk menjawab pertanyaan peneliti. Data primer dapat berupa pendapat orang yang merupakan subjek penelitian.

2.4.5 Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh oleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara. Pengumpulan data sekunder dilakukan dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber/literatur atau dokumen yang mempunyai keterkaitan dengan masalah yang akan diteliti. Data atau dokumen yang dimaksud dapat berupa hasil penelitian, foto-foto atau gambar dan sebagainya. Data yang diperoleh bisa saja menjadi sumber data pokok, dapat pula hanya menjadi data pendukung untuk mengkaji lebih dalam masalah penelitian.

2.5 Teknik Pengolahan dan Analisis Data

2.5.1 Pengolahan Data

Data yang telah peneliti kumpulkan kemudian diolah dengan menggunakan aplikasi SPSS untuk memperoleh data dan informasi yang diperlukan untuk keperluan hasil penelitian sesuai dengan tujuan utama dilakukannya penelitian. Adapun tahap pengolahan antara lain sebagai berikut:

a. Penyuntingan Data (*Editing*)

Penyuntingan data merupakan proses pemeriksaan kelengkapan data dan hasil pengamatan dari lapangan yang akan diedit terlebih dahulu. Adapun data diperoleh dari responden selama melakukan penelitian. Tahap *editing* ini meliputi proses memeriksa dan mengoreksi isi kuesioner atau formula.

b. Pengkodean Variabel (*Coding*)

Setelah proses penyuntingan kuesioner, kemudian dilakukan pengkodean atau *coding* yang meliputi proses mengubah data yang sebelumnya berbentuk kalimat atau huruf menjadi data yang berbentuk angka atau bilangan.

c. Penginputan Data (*Entry*)

Proses penginputan data dilakukan setelah diubah ke dalam format angka atau huruf (kode) dan dimasukkan ke dalam *software* atau aplikasi, dalam penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS.

d. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Pembersihan bertujuan membersihkan kesalahan yang mungkin terjadi selama proses penginputan data. Pada proses ini dilakukan dengan memeriksa kembali kemungkinan kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan evaluasi data meliputi proses memperbaiki atau mengoreksi data yang tidak valid.

e. Pemberian Skor (*Scoring*)

Setelah dilakukan evaluasi terhadap data yang kemungkinan terjadi kesalahan pada waktu pengisian, selanjutnya pemberian skor untuk setiap variabel penelitian dengan tujuan memudahkan mengidentifikasi variabel penelitian dan selanjutnya dilakukan kategori berdasarkan rata-rata nilai setiap variabel.

2.5.2 Analisis Data

Proses analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah metode statistik analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran dari karakteristik responden serta mengetahui tingkat kejenuhan berdasarkan nilai rata-rata dari masing-masing dimensi *digital fatigue*. Sedangkan, analisis bivariat dilakukan untuk menguji hipotesis antara variabel independen (*digital fatigue*) dengan variabel dependen (interaksi sosial) untuk memperoleh jawaban apakah terdapat hubungan, korelasi, pengaruh, ataupun perbedaan dan sebagainya sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.

2.6 Penyajian Data

Data yang sebelumnya telah dianalisis dan diolah selanjutnya disajikan dalam bentuk diagram, tabel statistik deskriptif dan tabulasi silang (*crosstabulation*) dengan bantuan aplikasi SPSS. Penyajian data menggunakan diagram dilakukan untuk mengetahui distribusi responden secara visual agar dapat dibaca dengan mudah. Sedangkan tabel statistik deskriptif digunakan untuk mengukur tingkat kejenuhan digital berdasarkan kategori setiap dimensi melalui nilai rata-rata. Sementara itu tabulasi silang (*crosstabulation*) dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh variabel *digital fatigue* sebagai variabel independen terhadap pola interaksi.