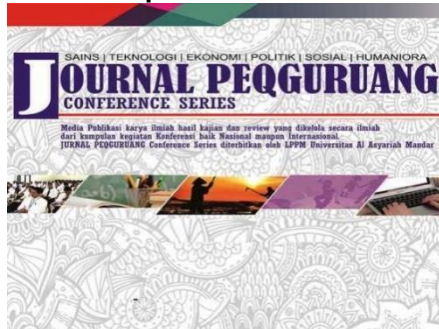


### Graphical abstract



## DAMPAK PENGGUNAAN FACEBOOK PROFESIONAL TERHADAP AKTIVITAS IBU RUMAH TANGGA DI DESA MAMMI

<sup>1</sup>\*Munawi Gay, <sup>1</sup>Hamdan, <sup>1</sup>Nahira.

<sup>1</sup>Universitas Al Asyariah Mandar

\*Corresponding author\*

[nawir1463@gmail.com](mailto:nawir1463@gmail.com), [hamdanunasman@gmail.com](mailto:hamdanunasman@gmail.com)

[nahira04102000@gmail.com](mailto:nahira04102000@gmail.com)

### Abstract

This study aims to explore how housewives in Mammi Village use Facebook Professional (FB Pro) in their daily lives and to identify its positive and negative impacts. The research employed a descriptive qualitative method by examining the experiences, perspectives, and interactions of housewives in utilizing the platform. The findings reveal that the use of Facebook Professional has dual impacts encompassing aspects of information, social relationships, and psychological well-being. The positive impacts include increased creativity in video content creation, broader social networks, inspiration and entertainment, as well as emotional support from online communities. On the other hand, negative impacts were also identified, such as dependence on information and entertainment, stress from negative comments, pressure to maintain an online image, disruption of household responsibilities, and decreased quality of family interaction and mental health. The study concludes that Facebook Professional can serve as a tool for self-empowerment and creative development for housewives if used wisely. Therefore, digital literacy, time management, emotional regulation, and self-awareness are essential to ensure that the platform is utilized effectively without compromising household responsibilities or psychological well-being.

**Keywords:** *Facebook Professional, housewives, creativity, digital literacy, psychological well-being*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penggunaan Facebook Profesional (FB Pro) oleh ibu rumah tangga di Desa Mammi serta dampak positif dan negatif yang ditimbulkannya. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan menggali pengalaman, pandangan, serta interaksi ibu rumah tangga dalam memanfaatkan platform tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Facebook Profesional memiliki dampak ganda yang mencakup aspek informasi, hubungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. Dampak positif yang dirasakan antara lain peningkatan kreativitas dalam membuat konten video, perluasan jaringan sosial, inspirasi dan hiburan, serta dukungan emosional dari komunitas daring. Namun demikian, ditemukan pula dampak negatif berupa ketergantungan pada informasi dan hiburan, stres akibat komentar negatif, tekanan menjaga citra online, gangguan pada pelaksanaan tugas rumah tangga, serta penurunan kualitas interaksi keluarga dan kesehatan mental. Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa Facebook Profesional dapat menjadi sarana pemberdayaan diri dan pengembangan kreativitas bagi ibu rumah tangga apabila digunakan secara bijak. Untuk itu, diperlukan kesadaran, literasi digital, manajemen waktu, dan pengelolaan emosi agar platform ini dapat dimanfaatkan secara efektif tanpa mengorbankan tanggung jawab domestik maupun kesejahteraan psikologis.

**Kata kunci:** *Facebook Profesional, ibu rumah tangga, kreativitas, literasi digital, kesejahteraan psikologis*

### Article history

DOI: 10.35329/jp.v7i2.6714

Received : 2025-10-20 | Received in revised form : 2025-11-21 | Accepted :2025-11-25

## 1. PENDAHULUAN

Teknologi Informasi adalah sebuah teknologi yang dimanfaatkan untuk mengelola data, mencakup kegiatan seperti memproses, mengumpulkan, menyusun, menyimpan, hingga mengubah data menjadi informasi yang bernilai yakni informasi yang tepat, akurat, dan relevan sesuai waktu. Informasi yang dihasilkan dalam berbagai bidang, baik untuk keperluan pribadi, bisnis, maupun pemerintahan, serta berperan penting dalam proses pengambilan keputusan strategis. Teknologi ini menggunakan perangkat komputer sebagai alat pengolahan data, jaringan komputer untuk menghubungkan antar perangkat sesuai kebutuhan (Wardiana, 2002).

Seiring berkembangnya teknologi yang terhubung dengan internet, lahirlah istilah media sosial, yaitu sebuah sarana baru yang mampu mempertemukan dan menghubungkan manusia dalam era digital. Bentuk komunikasi di era ini juga mengalami perubahan dibandingkan masa sebelumnya. Jika dahulu interaksi dilakukan secara langsung dengan berbicara melalui mulut dan mendengar dengan telinga, kini kehadiran smartphone membuat orang cukup menggunakan jempol untuk mengetik pesan dan mengirimkannya kepada orang lain (Anwar dkk., 2017).

Media sosial sangat berperan, baik bagi personal maupun organisasi seperti pemerintah dan perusahaan dalam membangun komunikasi secara eksternal (Hamdan, 2024). Secara personal media sosial yang paling populer digunakan baik anak-anak maupun dewasa antara lain, Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, You Tube dan masih banyak lagi. Karena media sosial menjadi populer karena memberikan kemudahan-kemudahan dalam melakukan komunikasi (Warpindyastuti et. al, 2018).

Media juga memiliki beragam bentuk hiburan virtual, dan salah satu yang paling populer adalah Facebook. Facebook menjadi salah satu hiburan daring yang sangat dikenal, dengan popularitas yang terus meningkat seiring bertambahnya jumlah pengguna. Pada hakikatnya, Facebook diciptakan dengan tujuan positif untuk menghadirkan nilai kebersamaan yang kuat. Hal ini terlihat dari berbagai fiturnya, seperti menjalin pertemanan dan menjaga hubungan dengan teman. Selain itu, Facebook juga berperan sebagai sarana berbagi informasi, pengetahuan, serta pengalaman yang dapat memperluas wawasan penggunaannya (Gay, 2024).

Seperti *Facebook* profesional di rancang khusus untuk memudahkan pengguna dalam membangun identitas sebagai konten kreator. Karena pada saat ini *facebook* sudah tersedia dalam mode profesional. Dimana dalam mode ini, orang-orang yang memiliki akun *facebook* profesional dapat menyalurkan bakat dan minatnya agar dapat menghasilkan uang. Pada saat ini pekerjaan sebagai *content creator* sangat diminati oleh banyak orang termasuk di kalangan ibu-ibu di Desa mammi. Tergantung dari kebutuhan masing ada yang menggunakannya sebagai hiburan, *chattingan* dan yang lainnya.

Facebook memiliki fitur yang lebih lengkap dibandingkan dengan jejaring sosial lainnya. Platform ini menggabungkan berbagai layanan seperti sosial networking, obrolan (chat), blogging, multimedia, berbagi foto, hingga e-mail. Di dalamnya terdapat berbagai bagian, antara lain profil, news feed, wall, aplikasi, foto, video, poke, grup, event, marketplace, postingan, catatan, serta hadiah digital. Melalui satu akun, pengguna dapat memanfaatkan seluruh fitur tersebut sekaligus. Selain itu, Facebook juga memudahkan penggunaannya untuk menemukan teman dengan berbagai cara, misalnya melalui jaringan yang dikelompokkan ke dalam empat kategori, yaitu wilayah, institusi akademik, dan sekolah.

*Conten* yang mereka buat juga sangat bermacam-macam, seperti *conten* kehidupan sehari-hari, memasak, olahraga, *travelling*, *make over*, menyanyi, dan lain-lain. Dengan mode profesional ini ibu-ibu di Desa Mammi bisa lebih membangun proses publik sebagai *creator*, dapat mengakses serangkaian fitur *profesional*, menghasilkan uang dan fitur keamanan yang lebih ditingkatkan.

ibu rumah tangga menggunakan media sosial sebagai sarana memperoleh informasi, mulai dari resep masakan, berita terbaru, konten viral, hingga berbagai tips praktis yang berguna untuk menunjang aktivitas sehari-hari. Selain itu, media sosial juga berperan sebagai media komunikasi. Contohnya, di Desa Mammi para ibu memanfaatkan Facebook Profesional untuk saling berbagi kabar dengan teman, menulis status, melakukan obrolan, membagikan foto, serta menjalin kembali hubungan dengan teman lama. Tidak hanya itu, media sosial juga dimanfaatkan sebagai hiburan, seperti menonton video lucu atau konten yang sedang populer Kaushik Anna (dalam Husna, 2019).

Media sosial, khususnya Facebook, di Desa Mammi tidak hanya dimanfaatkan sebagai sarana untuk berwirausaha online oleh ibu-ibu, tetapi juga digunakan sebagai alat komunikasi dan berbagi informasi. Berdasarkan pengamatan penulis, penggunaan Facebook profesional tidak jarang hanya sekedar untuk memperbarui status, mengunggah foto, berbagi video reels, atau melakukan siaran langsung. Aktivitas ini sering kali menghabiskan banyak waktu, karena dilakukan bukan hanya pada saat senggang, melainkan juga di tengah kesibukan sehari-hari sebagai ibu rumah tangga, sehingga dapat menghambat pekerjaan lain. Adapun dampak positif dari penggunaan media sosial ini antara lain sebagai sumber mencari resep makanan, sarana pengembangan usaha, serta peluang bisnis online. Namun, di sisi lain terdapat pula dampak negatif seperti terbelengkalainya pekerjaan rumah tangga dan berkurangnya interaksi dengan anggota keluarga.

Effendi (dalam Alfons et al., 2017) mengemukakan bahwa aktivitas seorang ibu rumah tangga mencakup pengelolaan pekerjaan domestik, seperti memasak, mencuci, menyapu, dan lain-lain; membimbing serta merawat anak-anak; memenuhi kebutuhan emosional dan sosial mereka; serta berpartisipasi aktif sebagai anggota masyarakat yang

menjaga keharmonisan lingkungan melalui berbagai kegiatan, misalnya arisan, pengajian, dan sebagainya.

Alasan ibu-ibu menggunakan Facebook profesional dibandingkan media sosial lainnya karena beberapa alasan yang membuatnya menjadi platform yang ideal untuk membangun karir mereka. Pertama, Facebook memungkinkan mereka untuk terhubung dengan rekan-rekan profesional, membangun jaringan yang luas, dan meningkatkan kesempatan untuk berkolaborasi atau mencari pekerjaan yang relevan dengan bidang mereka. Selain itu, Facebook telah menjadi platform yang stabil dan terpercaya untuk keperluan profesional, sehingga ibu-ibu dapat merasa yakin untuk menggunakan platform ini untuk membangun karir mereka dengan percaya diri.

Dengan demikian, Facebook menjadi platform yang ideal bagi ibu-ibu untuk membangun karir mereka, meningkatkan kesempatan profesional mereka, dan mencapai tujuan karir yang mereka inginkan. Dengan menggunakan Facebook secara profesional, ibu-ibu dapat meningkatkan visibilitas mereka, membangun jaringan yang luas, dan meningkatkan kesempatan untuk sukses dalam karir mereka.

Menurut Mahmud Muhammad Thaha (dalam Syamsi, 2008) dalam karyanya *Ar-Risalah As-Saniya Min Al-Islam*, misi awal yang dibawa oleh Nabi Muhammad SAW menegaskan bahwa praktik ketidaksetaraan antara laki-laki dan perempuan, poligami, talak, hijab, serta pemisahan gender sesungguhnya bukan bagian dari ajaran Islam. Lebih jauh, tantangan yang perlu diupayakan oleh umat Islam adalah memahami misi kedua dari ajaran tersebut, yakni mewujudkan kesetaraan dalam berbagai aspek kehidupan, baik dalam bidang ekonomi melalui sosialisme, bidang politik melalui demokrasi, maupun bidang sosial melalui penghapusan kelas dan perbedaan. Dalam kaitannya dengan rumah tangga, istri pun memiliki hak dan kewajiban, di antaranya berhak memperoleh mahar, menerima nafkah lahir maupun batin, serta berkewajiban memelihara dan mendidik anak, mematuhi suami, dan menjaga kehormatan diri.

Dampak positif dapat diartikan sebagai suatu dorongan untuk membujuk, meyakinkan, memengaruhi, atau meninggalkan kesan baik kepada orang lain dengan tujuan agar mereka mendukung maupun mengikuti hal yang bermanfaat. Menurut Doni Pranata Yusuf (dalam Salimin dkk., 2022), media sosial Facebook memiliki banyak manfaat yang dapat dimanfaatkan oleh penggunanya.

Atas dasar uraian sebelumnya, penulis terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul *"Dampak Penggunaan Media Sosial Facebook Profesional Terhadap Aktivitas Ibu Rumah Tangga di Desa Mammi."* Penelitian ini dilakukan karena penulis ingin mengetahui sejauh mana penggunaan Facebook Profesional yang semakin marak di kalangan ibu rumah tangga dengan berbagai rutinitas harian dapat memberikan manfaat, sekaligus apakah keberadaannya juga dapat menimbulkan hambatan hingga

mengakibatkan terbaikannya pekerjaan maupun aktivitas rumah tangga lainnya.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dirancang untuk memahami suatu fenomena atau peristiwa sebagaimana adanya di lapangan. Pendekatan ini dilakukan secara mendalam tanpa bergantung pada laboratorium sebagai tempat pengamatan, melainkan langsung di lingkungan nyata tempat fenomena tersebut berlangsung. Karena itu, penelitian kualitatif kerap disebut sebagai penelitian naturalistik. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

*Facebook Profesional* adalah fitur dari Facebook (Meta) yang memungkinkan pengguna mengubah akun pribadi menjadi profil publik dengan tampilan dan fungsi profesional. Fitur ini ditujukan bagi konten kreator, pelaku UMKM, influencer, dan individu lain yang ingin membangun identitas digital, menjangkau audiens luas, serta memperoleh penghasilan dari konten. Dengan mode profesional, pengguna mendapatkan: Followers tanpa batas, Statistik performa konten (insight), Fitur monetisasi seperti Reels Bonus dan Stars, Alat pengelolaan konten dan komunitas.

### 1. Ketergantungan informasi

*Facebook Profesional* bukan hanya menjadi media hiburan, tetapi telah menjadi sumber utama referensi bagi ibu rumah tangga, misalnya: Mengetahui tips parenting atau cara mendidik anak, mendapatkan ide kegiatan rumah tangga yang produktif, belajar manajemen waktu antara pekerjaan rumah dan anak atau mencari ide atau mengetahui tren bisnis rumahan yang bisa dijalankan dari rumah.

penggunaan Facebook Profesional oleh ibu rumah tangga di Desa Mammi memiliki dampak positif dan negatif dalam pembuatan konten video komedi. Dampak positif meliputi peningkatan kreativitas, inspirasi, dan kualitas konten melalui feedback penonton, sedangkan dampak negatif mencakup ketergantungan, stres akibat komentar negatif, serta gangguan kesehatan mental dan produktivitas. Oleh karena itu, kreator perlu mengelola penggunaan platform secara seimbang, mengatur waktu dengan efektif, memprioritaskan kesehatan mental, serta membangun ketahanan terhadap tekanan psikologis. Pendekatan ini memungkinkan kreator memaksimalkan manfaat platform, menjaga kualitas karya, mempertahankan keseimbangan hidup, dan mengembangkan karier kreatif yang berkelanjutan di tengah persaingan digital.

### 2. Hubungan Sosial dan Status Sosial

Ketergantungan pada hubungan sosial dan status sosial merujuk pada kondisi di mana individu, dalam hal ini ibu rumah tangga, menggunakan platform

seperti *Facebook Profesional* untuk membangun, mempertahankan, dan memperluas jaringan sosial mereka, serta untuk memperoleh pengakuan, penerimaan, dan eksistensi dalam lingkungannya.

Ibu-ibu di Desa Mammi dianjurkan untuk menggunakan Facebook Profesional dengan bijak, tidak berlebihan, dan tidak bergantung pada validasi dari orang lain. Mereka perlu mengembangkan literasi digital untuk memilah informasi yang relevan dan akurat, mengatur waktu serta interaksi online secara efektif, dan menjaga keseimbangan antara kehidupan online dan offline. Hal ini bertujuan agar mereka dapat membangun hubungan sosial yang sehat, memperluas jaringan, serta memperoleh dukungan sosial tanpa mengorbankan kesehatan mental dan emosional.

Pengelolaan waktu yang baik, prioritas tugas yang jelas, dan kemampuan berbagi informasi secara efektif akan meningkatkan produktivitas serta kualitas hidup. Selain itu, keterampilan mengelola stres dan kecemasan yang mungkin timbul dari penggunaan media sosial menjadi sangat penting untuk mempertahankan kesejahteraan pribadi. Dengan pemanfaatan yang tepat, Facebook Profesional dapat menjadi sarana pemberdayaan diri, memperkuat peran positif dalam keluarga dan masyarakat, serta membantu mereka beradaptasi dengan perkembangan teknologi yang terus berubah.

Pada akhirnya, kesadaran dan tanggung jawab dalam memanfaatkan teknologi akan memastikan setiap langkah di dunia digital tetap selaras dengan nilai, tujuan, dan kesejahteraan jangka panjang, sehingga tercipta kehidupan yang harmonis antara dunia maya dan realitas sehari-hari.

### 3. Ketergantungan Hiburan dan Kesejahteraan Psikologis

Ketergantungan pada hiburan dan kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi di mana individu secara konsisten menggunakan media atau platform digital seperti *Facebook Profesional* untuk memenuhi kebutuhan emosional dan mentalnya. Dalam hal ini, hiburan digital tidak hanya menjadi sarana pengisi waktu luang, tetapi juga berfungsi sebagai alat untuk meredakan stres, mengurangi kejenuhan, mengalihkan pikiran dari beban rumah tangga, dan memberikan ketenangan batin.

Penggunaan Facebook oleh ibu rumah tangga di Desa Mammi memiliki dampak ganda. Di satu sisi, Facebook dapat meningkatkan kebahagiaan, hiburan, dan mempererat hubungan sosial; di sisi lain, penggunaan berlebihan dapat memicu stres, kecemasan, ketidakpuasan, bahkan ketergantungan digital yang mengganggu produktivitas, kesehatan mental, serta hubungan keluarga.

Untuk memaksimalkan manfaat dan mengurangi risiko, para ibu rumah tangga perlu memiliki kesadaran, disiplin, dan keterampilan literasi digital. Hal ini mencakup kemampuan mengatur waktu penggunaan, menetapkan prioritas aktivitas, memilah

informasi yang relevan, dan menjaga keseimbangan antara kehidupan online dan offline. Pemanfaatan yang tepat akan membantu mereka memperluas jaringan, memperoleh dukungan sosial, memperkaya wawasan, serta menciptakan lingkungan digital yang positif dan bermanfaat.

Penggunaan Facebook secara bijak juga dapat menjadi sarana berbagi pengalaman, memperoleh dukungan dari komunitas, media pembelajaran, serta peluang pemberdayaan ekonomi. Namun, untuk menghindari dampak negatif seperti isolasi sosial, kesepian, atau gangguan pengelolaan waktu, diperlukan batasan penggunaan yang jelas dan fokus pada interaksi yang berkualitas.

Edukasi dan pelatihan terkait penggunaan media sosial yang seimbang sangat penting agar Facebook benar-benar menjadi alat pemberdayaan diri dan keluarga, mendukung kesejahteraan psikologis, serta memberikan manfaat jangka panjang bagi individu, keluarga, dan komunitas.

## 4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan Facebook Profesional (FB Pro) oleh ibu rumah tangga Desa Mammi memiliki dampak ganda yang mencakup aspek informasi, hubungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. *Facebook Profesional* memberikan dampak positif berupa peningkatan kreativitas dalam membuat konten video, memperluas jaringan sosial, mendapatkan inspirasi dan hiburan, serta memperoleh dukungan emosional dari komunitas daring. Platform ini juga menjadi media belajar informal dalam mengatur waktu, berbagi pengalaman, dan meningkatkan rasa percaya diri melalui interaksi sosial. Namun, terdapat pula dampak negatif yang signifikan, antara lain: ketergantungan informasi dan hiburan, stres akibat komentar negatif, tekanan menjaga citra online, gangguan terhadap tugas rumah tangga, dan menurunnya interaksi langsung dengan keluarga. Penggunaan yang berlebihan juga dapat menyebabkan perasaan terisolasi, kecemasan, dan penurunan produktivitas. Dengan demikian, diperlukan kesadaran, keterampilan literasi digital, dan manajemen waktu agar Facebook Profesional dapat dimanfaatkan secara efektif dan seimbang oleh ibu rumah tangga Desa Mammi tanpa mengorbankan kesehatan mental maupun tanggung jawab domestik.

## DAFTAR PUSTAKA

Anwar, R. K., & Rusmana, A. (2017). Komunikasi Digital Berbentuk Media Sosial Dalam Meningkatkan Kompetensi Bagi Kepala, Pustakawan, Dan Tenaga Pengelola Perpustakaan Sekolah/Madrasah Di Desa Kayu Ambon, Kecamatan Lembang Kabupaten Bandung Barat. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 6(4)

Gay, M., Tajuddin, S., Yuyun, S., & Melisa, M. (2024, January). PERILAKU KOMUNIKASI MAHASISWA DALAM MENYIKAPI BERITA HOAX DI MEDIA SOSIAL FACEBOOK (studi pada mahasiswa fakultas Ilmu-Ilmu Sosial dan Ilmu Pemerintahan di Universitas Al Asyariah Mandar). In *Journal Pegguruang: Conference Series* (Vol. 5, No. 1, pp. 120-124).

Hamdan, H. (2024, May). STRATEGI PUBLIK RELATION DALAM PEMASARAN OBJEK WISATA WATER BOOM DI KABUPATEN POLEWALI MANDAR. In *Journal Pegguruang: Conference Series* (Vol. 6, No. 1, pp. 418-421).

Husna, J. (2019). Peran Pustakawan Sebagai Kreator Konten Digital. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi*, 3(2), 173-184.

Wardiana, W. (2002, July). *Perkembangan teknologi informasi di Indonesia*.

Warpindyastuti, L. D., & Sulistyawati, M. E. S. (2018). Pemanfaatan Teknologi Internet Menggunakan Media Sosial Sebagai Sarana Penyebaran Informasi dan Promosi Pada MIN 18 Jakarta. *Widya Cipta: Jurnal Sekretari dan Manajemen*, 2(1), 91-95.

Syaeba, M. (2019). Etika Komunikasi Media Sosial Facebook (Studi Eksplorasi Terhadap Tindakan Bullying Bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Pemerintahan Universitas Al Asyariah Mandar). *MITZAL (Demokrasi, Komunikasi dan Budaya): Jurnal Ilmu Pemerintahan dan Ilmu Komunikasi*, 1(1).

Salimin, A. (2022). Dampak Penggunaan Media Sosial Facebook Pada Remaja Desa Pola Kecamatan Pasir Putih Kabupaten Muna.

SYAMSI, A. B. (2008). HAK DAN KEWAJIBAN ISTRI DALAM RUMAH TANGGA..