

Perubahan Pola Konsumsi Dan Gaya Hidup Masyarakat Indonesia Di Era Digital

Muhammad Fikri¹, Ahmad Junaidi²

^{1,2}Tadris IPS, Institut Studi Islam Sunan Doe, Lombok Timur, Indonesia

Email: m.fikri2019@gmail.com

ABSTRACT: This study examines the impact of the digital era on the consumption patterns, lifestyles, and education of Indonesian society. The findings reveal that e-commerce and social media drive changes by offering convenience and accessibility but also introduce challenges such as consumerism, individualism, and digital inequality. In the educational context, online learning provides flexibility while highlighting infrastructural disparities. The study concludes that digital literacy is essential to mitigate negative impacts and harness opportunities from digital transformation. Practical implications include policies to ensure equitable access to technology and inclusive digital education. This research provides new insights into the dynamics of digital-era lifestyles and recommends a multidisciplinary approach for future studies.

Keywords: digital era, consumption patterns, digital literacy, educational inequality

ABSTRAK: Penelitian ini mengkaji dampak era digital terhadap pola konsumsi, gaya hidup, dan pendidikan masyarakat Indonesia. Temuan menunjukkan bahwa e-commerce dan media sosial menjadi pendorong utama perubahan, menawarkan kenyamanan dan aksesibilitas, namun juga memunculkan tantangan seperti konsumtivisme, individualisme, dan kesenjangan digital. Dalam konteks pendidikan, pembelajaran daring memberikan fleksibilitas tetapi menghadapi ketimpangan infrastruktur. Kesimpulan penelitian menegaskan perlunya literasi digital untuk memitigasi dampak negatif dan memanfaatkan peluang dari transformasi digital. Implikasi praktis mencakup kebijakan pemerataan akses teknologi dan edukasi digital yang inklusif. Penelitian ini memberikan wawasan baru tentang dinamika gaya hidup era digital dan merekomendasikan pendekatan multidisiplin dalam penelitian lanjutan.

Kata kunci: era digital, pola konsumsi, literasi digital, kesenjangan pendidikan



Copyright © 2024 The Author(s)

This is an open-access article under the CC BY-SA license.

[Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat global, termasuk di Indonesia (Jurriëns & Tapsell, 2017). Integrasi teknologi informasi dan komunikasi ke dalam kehidupan sehari-hari telah mengubah cara orang bekerja, berkomunikasi, dan memenuhi kebutuhan mereka. Perubahan ini tidak hanya berdampak pada aspek ekonomi, tetapi juga memengaruhi dinamika sosial masyarakat (Bylieva et al., 2019). Di era digital saat ini, pola konsumsi dan gaya hidup masyarakat semakin didominasi oleh penggunaan teknologi, meskipun terdapat tantangan yang signifikan seperti kesenjangan digital, keamanan data, dan dampak lingkungan (Cochoy et al., 2020).

Di Indonesia, perubahan signifikan dalam pola konsumsi masyarakat dapat diamati melalui peralihan dari transaksi secara konvensional menuju transaksi berbasis digital (Nugroho, 2017). Perkembangan teknologi informasi telah menghadirkan berbagai inovasi, seperti platform *e-commerce*, aplikasi berbasis mobile, dan media sosial, yang secara drastis mengubah cara masyarakat memenuhi kebutuhan sehari-hari, termasuk berbelanja dan memperoleh informasi (Nugroho, 2017). Menurut data terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (Lahitani, 2024), tingkat penetrasi internet di Indonesia telah mencapai 79,5% dari total populasi. Angka ini menunjukkan bahwa sekitar 221.563.479 dari 278.696.200 penduduk Indonesia pada tahun 2023 memanfaatkan internet untuk berbagai keperluan, termasuk melakukan aktivitas belanja daring. Teknologi digital kini menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat Indonesia. Meskipun demikian, transformasi ini membawa tantangan tersendiri, terutama bagi pelaku usaha konvensional yang kesulitan menyesuaikan diri dengan perubahan lanskap ekonomi yang semakin mengarah pada digitalisasi. Kompetisi yang semakin ketat di dalam ekosistem ekonomi digital membuat mereka harus beradaptasi secara cepat agar tetap dapat bertahan dan bersaing di era digital yang dinamis ini.

Selain itu, media sosial memainkan peran penting dalam membentuk preferensi konsumsi masyarakat. Riset dari (Tri Hendro Sigit Prakoso & Vicky Nathasya, 2022) menunjukkan bahwa 50% konsumen Indonesia dipengaruhi oleh rekomendasi di media sosial sebelum melakukan pembelian. Fenomena ini menandai perubahan gaya hidup masyarakat yang tidak hanya berbasis kebutuhan fungsional, tetapi juga dipengaruhi tren global yang dibentuk oleh influencer. Namun, meskipun teknologi memberikan akses yang lebih luas, kesenjangan digital tetap menjadi tantangan serius, terutama di daerah pedesaan. Sekitar 30% populasi pedesaan di Indonesia masih memiliki akses terbatas terhadap teknologi digital, yang dapat memperburuk ketimpangan sosial (Diningrat, 2021).

Perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia juga dipengaruhi oleh layanan berbasis teknologi seperti Gojek dan Grab, yang menawarkan solusi praktis untuk kebutuhan sehari-hari. Meskipun layanan ini memberikan efisiensi, mereka juga berpotensi mengurangi interaksi sosial langsung, menggantinya dengan hubungan virtual. Di sisi lain, transformasi digital ini meningkatkan konsumsi barang dan jasa, yang berkontribusi pada peningkatan limbah plastik dari kemasan *e-commerce*. Menurut penelitian Putri et al., (2022) mengungkapkan bahwa Indonesia menghasilkan lebih dari 3 juta ton limbah plastik setiap tahunnya, sebagian besar berasal dari transaksi daring.

Oleh karena itu, diperlukan kebijakan yang mendukung pertumbuhan ekonomi digital secara berkelanjutan. Pemerintah dan pelaku industri memiliki peran penting dalam memastikan perlindungan konsumen, keamanan data, dan keberlanjutan lingkungan. Literasi digital juga menjadi hal mendesak untuk ditingkatkan agar masyarakat lebih bijak dalam menggunakan teknologi (Radovanović et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana teknologi digital memengaruhi pola konsumsi dan gaya hidup masyarakat Indonesia, serta dampaknya terhadap dinamika sosial dan ekonomi. Dengan pendekatan komprehensif, studi ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang relevan untuk menciptakan kebijakan yang mendukung pertumbuhan ekonomi digital sekaligus menjaga keseimbangan sosial dan lingkungan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam perubahan pola konsumsi dan gaya hidup masyarakat Indonesia di era digital. Metode kualitatif dipilih karena dapat memberikan gambaran yang lebih luas dan mendalam mengenai fenomena sosial yang kompleks dan dinamis (Creswell, 2018). Data dikumpulkan melalui studi pustaka dengan menelaah literatur yang relevan dari berbagai sumber seperti jurnal ilmiah, laporan pemerintah, artikel media massa, dan buku terkait. Pendekatan deskriptif membantu peneliti untuk mengorganisir data dan informasi sehingga dapat dianalisis secara sistematis berdasarkan tema-tema yang muncul (Flick, 2018).

Pengumpulan data difokuskan pada data sekunder yang mencakup laporan industri digital, data statistik konsumsi masyarakat, serta literatur tentang gaya hidup dan tren sosial di Indonesia. Proses analisis dilakukan dengan metode tematik, di mana data yang telah terkumpul diorganisasikan menjadi beberapa kategori, seperti perubahan pola konsumsi, pengaruh media sosial terhadap gaya hidup, serta tantangan dan peluang yang dihadapi masyarakat dalam mengadopsi teknologi digital (Creswell, 2018). Teknik ini memungkinkan peneliti untuk memahami hubungan antara berbagai faktor yang mempengaruhi pola konsumsi dan gaya hidup di era digital.

Selain itu, peneliti melakukan triangulasi data untuk memastikan validitas informasi yang diperoleh. Proses triangulasi dilakukan dengan membandingkan berbagai sumber data yang berbeda, baik dari laporan kuantitatif maupun narasi kualitatif, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai fenomena yang diteliti (Flick, 2018). Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat menghasilkan temuan yang relevan dan dapat diaplikasikan dalam konteks kebijakan serta strategi bisnis dalam menghadapi perubahan pola konsumsi dan gaya hidup di era digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan bahwa era digital telah membawa perubahan signifikan dalam pola konsumsi dan gaya hidup masyarakat Indonesia. Temuan utama mencakup beberapa aspek berikut:

Pola Konsumsi Digital

Perubahan signifikan dalam pola konsumsi masyarakat Indonesia tampak jelas dengan meningkatnya penggunaan platform e-commerce. Masyarakat, baik di daerah urban maupun rural, kini lebih memilih belanja online dibandingkan pasar tradisional. Faktor-faktor seperti kemudahan akses, banyaknya pilihan produk, dan kenyamanan berbelanja dari rumah menjadi pendorong utama pergeseran ini. Penggunaan platform seperti Tokopedia, Shopee, dan Lazada semakin mengukuhkan e-commerce sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari.

Dampak positif dari pergeseran ini adalah efisiensi waktu dan energi dalam berbelanja. Namun, perlu dicatat bahwa pergeseran ini juga membawa tantangan, terutama bagi pelaku usaha kecil di pasar tradisional yang sulit bersaing. Keberlanjutan pasar tradisional membutuhkan strategi adaptasi, seperti memanfaatkan teknologi digital untuk memperluas jangkauan pemasaran mereka.

Peran Media Sosial

Media sosial telah menjadi alat utama dalam membentuk preferensi konsumsi masyarakat. Platform seperti Instagram, TikTok, dan Facebook memfasilitasi promosi produk melalui konten visual yang menarik. Influencer dan selebriti digital memengaruhi pengikut mereka untuk mengadopsi tren tertentu, mulai dari gaya busana hingga produk kecantikan. Hal ini menciptakan budaya konsumsi yang sangat dipengaruhi oleh tren yang cepat berubah.

Tren ini juga meningkatkan daya saing produk lokal yang mampu menyesuaikan diri dengan promosi berbasis media sosial. Namun, di sisi lain, masyarakat berisiko terjebak dalam pola konsumsi impulsif karena terpancing promosi berlebihan. Kesadaran akan manajemen keuangan menjadi penting untuk menghindari dampak negatif dari pengaruh media sosial terhadap gaya hidup konsumtif.

Perubahan Gaya Hidup

Di era digital, gaya hidup masyarakat Indonesia mengalami perubahan signifikan, khususnya dalam aspek kesehatan dan kebugaran. Tren global yang dipopulerkan melalui media sosial mendorong masyarakat untuk mengikuti program diet, latihan fisik, yoga, dan pilates. Influencer kebugaran sering menjadi inspirasi bagi banyak orang untuk memulai gaya hidup sehat.

Selain itu, meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan fisik berkontribusi pada meningkatnya keanggotaan di pusat kebugaran dan kelas olahraga daring. Namun, akses terhadap gaya hidup sehat ini masih terbatas pada kalangan tertentu, terutama mereka yang tinggal di perkotaan. Perlu ada upaya untuk memperluas akses ke program kesehatan di daerah pedesaan agar manfaatnya lebih merata.

Transformasi Keuangan

Teknologi digital telah mentransformasi cara masyarakat mengelola keuangan mereka. Aplikasi dompet digital seperti GoPay, OVO, dan Dana menggantikan transaksi tunai dengan pembayaran non-tunai yang lebih cepat dan efisien. Pergeseran ini memberikan kemudahan, terutama bagi masyarakat perkotaan yang sudah akrab dengan teknologi digital.

Namun, adopsi teknologi keuangan ini masih menghadapi tantangan di daerah pedesaan, di mana infrastruktur digital belum memadai. Penting untuk memperluas edukasi dan infrastruktur keuangan digital agar manfaatnya dapat dirasakan oleh seluruh masyarakat, tanpa memandang lokasi geografis mereka.

Tantangan Konsumtif

Kemudahan yang ditawarkan oleh teknologi digital juga membawa dampak negatif dalam bentuk pola konsumsi berlebihan. Diskon besar, penawaran eksklusif, dan program loyalitas sering kali mendorong masyarakat untuk membeli barang yang sebenarnya tidak diperlukan. Akibatnya, banyak orang menghadapi masalah keuangan karena pengeluaran yang tidak terkendali.

Meningkatkan literasi keuangan menjadi salah satu solusi penting untuk mengatasi tantangan ini. Dengan memahami cara mengelola keuangan secara bijak, masyarakat dapat memanfaatkan kemudahan digital tanpa terjebak dalam gaya hidup konsumtif yang merugikan.

Dampak Sosial dan Pendidikan

Interaksi sosial masyarakat telah bergeser dari tatap muka menjadi komunikasi daring, memengaruhi kualitas hubungan sosial. Generasi muda, khususnya, lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya, yang dapat menurunkan intensitas interaksi fisik dalam keluarga dan komunitas.

Di sektor pendidikan, pembelajaran daring memperkenalkan fleksibilitas baru, tetapi juga memperbesar kesenjangan digital antara daerah perkotaan dan pedesaan. Kurangnya akses internet dan perangkat teknologi di beberapa daerah

menjadi tantangan utama yang perlu diatasi untuk menciptakan pendidikan yang inklusif dan merata di seluruh Indonesia.

Pembahasan

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa era digital tidak hanya membawa perubahan signifikan dalam pola konsumsi, tetapi juga mendefinisikan ulang gaya hidup masyarakat Indonesia secara mendalam. Era ini ditandai dengan pergeseran preferensi masyarakat dari aktivitas konsumsi tradisional menuju platform digital yang menawarkan kemudahan akses dan kenyamanan. Sebagai contoh, kemajuan e-commerce memungkinkan masyarakat untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan lebih efisien, tanpa harus keluar rumah. Hal ini sesuai dengan teori perilaku konsumen digital yang menekankan bahwa kenyamanan menjadi salah satu pendorong utama perubahan pola konsumsi di era modern (Vyt et al., 2022).

Dari sisi sosial, media sosial memainkan peran sentral dalam membentuk preferensi konsumsi dan gaya hidup masyarakat. Konten yang disajikan oleh influencer dan selebriti digital mampu memengaruhi norma dan nilai masyarakat, sebagaimana dijelaskan dalam teori media sebagai agen sosialisasi. Namun, tidak dapat diabaikan bahwa fenomena ini juga membawa dampak negatif, seperti meningkatnya individualisme dan konsumtivism (Turanci, 2019). Kondisi ini menunjukkan perlunya pendidikan digital yang lebih mendalam untuk mengajarkan masyarakat bagaimana memanfaatkan teknologi dengan bijak, sekaligus mengurangi risiko dampak negatif.

Dalam konteks pendidikan, pembelajaran daring menjadi salah satu bukti nyata transformasi era digital. Sistem ini menawarkan fleksibilitas yang memungkinkan peserta didik belajar kapan saja dan di mana saja. Akan tetapi, di balik fleksibilitas tersebut, terdapat tantangan besar berupa kesenjangan digital, terutama di daerah yang kurang terjangkau oleh infrastruktur internet. Ketimpangan ini memperlihatkan urgensi kebijakan yang berorientasi pada pemerataan infrastruktur digital, sehingga semua lapisan masyarakat dapat mengakses pendidikan berkualitas.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami dampak positif dan negatif dari era digital terhadap pendidikan dan gaya hidup. Salah satu implikasi praktis yang diusulkan adalah perlunya pelatihan literasi digital secara luas untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menghadapi risiko konsumsi berlebihan. Selain itu, kebijakan yang mendorong konsumsi yang lebih bertanggung jawab perlu diterapkan untuk menciptakan keseimbangan antara manfaat teknologi dan potensi kerugiannya.

Beberapa temuan penelitian ini juga menunjukkan adanya ketidaksesuaian dengan hipotesis awal, seperti dampak konsumsi berlebihan yang belum terantisipasi sepenuhnya. Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat belum

sepenuhnya siap menghadapi tantangan kompleks dari era digital. Untuk itu, diperlukan pendekatan multidisiplin yang menggabungkan aspek sosial, ekonomi, dan teknologi guna memahami dinamika perubahan pola konsumsi dan gaya hidup secara lebih holistic (Babu & Gajanan, 2022). Dengan demikian, strategi mitigasi yang diusulkan dapat lebih efektif dalam membantu masyarakat beradaptasi secara lebih bijak terhadap era digital ini.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa era digital secara fundamental telah mengubah pola konsumsi, gaya hidup, dan pendidikan masyarakat Indonesia. E-commerce dan media sosial menjadi pendorong utama perubahan, menawarkan kemudahan akses, kenyamanan, dan fleksibilitas, tetapi juga membawa tantangan seperti konsumtivisme, individualisme, dan kesenjangan digital. Dalam konteks pendidikan, pembelajaran daring memberikan peluang baru namun tetap menghadapi hambatan infrastruktur yang memerlukan perhatian khusus. Penelitian ini menegaskan pentingnya literasi digital sebagai strategi mitigasi untuk memaksimalkan manfaat era digital sekaligus meminimalkan dampaknya yang merugikan. Untuk masa depan, kebijakan yang mendukung pemerataan akses teknologi dan edukasi digital yang inklusif sangat diperlukan. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi pendekatan multidisiplin dalam memahami kompleksitas perubahan gaya hidup di era digital ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Babu, S. C., & Gajanan, S. N. (2022). Changes in food consumption patterns. In *Food Security, Poverty and Nutrition Policy Analysis* (pp. 135-168). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-820477-1.00010-3>
- Bylieva, D. S., Lobatyuk, V. V., & Rubtsova, A. V. (2019). Information and communication technologies as an active principle of social change. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 337(1), 012054. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/337/1/012054>
- Cochoy, F., Licoppe, C., McIntyre, M. P., & Sörum, N. (2020). Digitalizing consumer society: equipment and devices of digital consumption. *Journal of Cultural Economy*, 13(1), 1-11. <https://doi.org/10.1080/17530350.2019.1702576>
- Creswell, J. W., & P. C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*. SAGE Publications.
- Diningrat, R. A. (2021). *Ketimpangan digital antara kaya dan miskin menentukan kemampuan bertahan seseorang selama pandemi*. <https://Theconversation.Com/Ketimpangan-Digital-Antara-Kaya-Dan-Miskin-Menentukan-Kemampuan-Bertahan-Seseorang-Selama-Pandemi-163019>.

- Flick, U. (2018). *An Introduction to Qualitative Research* (6th ed.). SAGE Publications.
- Jurriëns, E., & Tapsell, R. (2017). Challenges and opportunities of the digital 'revolution' in Indonesia. In *Digital Indonesia* (pp. 1–18). ISEAS Publishing. <https://doi.org/10.1355/9789814786003-007>
- Lahitani, S. (2024, February 2). Survei APJII: Penetrasi Pengguna Internet Indonesia Mencapai 79% di Tahun 2024. <https://www.liputan6.com/citizen6/read/5518803/survei-apjii-penetrasi-pengguna-internet-indonesia-mencapai-79-di-tahun-2024>.
- Nugroho, S. A. (2017). Transactions on the smartphone as a driving factor to Indonesian Cashless Transaction. *ACMIT Proceedings*, 4(1), 112–116. <https://doi.org/10.33555/acmit.v4i1.65>
- Putri, S. A., Sari, D. I., Marzuki, K., & Taryana, A. (2022). Penerapan Design Thinking Eco-Boba dalam Pemanfaatan Limbah Cacahan Plastik dan Kemasan Paket E-commerce. *Journal of Technopreneurship on Economics and Business Review*, 3(2).
- Radovanović, D., Holst, C., Belur, S. B., Srivastava, R., Hounghonon, G. V., Le Quentrec, E., Miliza, J., Winkler, A. S., & Noll, J. (2020). Digital Literacy Key Performance Indicators for Sustainable Development. *Social Inclusion*, 8(2), 151–167. <https://doi.org/10.17645/si.v8i2.2587>
- Tri Hendro Sigit Prakoso, & Vicky Nathasya. (2022). The Effects Of Celebrity Endorsement, Celebrity Attributes, Brand Image And E-Wom On Purchase Decisions Through Instagram. *MANAJEMEN DEWANTARA*, 6(3), 259–267. <https://doi.org/10.26460/md.v6i3.13013>
- Turanci, E. (2019). *Consumption in the Digital Age* (pp. 266–286). <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-8491-9.ch016>
- Vyt, D., Jara, M., Mevel, O., Morvan, T., & Morvan, N. (2022). The impact of convenience in a click and collect retail setting: A consumer-based approach. *International Journal of Production Economics*, 248, 108491. <https://doi.org/10.1016/j.ijpe.2022.108491>