

FENOMENA FLEXING DI MEDIA SOSIAL: DAMPAKNYA PADA HUBUNGAN SOSIAL DAN EKONOMI

Tamamul Mubarak Farchanie

Email: tamamulmubarak@gmail.com

UIN Sunan Ampel Surabaya

Abstrak: Flexing adalah menunjukkan sesuatu dengan tujuan untuk memperlihatkan kemewahan dirinya untuk mendapatkan pengakuan dan validasi. Media sosial digunakan sebagai alat Flexing dengan tujuan agar masyarakat tahu siapakah ia. Flexing juga sangat mempengaruhi dalam hubungan sosial dan ekonomi yang dimana kadang akan berdampak baik ataupun buruk, baik karena membangun personal branding dan akan buruk jika personal brandingnya berbanding terbalik dengan aslinya.

Kata Kunci: Flexing, Media Sosial, Hubungan Sosial, Ekonomi.

Abstract: *Flexing adalah menunjukkan sesuatu dengan tujuan untuk memperlihatkan kemewahan dirinya untuk mendapatkan pengakuan dan validasi. Media sosial digunakan sebagai alat Flexing dengan tujuan agar masyarakat tahu siapakah ia. Flexing juga sangat mempengaruhi dalam hubungan sosial dan ekonomi yang dimana kadang akan berdampak baik ataupun buruk, baik karena membangun personal branding dan akan buruk jika personal brandingnya berbanding terbalik dengan aslinya.*

Keywords: *Flexing, Social Media, Social Relations, Economy.*

PENDAHULUAN

Flexing Culture (Budaya Pamer) pada media sosial yang melanda dan menjadi habit (kebiasaan) manusia dalam bermedia sosial. Flexing, yakni menunjukkan sesuatu dengan tujuan untuk memperlihatkan kemewahan yang dimiliki untuk mendapatkan pengakuan atau validasi. Mirisnya, flexing terjadi tepat di tengah sebagian besar masyarakat yang dimana mengalami kesulitan ekonomi. Masyarakat pada umumnya memiliki sifat naif (tidak kritis) dan mudah untuk dibohongi sehingga masyarakat kesulitan untuk membedakan antara palsu dan asli atau sekedar pamer kekayaan untuk melariskan barang usahanya. Maka dari itu, para tokoh publik mengambil peran yang cukup penting dalam mewujudkan kepekaan dan sikap moral masyarakat untuk dijadikan panutan sekaligus pacuan dalam mengedukasi masyarakat untuk mengkonsumsi hal yang etis, yaitu hal yang memperhitungkan lingkungan sosial, sumber daya alam dan media sosial.(Anisatul,2022)

Media sosial, membantu penggunaannya untuk dapat berkomunikasi dan berhubungan satu sama lain dengan cara yang fleksibel dan tentunya mudah diakses. Media sosial, membantu penggunaannya untuk bisa terhubung dengan orang yang dikenal ataupun tidak. Memberikan kemudahan bagi penggunaannya untuk berbagi minat dan hobi. Lebih dari itu, media sosial adalah saluran untuk mengekspresikan diri. Penggunaannya dapat menggunakan media sosial untuk menunjukkan dan memberitahu kepada siapapun itu tentang siapa anda: apa yang unik dari anda,

bagaimana perasaan anda tentang sesuatu hal, apa saja hal yang penting bagi anda.

Hubungan sosial, sering terjadi karena semua elemen masyarakat melakukannya setiap saat dan setiap waktu. Secara umum, hubungan sosial ialah interaksi sosial antara lain interaksi individu dengan individu, juga individu dengan kelompok dan kelompok dengan kelompok, yang dimana ketika berinteraksi sosial pasti didalam interaksi tersebut salah satunya atau mungkin secara keseluruhan saling memberikan informasi dan saling mempengaruhi satu sama lain. Akan tetapi, meski semua orang melakukan hubungan sosial, namun tidak semua hubungan sosial dapat bertahan lama. Beberapa memang bisa mempertahankan hubungan sosialnya dengan yang lain dalam kurun waktu yang sangat lama, bahkan selamanya. Tidak dapat dipungkiri, bahwa tidak semua orang itu mampu untuk memiliki hubungan sosial yang dapat berlangsung selama itu. Masih banyak yang di luar sana juga mengalami kesulitan untuk menjaga dan mempertahankan hubungan sosial dengan yang lain. Biasanya, hal tersebut dikarenakan sebab sifat atau perilaku mereka yang buruk, yang dimana membuat orang lain merasa tidak nyaman dan akhirnya memutuskan untuk menjauh.

Ekonomi adalah salah satu cabang Ilmu Pengetahuan yang diberi gelar sebagai *the oldest art and the newest science* (seni yang tertua dan ilmu pengetahuan yang termuda). Kebutuhan manusia akan makanan, pakaian dan tempat tinggal telah memaksa manusia untuk bergumul dan bergaul dengan masalah ekonomi. Istilah ekonomi lahir di Yunani (Greek) dan dengan sendirinya istilah ekonomi berasal dari kata-kata bahasa Yunani. Asal katanya *Oikos Nomos* yang artinya *management of household or estate* (tata laksana rumah tangga dan kepemilikan). (Rubhan, Ridolof, 2020).

METODE

Berdasarkan fenomenologi yang sudah terjadi pada kalangan remaja berupa flexing di media sosial yang berdampak pada hubungan sosial dan hubungan ekonomi. Tujuan dilakukannya penelitian ini tentunya untuk mengetahui tentang bagaimana kondisi yang sebenarnya, dari fenomena flexing di media sosial serta langkah – langkah yang dapat ditempuh guna mencegah dan menanggapi hal tersebut. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *study library research* dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Berdasarkan data – data yang diperoleh dari jurnal ilmiah, penelitian terdahulu, serta pengamatan dari beberapa artikel dan jurnal yang berbeda. Studi literatur ini dimaknai sebagai kajian literatur yang mengeksplor penelitian terdahulu dengan kritis. Dengan tujuan dapat menimbang dan memperoleh gambaran tentang fenomena flexing di media sosial yang berdampak pada hubungan sosial dan hubungan ekonomi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Flexing merupakan salah satu fenomena yang banyak bermunculan semenjak kemajuan teknologi di era ini. Perilaku Flexing terjadi dan dilakukan oleh para kalangan sosial baik dari strata ekonomi atas, menengah, dan bawah sekalipun. Flexing berdampak sangat buruk bagi siapapun yang melakukannya. Pelaku flexing memiliki kepuasan tersendiri ketika melakukannya, dan mayoritas pelaku flexing ditempati oleh para remaja yang masih berstatus pelajar. Berdasarkan dari hasil analisis dari berbagai jurnal dan artikel ilmiah yang sangat relevan untuk dikaji pada fenomena flexing ini, peneliti

menemukan ada banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya tindakan flexing pada remaja. Untuk mengatasi hal tersebut, diperlukan adanya management diri dari setiap remaja dan pengawasan lebih dari orang tua untuk mencegah terjadinya fenomena flexing tersebut. Karena flexing bisa terjadi kapan pun dan dimanapun yang sewaktu – waktu akan berdampak pada hubungan sosial dan hubungan ekonomi yang dimiliki.

Flexing merupakan kesalahan dalam management diri, sebagai perantaranya media sosial yang dimana sangat merugikan jika dilakukan secara sengaja dan terus – menerus. Flexing memiliki dampak yang sangat fatal terhadap hubungan sosial dan hubungan ekonomi yang akan berakibat buruk pada pelaku secara ekonomi dan orang – orang sekitarnya secara sosial.

Lingkungan mengambil peran utama bagi pelaku flexing. Baik lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, dan lingkungan masyarakat. Semua lingkungan diharapkan dapat berkolaborasi dan bersinergi dalam menciptakan lingkungan yang harmonis dan bertoleransi antar sesama, agar terciptanya karakter dan moral remaja yang bisa saling menghargai dan menghormati. Hal ini diharapkan dapat mencegah dan menanggapi terjadinya perilaku flexing pada remaja, khususnya dilingkungan sosial yang marak dilakukan di media sosial serta menjaga hubungan sosial yang harmonis tanpa adanya perilaku flexing.

Pembahasan

Berdasarkan hasil study library research dan pendekatan kualitatif bahwa Flexing di media sosial memiliki tujuan terhadap pengakuan strata sosial dengan membuat para remaja memiliki hasrat untuk memamerkan kekayaan, harta benda, dan gaya hidup mewah mereka. Melalui postingan di media sosial milik pribadi baik berupa foto atau video yang menampilkan barang – barang mahal, liburan mewah, atau pengalaman mewah, para remaja memiliki tujuan untuk membentuk persepsi strata sosial yang tinggi demi mendapatkan pengakuan dari orang lain. Flexing ini tidak pada strata atas saja, namun juga terjadi pada strata menengah dan strata bawah. Tindakan flexing di media sosial didorong oleh keinginan untuk mendapatkan validasi sosial dan pengakuan atas status sosial seseorang yang lebih tinggi. Hal tersebut merupakan cara para remaja untuk mengikuti kehidupan sosial yang bertentangan di era sekarang, dimana status, citra, dan diri sangat dihargai dan dihormati dalam bermasyarakat. (Nur, Dinda, Victoria, Aji, Didi, 2022)

Motivasi di balik melakukan flexing di media sosial berbeda-beda pada setiap remaja, namun beberapa alasan umum meliputi:

1. Validasi dan pengakuan sosial: Flexing memungkinkan individu mencari validasi dan pengakuan dari orang lain atas pencapaian, kepemilikan, dan gaya hidup mereka. Dengan memamerkan kekayaan dan kesuksesannya, flexing bertujuan untuk mendapatkan kekaguman dan rasa hormat dari rekan-rekan dan pengikutnya. (Deliarnov, 2015)
2. Harga diri: Flexing dapat didorong oleh keinginan untuk meningkatkan harga diri seseorang. Dengan menunjukkan gaya hidup mewah dan boros, remaja dapat merasakan superioritas dan kepentingan, sehingga dapat meningkatkan persepsi diri mereka. (Deliarnov, 2015)
3. Pengakuan status dan strata sosial: Flexing di media sosial sering kali digunakan sebagai sarana untuk membangun dan mempertahankan persepsi status sosial yang tinggi. Dengan menampilkan barang dan pengalaman mahal, para remaja bertujuan untuk memosisikan diri mereka sebagai bagian dari kelas sosial elit

dan mendapatkan pengakuan atas status tinggi mereka. (Deliarnov, 2015)

4. Pengaruh dan persuasi: Flexing juga bisa menjadi strategi yang digunakan oleh influencer dan pemasar untuk mendapatkan perhatian dan mempengaruhi audiens mereka. Dengan menampilkan gaya hidup yang diinginkan, individu dapat menarik pengikut dan menciptakan rasa aspirasi dan keinginan di antara audiensnya. (Nur, Dinda, Victoria, Aji, Didi, 2022)
5. Perbandingan dan kompetisi: Melenturkan diri dapat didorong oleh keinginan untuk mengungguli orang lain dan terlibat dalam perbandingan sosial. remaja melakukan flexing untuk menunjukkan bahwa dirinya lebih sukses, lebih kaya, atau mempunyai status sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan teman sebayanya. Perilaku ini dapat berasal dari kebutuhan untuk bersaing dan menonjol dalam budaya yang didorong oleh media sosial. (Agustianti, Amir, 2020)

Tidak semua remaja melakukan flexing, dan motivasi dapat sangat bervariasi tergantung pada nilai - nilai pribadi, pengaruh budaya, dan keadaan remaja. Flexing berlebihan dari penggunaan media sosial dapat menimbulkan beberapa dampak negatif, antara lain:

1. Beban Keuangan: Flexing berlebihan untuk mempertahankan gaya hidup mewah dapat menyebabkan kesulitan keuangan dan hutang. Individu mungkin memprioritaskan penampilan dan harta benda dibandingkan stabilitas keuangan, sehingga menyebabkan kebiasaan belanja yang tidak berkelanjutan. (Deliarnov, 2015)
2. Dampak psikologis: Kebutuhan terus-menerus untuk menampilkan dan mempertahankan citra tertentu di media sosial dapat menyebabkan rasa tidak aman, kecemasan, dan rendahnya harga diri. Tekanan untuk terus - menerus memamerkan kekayaan dan kesuksesan dapat menimbulkan perasaan tidak mampu dan dibandingkan dengan orang lain. (Deliarnov, 2015)
3. Nilai-Nilai Materialistis: Muncul di media sosial dapat memperkuat nilai-nilai materialistis, yang berfokus pada perolehan dan menampilkan harta benda sebagai ukuran kesuksesan dan kebahagiaan. Hal ini dapat mengarah pada pandangan hidup yang dangkal dan dangkal yang mengutamakan kekayaan materi daripada hubungan yang bermakna dan pertumbuhan pribadi. (Deliarnov, 2015)
4. Isolasi Sosial: Flexing berlebihan dapat menciptakan keretakan antara individu dan lingkarannya. Mengejar gaya hidup mewah dapat menyebabkan orang menjadi terasing dari teman dan anggota keluarga yang tidak memiliki sumber keuangan yang sama, sehingga menimbulkan perasaan terisolasi dan terputus. (Deliarnov, 2015)
5. Dampak Lingkungan: Flexing berlebihan melalui pembengkakan dapat berkontribusi terhadap degradasi lingkungan. Produksi dan pembuangan barang-barang mewah serta jejak karbon yang terkait dengan gaya hidup mewah dapat berdampak negatif terhadap lingkungan. (Deliarnov, 2015)

Konsekuensi negatif ini tidak selalu berkaitan dengan perubahan, namun lebih pada konsumsi berlebihan dan penentuan prioritas harta benda yang diakibatkannya.

Perilaku flexing berkorelasi dengan harga diri sebagai faktor pendukung perilaku tersebut. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung menunjukkan sikap narsistik dan melakukan perilaku flexing, namun sebaliknya, perilaku flexing juga dapat meningkatkan harga diri individu. Oleh karena itu, upaya pengendalian perilaku flexing

dapat dimulai dengan mengendalikan persepsi dan perilaku diri sendiri agar terhindar dari aspek negatif harga diri yang tinggi.

Perilaku flexing di media sosial erat kaitannya dengan harga diri seseorang. Perilaku flexing, yang melibatkan pamer kekayaan dan kemewahan di media sosial, sering dikaitkan dengan individu yang mencari pengakuan dan validasi. Perilaku ini sering ditampilkan oleh individu dengan harga diri yang tinggi, karena cenderung memiliki sikap narsistik dan keinginan untuk menunjukkan superioritasnya. Sebaliknya, melakukan perilaku flexing juga dapat meningkatkan harga diri individu, karena hal tersebut memperkuat persepsi mereka tentang diri mereka sendiri sebagai superior dan layak dikagumi. Oleh karena itu, terdapat korelasi antara perilaku flexing dengan harga diri, dimana individu dengan harga diri yang tinggi akan lebih besar kemungkinannya untuk melakukan perilaku flexing, dan dengan melakukan perilaku flexing dapat semakin meningkatkan harga diri individu. (Asrini,2018)

Potensi dampak negatif dari perilaku flexing, jika tidak dikendalikan mencakup penguatan nilai-nilai materialistis, meningkatnya perasaan tidak mampu dan iri hati yang berkelanjutannya pada standar kesuksesan dan kebahagiaan yang tidak realistis. Perilaku flexing juga dapat mengarah pada fokus validasi eksternal dan perbandingan dengan orang lain, yang dapat berdampak negatif pada harga diri dan kesejahteraan mental seseorang. Selain itu, hal ini juga dapat berkontribusi pada budaya kedangkalan dan kurangnya keaslian di media sosial, sehingga menyebabkan terputusnya hubungan dengan pengalaman dan hubungan manusia yang sebenarnya. Selain itu, perilaku flexing dapat melanggengkan ketimpangan dan stratifikasi sosial dengan mengutamakan dan mengagungkan kekayaan dan kemewahan, sehingga dapat menimbulkan perasaan dendam dan perpecahan sosial. (Asrini,2018)

Individu dapat mengendalikan perilaku melenturkan dan mengurangi dampak negatif dari harga diri yang tinggi dengan menerapkan strategi berikut:

1. Refleksi dan Kesadaran Diri

Individu dapat melakukan refleksi diri untuk menjadi lebih sadar akan motivasi mereka untuk melakukan peregangan. Dengan memahami alasan yang mendasari perilaku mereka, individu dapat mulai mengatasi rasa tidak aman atau keinginan untuk mendapatkan validasi yang mungkin mendorong kebutuhan mereka untuk memamerkan kekayaan atau harta benda mereka. (Nurhayat & Noorrizki, 2022)

2. Latih Kerendahan Hati

Menumbuhkan kerendahan hati dapat membantu individu dengan harga diri tinggi menghindari jebakan arogansi dan superioritas. Dengan mengakui keterbatasannya sendiri dan terbuka untuk belajar dari orang lain, individu dapat melawan dampak negatif dari harga diri yang berlebihan. (Baron, 2012)

3. Mencari Umpan Balik dan Akuntabilitas

Individu dapat mengelilingi dirinya dengan teman atau mentor tepercaya yang dapat memberikan umpan balik jujur dan meminta pertanggungjawaban atas perilakunya. Hal ini dapat membantu individu mendapatkan perspektif dan mengenali kapan tindakan mereka mungkin didorong oleh rasa harga diri yang berlebihan. (Krueger dkk., 2008)

4. Menumbuhkan Empati

Mengembangkan empati terhadap orang lain dapat membantu individu dengan harga diri tinggi agar tidak terlalu fokus pada diri sendiri. Dengan memahami dan menghargai pengalaman dan perspektif orang lain, individu dapat mengalihkan fokus mereka dari sikap mengagungkan diri sendiri. (Aini, 2018)

5. Menetapkan Batasan

Menetapkan batasan pribadi seputar penggunaan media sosial dan berbagi konten dapat membantu individu mengatur perilaku fleksibel mereka. Hal ini dapat berupa menahan diri untuk tidak memposting jenis konten tertentu atau membatasi frekuensi postingan yang dapat dianggap memamerkan kekayaan atau harta benda. (Nurhayat & Noorrizki, 2022)

Dengan menerapkan strategi ini, individu dapat memberikan kontrol yang lebih besar terhadap perilaku melenturkan diri dan mengurangi dampak negatif dari harga diri yang tinggi.

Media sosial menjadi faktor utama dalam melakukan flexing karena menyediakan platform bagi individu, terutama influencer, untuk menampilkan kekayaan dan kemewahannya kepada khalayak umum. Melalui media sosial, individu memiliki kendali penuh atas informasi yang mereka tampilkan, memungkinkan mereka mengelola persepsi orang lain dan mendapatkan pengakuan dengan memamerkan harta benda mereka. Fitur media sosial seperti kolom komentar memungkinkan individu menerima tanggapan dan reaksi positif terhadap postingannya, sehingga selanjutnya mendorong perilaku flexing. Umpan balik positif dari komunitas media sosial ini menjadi pendorong munculnya dan meningkatnya perilaku flexing.

Flexing di media sosial terkait erat dengan hubungan sosial dan ekonomi karena melibatkan individu yang memamerkan kekayaan dan kemewahannya untuk mendapatkan pengakuan dan validasi dari lingkaran sosial dan pengikutnya. Tindakan flexing dapat menciptakan rasa status sosial dan superioritas, karena individu menggunakan harta miliknya untuk meningkatkan status sosialnya dan mendapatkan kekaguman dari orang lain. Perilaku ini juga dapat berkontribusi pada pelestarian nilai-nilai materialistis dan penguatan hierarki sosial berdasarkan kekayaan dan harta benda, sehingga mempengaruhi hubungan ekonomi dan perilaku konsumen. Selain itu, flexing dapat memengaruhi harga diri dan kepercayaan diri individu, yang pada gilirannya dapat memengaruhi interaksi dan keputusan sosial dan ekonomi mereka. (Hartanti, 2018)

Dampak negatif dari flexing pada hubungan sosial bisa sangat signifikan. Perilaku flexing, yang melibatkan memamerkan kekayaan dan kemewahan di media sosial, dapat menimbulkan perasaan iri, tidak mampu, dan kebencian di antara teman sebaya dan pengikut. Hal ini dapat menimbulkan rasa perpecahan dan keterasingan sosial, karena individu mungkin merasa dikucilkan atau rendah diri dibandingkan dengan mereka yang melakukan flexing. Selain itu, flexing dapat berkontribusi pada pelestarian nilai-nilai materialistis dan penguatan hierarki sosial berdasarkan kekayaan dan kepemilikan, yang berpotensi menyebabkan ketegangan dalam interaksi sosial dan kurangnya koneksi yang tulus. Selain itu, fokus pada harta benda dan tampilan kekayaan secara eksternal dapat mengurangi hubungan sosial yang bermakna dan autentik, karena individu mungkin memprioritaskan citra dan status dibandingkan hubungan asli dan pengalaman bersama. (Wang & Stefanone, 2013).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari artikel tersebut, kelenturan berlebihan di media sosial dapat menimbulkan dampak negatif, antara lain beban finansial, efek psikologis, penguatan nilai-nilai materialistis, isolasi sosial, dan dampak lingkungan. Perilaku melenturkan berkorelasi dengan harga diri, dan strategi untuk mengendalikan perilaku melenturkan meliputi refleksi diri, melatih kerendahan hati, mencari umpan balik, menumbuhkan empati, dan menetapkan batasan. Penting untuk mencegah dan mengatasi perilaku ini melalui manajemen diri dan pengawasan orang tua. Melenturkan tubuh juga dapat mempengaruhi hubungan sosial dan ekonomi dan dapat menimbulkan perasaan iri dan keterasingan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisatul. Fenomena Flexing: Pamer di Media Sosial dalam Perspektif Etika Islam. Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. International Conference on Tradition and Religious Studies Vol: I No: I. 2022.
- Subhan. Rudolf. PENGANTAR ILMU EKONOMI Kajian Teoritis dan Praktis Mengatasi Masalah Pokok Perekonomian. ISBN : 978-623-6508-76-3. Literasi Nusantara. 2020
- Deliarinov, A. Perkembangan Pemikiran Ekonomi. Jurnal Penelitian Lanjutan di bidang Hukum dan Ekonomi, 6(1), 2015
- Agustianti. Amir. Fenomena Social Climber Mahasiswa dalam Pandangan Hukum Islam; Studi Kasus Fakultas Mahasiswa Syariah dan Hukum. Shautuna: Jurnal Ilmiah Mahasiswa perbandingan Mazhab Dan Hukum. 2020.
- Nur khayati. Dinda Apriliyanti. Victoria Nastacia Sudiana. Aji Setiawan. Didi Pramono. 2022.
- Asrini, M. (2018). Pengaruh Konten Influencer di Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Akhir. Jurnal Ilmiah Psikologi, 11(2), 172-179.
- E Nurhayat, RD Noorrizki. (2022) Flexing: Perilaku Pamer Kekayaan di Media Sosial dan Kaitannya dengan Self-Esteem, Flourishing. Jonathan Baron (2012). The point of normative models in judgment and decision making. Department of Psychology, University of Pennsylvania Philadelphia, PA, USA. PMID: 23269919. PMCID: PMC3529390. DOI: 10.3389/fpsyg.2012.00577.
- Joachim I. Krueger, Theresa E. DiDonato (2008). Social Categorization and the Perception of Groups and Group Differences. Social and Personality Psychology Compass 2/2 (2008): 733-750, 10.1111/j.1751-9004.2008.00083.x. Brown University.
- Aini, D. F. (2018). Self-esteem pada Anak Usia Sekolah Dasar untuk pencegahan Kasus Bullying. Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD, 6(1), 36-46.
- Hartanti, L. E. (2018). Komunikasi Orang Muda di Sosial Media sebagai Influencer. Wacana, 17(2), 143.
- Wang, S. S., & Stefanone, M. A. (2013). Showing Off? Human Mobility and the Interplay of Traits, Self-Disclosure, and Facebook Check Ins. Social Science Computer Review, 31(4), 437-457. <https://doi.org/10.1177/0894439313481424>.