

## Pemanfaatan Kata Kunci Trigger Warning dan Content Warning sebagai Bentuk Penghindaran Informasi di Twitter

Akmalia Nurmillaty Salsabila Dahlan<sup>\*)</sup>, Junimo

*Program Studi Ilmu Perpustakaan, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro,  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia*

<sup>\*)</sup> Korespondensi: [salsabiladahlan16@gmail.com](mailto:salsabiladahlan16@gmail.com)

### Abstract

**[Title: Utilization of Trigger Warning and Content Warning Keywords as a Form of Information Avoidance on Twitter]** *This study aims to explore the use of trigger warning and content warning keywords on social media Twitter as a form of information avoidance. The method used in this study is a qualitative method with a phenomenological approach. The data collection techniques in this study used are observation and semi-structured interviews. Informants were selected using purposive sampling, by selecting informants according to certain criteria and getting as many as 8 informants. The analytical method used in this research is thematic analysis method. The results of the analysis show that the majority of informants take advantage of the trigger warning and content warning keywords on Twitter to avoid information about certain topics. Informants took advantage of these two keywords by muting words, preparing to see the contents of the tweet or immediately skipping it after seeing the warning listed in a tweet. The informant also pinned the two warnings as a form of caring for other users. By embedding trigger warning or content warning keywords, Twitter users can avoid information about sensitive content appearing on their timeline.*

**Keywords:** *information avoidance; trigger warning; content warning; sensitive content; twitter*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemanfaatan kata kunci *trigger warning* dan *content warning* di media sosial Twitter sebagai bentuk penghindaran informasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara semi terstruktur. Informan dipilih menggunakan *purposive sampling*, dengan memilih informan sesuai dengan kriteria tertentu dan mendapat sebanyak 8 informan. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *thematic analysis*. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas informan memanfaatkan adanya kata kunci *trigger warning* dan *content warning* di Twitter untuk menghindari informasi mengenai topik tertentu. Informan memanfaatkan kedua kata kunci tersebut dengan cara membusungkan kata, mempersiapkan diri untuk melihat isi cuitan atau langsung melewatinya setelah melihat peringatan yang tercantum pada suatu cuitan. Informan juga menyematkan kedua peringatan tersebut sebagai bentuk peduli kepada pengguna lain. Pengguna Twitter dapat menghindari informasi mengenai konten sensitif yang muncul di linimasa dengan disematkannya kata kunci *trigger warning* atau *content warning*.

**Kata kunci:** *penghindaran informasi; trigger warning; content warning; konten sensitif; twitter*

### 1. Pendahuluan

Media sosial menjadi tempat bagi kalangan masyarakat untuk mengekspresikan diri. Media sosial merupakan aplikasi berbasis web yang terhubung dengan internet dan dapat digunakan oleh pengguna untuk mengunggah berbagai foto, video, cerita dan berkomunikasi dengan pengguna lain. Individu yang memiliki keterbukaan diri dengan tingkat tinggi memungkinkan untuk menikmati penggunaan situs jejaring sosial karena dapat memenuhi kebutuhan pengguna dalam mengekspresikan diri (Kilamanca,

2010). Adanya kebebasan berekspresi di media sosial, tidak memungkiri bahwa masyarakat dapat membawa konten yang bersifat sensitif ke media sosial.

Konten yang bersifat sensitif dapat membuat seseorang merasa tidak nyaman, terkejut, bahkan dapat memicu trauma yang dimiliki seseorang. McNally (2012) mengatakan bahwa putusannya hubungan, konflik dengan pasangan dan anak-anak, serta kegagalan dalam pekerjaan merupakan stresor sosial yang menjadi pemicu dari depresi saat ini. Ia juga menyampaikan, para ahli teori evolusi berpendapat bahwa alasan stresor ini cenderung memicu depresi karena dapat membahayakan kesehatan di lingkungan leluhur. Stresor sosial tersebut merupakan beberapa contoh dari isu yang dirasa sensitif bagi sebagian orang.

Pengguna media sosial tentu saja berasal dari latar belakang yang berbeda dan pasti memiliki masalah atau isu yang berbeda pula. Bagi sebagian orang, suatu konten mungkin akan terasa biasa saja bahkan saat melihatnya, namun ada orang yang baru mendengar saja merasa jenuh karena informasi yang serupa tersebar dimana-mana atau seseorang akan langsung merasa cemas terlebih jika melihatnya akan muncul efek psikologis yang lebih kuat sehingga sebagian orang memilih untuk menghindari suatu informasi. Sweeny et al. (2010) mengutarakan bahwa penghindaran informasi sebagai perilaku apapun yang dimaksudkan untuk mencegah atau menunda akuisisi informasi yang tersedia tetapi berpotensi tidak diinginkan.

Fenomena penghindaran informasi pada individu biasanya ditandai dengan adanya beberapa faktor seperti informasi yang membuat keyakinan seseorang terhadap suatu informasi berubah, adanya informasi yang menyebabkan munculnya tindakan yang tidak sesuai atau yang tidak diinginkan, serta adanya informasi yang menyebabkan keresahan dan kecemasan dalam diri seseorang (Sweeny et al., 2010). Penghindaran informasi muncul akibat dari dorongan dalam diri seseorang karena faktor eksternal yang memicu seseorang untuk melakukannya.

Peneliti pada penelitian ini akan mengeksplorasi mengenai sebuah fenomena penghindaran informasi yang didukung oleh keterlibatan pengguna lain di media sosial Twitter. Twitter adalah aplikasi berbasis web yang terhubung dengan internet dengan logo burung berwarna biru. Twitter memiliki fitur cuitan yang dapat dimanfaatkan oleh penggunanya untuk mengunggah foto, video, atau sekadar teks saja dan juga dapat melibatkan interaksi dengan pengguna lain. Twitter sendiri memberikan kebebasan bagi penggunanya baik untuk berinteraksi dengan teman atau orang asing. Kebebasan yang diberikan oleh Twitter tidak hanya sebatas itu. Twitter bahkan memberikan kebebasan lebih dalam mengunggah konten yang mengandung unsur kekerasan, pornografi dan lainnya.

Muncul sebuah fenomena atau *trend* di Twitter yang mana pengguna menambahkan *caution* atau peringatan di awal cuitan pengguna untuk konten tertentu. Peringatan tersebut berupa penambahan TW (*trigger warning*) atau CW (*content warning*) yang diiringi dengan penambahan konteks dari cuitan pengguna sehingga pengguna lain yang merasa tidak nyaman dengan konten tersebut dapat langsung melewati cuitan tersebut atau segera membisukan konten serupa. Fenomena tersebutlah yang membuat

peneliti ingin meneliti pengalaman para pengguna Twitter dalam memanfaatkan adanya kata kunci *trigger warning* dan *content warning* sebagai alat untuk menghindari suatu informasi di Twitter.

Pengalaman pengguna dalam memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning* untuk menghindari suatu informasi di Twitter menjadi topik yang menarik untuk dibahas. Semakin berkembangnya zaman dan globalisasi, pengguna media sosial juga tentunya dihadapkan pada berbagai jenis konten yang disajikan di Twitter. Melalui penggunaan media sosial Twitter pengguna dituntut untuk bisa mengikuti alur perkembangan baik berupa fitur yang tersedia maupun *trend* yang sedang berlangsung. Munculnya berbagai pandangan terhadap kemunculan *trigger warning* dan *content warning* tentunya menghasilkan pemanfaatan yang berbeda bagi setiap pengguna. Berdasarkan observasi yang sebelumnya sudah dilakukan, pengguna Twitter merasa sensitif dengan beberapa konten yang diunggah oleh pengguna lain karena tidak menyematkan *trigger warning* atau *content warning* di awal cuitan. Dikutip dari Berita Hari Ini di Kumparan (2022) bahwa terdapat pengguna media sosial yang terpicu akan suatu ingatan traumatis setelah melihat video penganiayaan anak. Terdapat pula pengguna yang merasa tidak nyaman akibat munculnya konten yang membahas mengenai pemerkosaan. Pengguna Twitter yang awalnya ingin mencari informasi atau hiburan di Twitter menjadi terganggu dengan adanya spoiler film atau drama, konten berbau kekerasan, dan konten lain yang berpengaruh terhadap psikis pengguna. Penelitian ini dilakukan agar pengguna Twitter memahami betapa pentingnya *trigger warning* dan *content warning* dengan memunculkan kesadaran akan kesehatan mental pengguna. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengambil judul Pemanfaatan Kata Kunci *Trigger Warning* dan *Content Warning* sebagai Bentuk Penghindaran Informasi di Twitter. Peneliti berharap penelitian ini nantinya dapat menjadi gambaran serta contoh bagi pengguna Twitter untuk memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning* dalam menghindari suatu informasi terutama di Twitter untuk kebaikan diri sendiri.

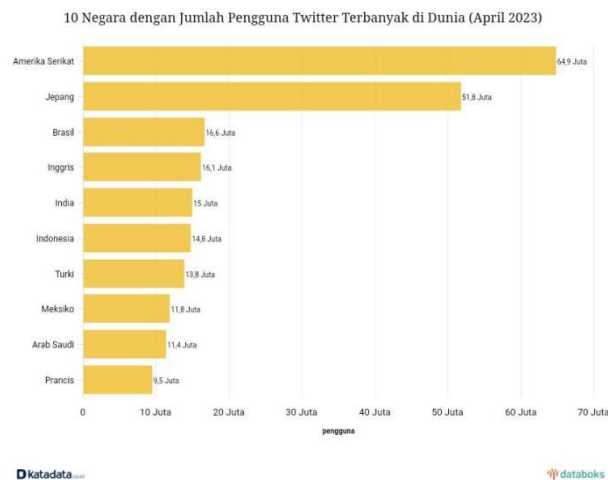
## 2. Landasan Teori

### 2.1 Twitter

Twitter merupakan media sosial yang diciptakan oleh Jack Dorsey, Noah Glass, Biz Stone, dan Evan Williams pada bulan Maret 2006 dan diluncurkan pada bulan Juli di tahun yang sama. Twitter memiliki perusahaan induk, yaitu Twitter Inc. yang berdiri di San Fransisco, California. Pengguna Twitter yang telah terdaftar dapat mengunggah berupa teks, gambar, dan video. Pengguna dapat berinteraksi melalui web Twitter sendiri atau melalui perangkat lunak seperti ponsel dengan cara *download* aplikasi Twitter di ponsel masing-masing. Twitter di tahun 2013 merupakan salah satu dari sepuluh situs web yang sering dikunjungi karena beragam pengalaman yang dapat dirasakan oleh pengguna.

Indonesia merupakan negara keenam pengguna Twitter. Menurut laporan *We Are Social* dalam Katadata (2023), pengguna Twitter di Indonesia mencapai 14,75 juta pengguna. Jumlah pengguna Twitter di Indonesia menurun dari tahun sebelumnya diikuti turunnya pengguna Twitter di dunia

sebanyak 19,8% sehingga pengguna Twitter di dunia saat ini sebanyak 372,9 juta pengguna pada April 2023. Mayoritas dari pengguna Twitter secara global adalah laki-laki sebanyak 64,3% dengan perempuan sebanyak 35,7% (KataData, 2023).



**Gambar 1.** Negara dengan jumlah pengguna Twitter terbanyak di dunia (April 2023)

## 2.2 Penghindaran Informasi

Penghindaran informasi merupakan sikap atau perilaku manusia dalam bentuk apa pun dengan maksud untuk mencegah atau menunda perolehan informasi yang tersedia tetapi tidak diinginkan (Sweeny et al., 2010). Guo et al. (2020) mendefinisikan penghindaran informasi sebagai suatu perilaku pasif yang secara sadar dilakukan oleh seseorang dengan mengabaikan informasi yang tidak sesuai dengan yang ia butuhkan atau informasi yang memiliki potensi mengancam diri seorang individu. Penghindaran informasi dalam kesehatan dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu faktor fisiologis, psikologis, kognisi pribadi, dan lingkungan eksternal (Chuang & Chiu, 2019). Suatu informasi tentunya didapat dari faktor eksternal. Sweeny et al. (2010) menyampaikan bahwa penghindaran informasi didukung oleh beberapa faktor seperti informasi yang menyebabkan munculnya tindakan yang tidak sesuai atau tidak diinginkan, serta adanya informasi yang menyebabkan keresahan dan kecemasan dalam diri seseorang. Penghindaran informasi dalam penelitian ini berfokus pada penghindaran informasi di Twitter dengan memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning*. Seseorang dikatakan menghindari informasi di media sosial ketika orang tersebut memblokir pengguna lain, membisukan pengguna lain, menyembunyikan suatu postingan, dan mengabaikan postingan tersebut secara langsung (Dai et al., 2020).

Penelitian ini menggunakan teori S-O-R *framework* untuk mengetahui pengalaman pengguna dalam memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning* untuk menghindari informasi di Twitter. S-O-R (*Stimulus, Organism, Response*) *framework* yang memberikan konsep bahwa lingkungan dari setiap individu memengaruhi keadaan internal individu (*organisme*), yang mengarah kepada respon perilaku. Perilaku individu merupakan sebuah respon yang merupakan sebuah hasil dari *organisme*, proses

kognitif dan afektif, sementara stimulus memicu organisme (Mehrabian & Russell, 1974 dalam Soroya et al., 2021). S-O-R framework ini membantu peneliti dalam memahami hubungan rangsangan (stimulus) dengan respon. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui respon seperti apa yang diberikan oleh pengguna Twitter saat melihat adanya peringatan *trigger warning* dan *content warning* di Twitter dalam menghindari informasi.

### 2.3 *Trigger Warning* dan *Content Warning*

*Trigger warning* menjadi sebuah alat yang digunakan untuk membedakan suatu konten apakah konten tersebut merupakan konten yang aman atau tidak aman untuk sebagian orang (Maxfield, 2019). Id et al., (2022) menyampaikan bahwa beberapa studi mengalokasikan bahwa *trigger warning* adalah bagian dari *content warning* yang berfokus secara spesifik untuk memenuhi kebutuhan seseorang yang mengalami PTSD (*Post-traumatic Stress Disorder*). Konsep dari pemicuan sendiri menggambarkan tentang pengalaman kembali gejala dari PTSD yang tidak menyenangkan seperti imajinasi yang mengganggu yang timbul setelah melihat konten yang dapat memicu trauma tersebut.

Id et al., (2022) menyampaikan bahwa *content warning* bersifat lebih umum yang terdapat diberbagai sektor seperti hukum, pendidikan, seni, perfilman, kesehatan, dan lainnya. Contoh dari kata kunci yang termasuk dalam *content warning* adalah darah. Sementara kata kunci yang termasuk dalam *trigger warning* adalah *self-harm*. Kedua kata kunci tersebut saling berkaitan namun *self-harm* bersifat lebih spesifik dibandingkan dengan darah. Persamaan dari kedua kata kunci tersebut adalah dapat membuat seseorang merasa tidak nyaman atau terganggu. Kata kunci darah dapat berguna sebagai peringatan bahwa konten tersebut mungkin akan tidak nyaman untuk dilihat, namun kata kunci *self-harm* menjadi peringatan bahwa konten yang diberikan dapat memicu trauma seseorang.

## 3. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Hasil dari penelitian jenis ini berisikan makna yang berusaha disampaikan dengan penggunaan kata-kata, tidak memerlukan kuantitas angka-angka statistika (Samsu, 2021). Oleh karena itu, peneliti memilih metode kualitatif untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai pemanfaatan *trigger warning* dan *content warning* sebagai bentuk penghindaran informasi di Twitter. Metode ini digunakan karena penelitian ini bersifat eksploratif dengan melakukan klarifikasi pada objek dan subjek penelitian dengan dipaparkannya data berupa deskriptif kualitatif yang nyata tanda ada rekayasa atau perlakuan khusus

Penelitian ini juga menggunakan teknik *purposive sampling* seperti yang disampaikan oleh Satori dan Komariah bahwa subjek dan objek yang diteliti sesuai dengan tujuan penelitian (Satori & Komariah, 2020). Informan dari penelitian ini adalah pengguna Twitter yang sudah menggunakan Twitter minimal 2 tahun dan masih aktif hingga saat ini, minimal membuka aplikasi Twitter sehari dalam sekali, dan memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning*.

## 4. Hasil dan Pembahasan

### 4.1 Pemanfaatan *Trigger Warning* dan *Content Warning* di Twitter

Twitter merupakan tempat yang memberikan kebebasan dalam mengutarakan pendapat. Melalui Twitter juga, informan dapat melakukan kegiatan seperti berinteraksi dengan idola informan, mencari tahu berita terkini melalui Twitter karena lebih cepat dan merupakan tempat yang memberikan pengguna kebebasan untuk berpendapat. Hal tersebut sejalan dengan yang disampaikan oleh Thaher et al. (2023) bahwa pengguna Twitter terutama pengguna yang menggunakan identitas anonim cenderung lebih nyaman menyampaikan atau mewujudkan kebebasan berekspresi pengguna di sana. Pengguna merasa bahwa di Twitter pengguna dapat menjadi diri sendiri, menyampaikan emosi pengguna secara bebas bahkan merasa lebih nyaman dalam menyampaikan cuitan-cuitan yang berkonotasi negatif karena minimnya pertimbangan dan rasa takut mengenai respon yang akan didapatkan dari pengikutnya (Thaher et al., 2023). Adanya kebebasan berpendapat tersebutlah yang mengakibatkan munculnya beragam pandangan oleh pengguna Twitter dalam menanggapi suatu hal atau fenomena. Kebebasan yang diberikan oleh Twitter itulah yang akhirnya mengakibatkan munculnya berbagai jenis konten untuk dicuitkan di akun Twitter setiap pengguna sehingga informasi yang diterima oleh pengguna Twitter sangat beragam. Sebagian informasi yang muncul pun dapat menjadi konten yang sensitif bagi pengguna sehingga pengguna memilih untuk menghindarinya.

Informasi yang ingin dihindari oleh informan pun bervariasi. Hal seperti kekerasan, bullying dan *self harm* merupakan konten yang sensitif bagi sebagian informan (@clinowphile & @dualitify, 2023). Melalui informasi yang disampaikan oleh informan, hal-hal yang berkaitan dengan pornografi, kekerasan, kesehatan mental dan juga isu mengenai SARA (Suku, Ras, Agama, dan Antar golongan) merupakan topik yang paling sering disebut sebagai konten yang ingin dihindari oleh para informan saat menggunakan media sosial Twitter. Hal lain yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan atau munculnya kecemasan bagi pengguna Twitter juga bisa berupa topik tertentu seperti skripsi dan keributan antara penggemar idola K-POP (@badarawibu, 2022). Soroya et al. (2021) menyampaikan bahwa seseorang memilih mengabaikan hal-hal yang dapat membuat kesalahan, salah dalam memahami dan sebagainya. Individu sengaja menghindari informasi yang mengancam kebahagiaan dan kesejahteraannya. Terdapat informasi yang dapat memunculkan kembali trauma yang pernah dialami oleh pengguna. Terdapat pula informasi yang dapat memunculkan rasa cemas atau dapat menguras energi pengguna ketika membacanya. Terdapat pula informasi yang informan rasa mengganggu dan tidak ingin dilihat oleh informan karena tidak menyukainya. Mayoritas informan ingin menghindari informasi berupa pornografi, kekerasan, isu SARA, dan kesehatan mental. Terdapat juga informan yang ingin menghindari informasi berupa cuitan promosi, cuitan mengenai skripsi, cuitan mengenai pertengkaran antara penggemar idola K-POP dan lainnya. Informasi-informasi tersebut bagi informan merupakan informasi yang sensitif dan dapat membuat informan merasa tidak nyaman, dapat menimbulkan kecemasan dalam diri pengguna saat menggunakan Twitter, dapat membuat energi pengguna terkuras saat bermain Twitter, dan bahkan dapat memunculkan kembali trauma yang dimiliki oleh pengguna. Dengan adanya beberapa

faktor tersebut, informan ingin menghindari atau meminimalisir cuitan yang berkaitan dengan hal tersebut sehingga dapat menggunakan Twitter dengan tenang dan nyaman. Informasi yang dirasa membuat seseorang merasa tidak nyaman saat menjelajahi linimasa di Twitter tentunya akan sangat mengganggu dan menguras tenaga. Individu yang memiliki lebih banyak paparan terhadap sumber informasi di media sosial lebih cenderung merasakan informasi yang berlebihan dan kecemasan informasi terlebih saat pengguna media sosial tidak dalam kesehatan mental yang baik (Soroya et al., 2021). Hal ini dirasakan oleh @pacarjino0 yang menyampaikan bahwa adanya cuitan yang disukai oleh orang lain namun berisikan mengenai phobia yang ada dalam dirinya muncul di linimasa membuat tenaganya terkuras dan lemas (@pacarjino0, 2023).

Pemanfaatan *trigger warning* dan *content warning* sendiri dapat diiringi dengan fitur *muted words* atau bisukan kata yang disediakan oleh Twitter. Adanya penambahan topik tertentu setelah menyematkan *trigger warning* dan *content warning* dalam cuitan membantu seseorang yang berusaha membisukan suatu kata untuk pengguna. Hal tersebut memudahkan pengguna yang membisukan kata yang ingin pengguna hindari sehingga cuitan yang mengandung kata tersebut tidak akan muncul kembali seperti yang sudah dikatakan oleh @artshyne (2023). Pengguna Twitter juga dapat membisukan akun yang mengunggah konten sensitif atau konten yang membuat mereka terganggu saat menggunakan Twitter. Pengguna juga dapat memblokir akun yang bersangkutan agar cuitan akun tersebut tidak muncul kembali. Hal tersebut seperti yang di sampaikan oleh @OfAiurs bahwa jika informan merasa aneh dengan suatu cuitan atau akun, informan akan melakukan kedua hal tersebut (@OfAiurs, 2023). Munculnya fenomena menyematkan *trigger warning* dan *content warning* dalam cuitan juga memberikan pilihan bagi pengguna Twitter untuk melanjutkan membaca isi cuitan setelah menyiapkan diri atau memilih untuk langsung melewatinya.



**Gambar 2.** Contoh penulisan *content warning* di Twitter

Informan dalam memanfaatkan adanya *trigger warning* dan *content warning* memiliki cara yang berbeda bagi masing-masing individu dalam menyikapinya berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan. Terdapat informan yang memilih untuk memasukkan kata kunci dari topik yang ingin

informan hindari diikuti dengan peringatan *trigger warning* dan *content warning* ke dalam fitur *muted words*. Hal ini bertujuan agar topik terkait yang sudah dibisukan tidak muncul kembali di linimasa pengguna. Tindakan selanjutnya yang dapat dilakukan oleh informan adalah dengan langsung melewati cuitan dengan topik yang ingin informan hindari. Tindakan tersebut dilakukan ketika pengguna merasa bahwa dirinya tidak bisa atau belum siap melihat isi dari cuitan tersebut karena sudah mengetahui konteksnya terlebih dahulu dari peringatan yang dituliskan di awal cuitan. Tindakan lain yang dapat dilakukan oleh pengguna adalah mempersiapkan diri terlebih dahulu setelah mengetahui konteks cuitan melalui peringatan *trigger warning* atau *content warning* yang tertera di awal cuitan. Beberapa dari informan memilih langkah ini karena rasa penasaran informan yang muncul mengenai isi cuitan namun butuh waktu untuk mempersiapkan diri. Jika sudah mengetahui sedikit mengenai topik yang dibahas pada cuitan yang tersemat *trigger warning* atau *content warning* namun informan merasa tidak dapat melanjutkannya, informan memilih untuk segera menyudahi dan memilih untuk menghindarinya. Hal tersebut seperti yang disampaikan oleh Dai et al. (2020) bahwa seseorang dikatakan menghindari informasi di media sosial ketika orang tersebut memblokir pengguna lain, membisukan pengguna lain, menyembunyikan suatu postingan, dan mengabaikan postingan tersebut secara langsung. Sikap-sikap tersebut juga sesuai dengan teori S-O-R (*Stimulus, Organism, Response*) *framework* yang disampaikan oleh Mehrabian & Russell (1974) bahwa seseorang akan melakukan respon perilaku akibat dari adanya stimulus yang memicu organisme untuk memproses sebuah respon perilaku yang dilakukan setelahnya (Mehrabian & Russell, 1974 dalam Soroya et al. (2021). Berdasarkan teori tersebut, pengguna Twitter merupakan organisme yang dalam dirinya memproses respon perilaku seperti apa yang akan dilakukan setelah menemui stimulus, yaitu konten sensitif yang muncul di linimasa Twitter pengguna. Bentuk penghindaran informasi yang pengguna Twitter lakukan dengan bantuan *trigger warning* dan *content warning* inilah yang menjadi bagian dari respon perilaku yang pengguna berikan. Melalui hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa setiap pengguna memiliki pemikiran dan cara pandang masing-masing individu dalam menghadapi konten sensitif. Pada akhirnya, respon yang diberikan oleh masing-masing pengguna Twitter dalam menghindari informasi menggunakan *trigger warning* dan *content warning* di Twitter pun bermacam-macam.

#### **4.2 Hasil Penghindaran Informasi melalui Pemanfaatan *Trigger Warning* dan *Content Warning* di Twitter**

Penghindaran informasi dapat membantu seseorang untuk tidak mengungkapkan informasi, secara fisik meninggalkan situasi untuk menghindari mempelajari suatu informasi, atau gagal mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengungkapkan informasi (Sweeny et al., 2010). Sesuai dengan teori S-O-R *framework* bahwa seseorang menemui Stimulus yang merupakan penyebab atau pemicu dari tindakan yang akan diambil oleh seseorang. Ketika menghadapi Stimulus tersebut, seseorang yang mengalami tahap di mana hal tersebut memengaruhi emosional seseorang atau proses psikis yang terjadi ketika menghadapi stimulus itu disebut dengan Organisme. Bertemuinya Organisme dengan Stimulus ini



akan menyebabkan adanya Respon atau tahap seseorang mengambil suatu tindakan sebagai hasil dari pengaruh emosi pengguna. Dalam penelitian ini, konten yang mencakup *trigger warning* dan *content warning* merupakan bagian dari stimulus, para informan sebagai organisme, dan tindakan informan dalam menghindari informasi adalah bagian dari reaksi.

Informan @clinowphile menyampaikan bahwa keberadaan *trigger warning* dan *content warning* pada cuitan orang lain cukup membantu untuk menghindari informasi yang belum siap dibaca atau tidak ingin informan baca (@clinowphile, 2023). @clinowphile juga menyampaikan bahwa dirinya sempat menemui konselor untuk mengatasi kesehatan psikisnya. Informan menyampaikan bahwa dengan membaca hal yang berkaitan dengan kesehatan mental dapat memengaruhi mental informan apabila informan tidak siap menerima informasi tersebut. Tindakan yang dilakukan oleh @clinowphile, yaitu menghindari informasi dengan bantuan *trigger warning* dan *content warning* membantu dirinya untuk mencegah munculnya kecemasan itu kembali. Selain @clinowphile, @KIDDORI menyampaikan bahwa ia langsung mengalami kepanikan ketika melihat topik yang berhubungan dengan perceraian meski keadaan di keluarganya baik-baik saja dan memilih untuk menghindari informasi yang berhubungan dengan hal tersebut agar dapat menggunakan di Twitter dengan lebih tenang (@KIDDORI, 2023).

Informan @pacarjino0 juga menyampaikan bahwa adanya *trigger warning* dan *content warning* bermanfaat bagi dirinya untuk menghindari suatu informasi karena informan tahu informasi seperti apa yang rentan untuk dirinya. Informan juga menyampaikan bahwa informasi yang didapat jadi lebih mudah disortir oleh otak dan tidak perlu melihat hal-hal yang membuat informan menjadi lemas atau menguras tenaga informan (@pacarjino0, 2023). Informan lain juga menyampaikan bahwa semenjak munculnya *trigger warning* dan *content warning* membuat informan menjadi lebih bisa mengantisipasi untuk informasi yang dapat memicu trauma atau membuat tidak nyaman lainnya menjadi lebih mudah menghindarinya untuk ketenangan hati dan jiwa informan saat menggunakan Twitter (@dualitify, 2023). @badarawibu juga menyampaikan bahwa informan dapat merasakan perbedaan setelah munculnya *trigger warning* dan *content warning*, yaitu sebelumnya sering muncul konten sensitif secara tiba-tiba dan membuat informan terkejut karena tidak siap. Setelah munculnya *trigger warning* dan *content warning*, informan pada akhirnya mengetahui konteks dari cuitan sehingga bisa menyiapkan diri terlebih dahulu. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan (Maxfield, 2019) bahwa adanya *trigger warning* dan *content warning* pada cuitan seseorang menjadi sebuah catatan kepada pengguna lain bahwa konten atau materi yang diiringi salah satu peringatan tersebut dapat memicu reaksi stress pascatrauma. @KIDDORI menyampaikan bahwa dengan munculnya *trigger warning* dan *content warning* di Twitter, banyak orang yang menjadi lebih hati-hati saat mencuit di Twitter karena takut cuitan tersebut mungkin saja dapat menjadi pemicu trauma bagi orang lain.

Keberadaan *trigger warning* dan *content warning* sebagai salah satu cara untuk menghindari informasi di Twitter cukup membantu bagi sebagian orang. Dari hasil penelitian ini, diketahui bahwa *trigger warning* dan *content warning* membantu informan dalam menghindari informasi dalam cuitan yang mengandung konten sensitif dan tidak ingin informan hadapi selama menggunakan Twitter. Para

informan menyampaikan bahwa keberadaan *trigger warning* dan *content warning* membantu mereka agar dapat menggunakan Twitter dengan lebih tenang tanpa adanya gangguan dan rasa cemas yang dapat menguras tenaga pengguna bahkan memicu kembali trauma yang pernah dialami pengguna. Informan juga menjadi lebih berhati-hati saat mengunggah atau membahas sesuatu di Twitter agar tidak membuat pengguna lain yang melihatnya merasa tidak nyaman dengan berkaca kepada diri sendiri.

## 5. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis di atas, dapat disimpulkan bahwa pengguna Twitter memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning* untuk menghindari informasi di Twitter dengan beberapa cara, yaitu dengan cara menyembunyikan cuitan, membisukan kata dan melewati cuitan tersebut. Keberadaan *trigger warning* dan *content warning* membantu pengguna Twitter untuk mengetahui konteks dalam suatu cuitan. Pengguna Twitter yang sudah mengetahui konteks dari cuitan tersebut dapat memilih untuk langsung menghindari cuitan dengan cara melewatinya, atau mengambil tindakan lain untuk menghindari informasi tersebut seperti membisukan cuitan, membisukan pengguna yang membuat cuitan tersebut, juga memblokir pengguna lain. Melalui penelitian yang sudah dilakukan dapat diketahui bahwa pengguna merasa terbantu dengan adanya pemberian *trigger warning* dan *content warning* di awal cuitan sebagai peringatan terhadap isi suatu cuitan karena pengguna Twitter dapat menentukan pilihan pengguna untuk menghindari cuitan tersebut atau tidak. Pengguna Twitter yang tadinya merasa terganggu dengan cuitan-cuitan yang mengandung konten sensitif menjadi merasa lebih tenang dalam menggunakan Twitter setelah memanfaatkan *trigger warning* dan *content warning* sesuai dengan kebutuhan pengguna.

## Daftar Pustaka

- Chuang, W.-H., & Chiu, M.-H. P. (2019). Health information avoidance behavior of patients with type 2 diabetes mellitus. *圖書資訊學刊*, 17(2), 71–102.
- Dai, B., Ali, A., & Wang, H. (2020). Exploring information avoidance intention of social media users: a cognition–affect–conation perspective. *Internet Research*, 30(5), 1455–1478. <https://doi.org/10.1108/INTR-06-2019-0225>
- Guo, Y., et al. (2020). Information avoidance behavior on social network sites: Information irrelevance, overload, and the moderating role of time pressure. *International Journal of Information Management*, 52(July 2019), 102067. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102067>
- Hadi, A. (2021). Penelitian kualitatif studi fenomenologi, case study, grounded theory, etnografi, biografi. CV. Pena Persada.
- Id, A. C., et al. (2022). *Typology of content warnings and trigger warnings : Systematic review*. 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266722>
- Kilamanca, D. F. (2010). Hubungan antara kebutuhan afiliasi dan keterbukaan diri dengan intensitas mengakses situs jejaring sosial pada remaja. Tersedia di [digilib.uns.ac.id](http://digilib.uns.ac.id).

- Knox, E. J. M. (2017). Trigger Warnings: History, Theory, Context. In *Roman & Littlefield*. Lanham: Roman & Littlefield
- Kumalasari, R. (2021). Opini: Fenomena Penghindaran Informasi Pada Infodemik Covid-19 Melalui Media Sosial. *Jurnal Sistem Informasi, Teknologi Informasi, Dan Edukasi Sistem Informasi*, 2(2), 112–118. <https://doi.org/10.25126/justsi.v2i2.54>
- Maxfield, M. (2019). Harmed or harmful: The discourse of trigger warnings, trauma, and shelter. *Frontiers: A Journal of Women Studies*, 40(3), 63–89.
- McNally, R. J. (2012). *What is mental illness?* Harvard University Press.
- Samsu. (2021). Metode penelitian: teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development. In *Diterbitkan oleh: Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA)*.
- Satori, D., & Komariah, A. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: ALFABETA.
- Soroya, S. H., Farooq, A., Mahmood, K., Isoaho, J., & Zara, S. e. (2021). From information seeking to information avoidance: Understanding the health information behavior during a global health crisis. *Information Processing and Management*, 58(2). <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2020.102440>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi kedua). Bandung: ALFABETA.
- Sweeny, K., et al. (2010). Information Avoidance: Who, What, When, and Why. *Review of General Psychology*, 14(4), 340–353. <https://doi.org/10.1037/a0021288>
- Thaher, K. R. P., et al. (2023). Studi Fenomenologi Kebebasan Berekspresi Pada Akun Alter di Media Sosial Twitter. *Semakom: Seminar Nasional Mahasiswa Komunikasi*, 1(01), 439–446.
- Zhou, Tao, and Yingying Xie. 2023. “Understanding Social Media Users’ Information Avoidance Intention: A C-A-C Perspective.” *Aslib Journal of Information Management*. doi: 10.1108/AJIM-10-2022-0471.

