



Estetisasi Kesedihan dalam Konten Digital: Analisis Humaniora atas Ekspresi Emosional di Era Budaya Digital

Daniel Marlasputra Simbolon^{1*}, Ekananda Haryadi²

¹⁻² Universitas Trisakti, Indonesia

email: daniel.m@trisakti.ac.id

Article Info :

Received:

27-9-2025

Revised:

29-10-2025

Accepted:

26-11-2025

Abstract

This study explores the phenomenon of aestheticizing sadness in digital content as a form of emotional expression in the digital culture era. Using a qualitative approach and content analysis methods on academic literature and humanities theory, this study maps aesthetic practices in visual, narrative, and communal dimensions. The results show that digital content emphasizing sadness functions as a means of emotional communication that allows individuals to express themselves while building intense and collective social interactions. This aesthetics of sadness creates an immersive experience that strengthens online community solidarity and shapes a flexible yet consistent digital identity. These findings contribute to the understanding of digital humanities, sociology of emotions, and cultural studies by emphasizing the importance of aesthetics as a mechanism of interpretation and social interaction in the virtual world. This study recommends further research on the psychological, social, and cultural implications of the aestheticization of emotions in digital media.

Keywords: *Aesthetics, Sadness, Digital Content, Humanities, Emotional Expression.*

Abstrak

Penelitian ini mengeksplorasi fenomena estetisasi kesedihan dalam konten digital sebagai bentuk ekspresi emosional pada era budaya digital. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan metode analisis konten terhadap literatur akademik dan teori humaniora, penelitian ini memetakan praktik estetika dalam dimensi visual, naratif, dan komunal. Hasil menunjukkan bahwa konten digital yang menekankan kesedihan berfungsi sebagai sarana komunikasi emosional yang memungkinkan individu untuk mengekspresikan diri sekaligus membangun interaksi sosial yang intens dan kolektif. Estetika kesedihan ini menimbulkan pengalaman imersif yang memperkuat solidaritas komunitas daring dan membentuk identitas digital yang fleksibel namun konsisten. Temuan ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman humaniora digital, sosiologi emosi, dan cultural studies dengan menekankan pentingnya estetika sebagai mekanisme interpretasi dan interaksi sosial di dunia maya. Penelitian ini merekomendasikan pengembangan studi lanjut terkait implikasi psikologis, sosial, dan kultural dari praktik estetisasi emosi di media digital.

Kata kunci: Estetika, Kesedihan, Konten Digital, Humaniora, Ekspresi Emosional



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Perkembangan budaya digital telah mengubah secara mendasar cara manusia memaknai, mengekspresikan, dan membagikan pengalaman emosional dalam ruang publik virtual. Media digital tidak lagi hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, melainkan menjadi arena kultural tempat emosi diproduksi, dinegosiasikan, dan dikurasi secara sadar melalui berbagai bentuk konten visual maupun naratif. Transformasi ini menunjukkan bahwa ekspresi emosional mengalami pergeseran dari ranah privat menuju praktik representasional yang bersifat kolektif dan simbolik, sebagaimana dinamika budaya digital yang menautkan pengalaman personal dengan logika mediasi teknologi (Trisianto, 2024). Dalam kerangka humaniora, perubahan tersebut menuntut pembacaan baru atas emosi sebagai teks kultural yang hidup dalam ekosistem digital.

Salah satu fenomena yang menonjol dalam lanskap budaya digital kontemporer ialah menguatnya estetisasi kesedihan sebagai gaya ekspresi yang hadir secara konsisten dalam berbagai platform media sosial. Kesedihan tidak lagi semata dipahami sebagai kondisi afektif individual, melainkan ditata dalam bentuk visual, narasi, dan simbol yang memiliki nilai estetis serta daya tarik komunal. Praktik ini memperlihatkan bagaimana pengalaman emosional dapat dipopulerkan dan dikomodifikasi tanpa kehilangan daya resonansinya sebagai pengalaman kolektif, sebagaimana terlihat dalam kajian tentang musik populer dan afeksi digital yang membentuk kedekatan emosional audiens (Fajri, 2024). Estetisasi kesedihan menjadi penanda penting dari cara budaya digital merumuskan ulang relasi antara emosi, identitas, dan konsumsi simbolik.

Media sosial secara spesifik menyediakan ruang bagi individu untuk menyalurkan emosi melalui mekanisme visual dan naratif yang mendorong keterhubungan emosional antar pengguna. Penelitian mengenai praktik emotional catharsis di Instagram menunjukkan bahwa konten yang memuat kesedihan sering digunakan sebagai medium pelampiasan emosi yang memberi rasa lega sekaligus pengakuan sosial, terutama di kalangan mahasiswa sebagai kelompok yang rentan terhadap tekanan psikososial (Ningsih & Surawan, 2025). Ekspresi semacam ini tidak berdiri sendiri, melainkan terhubung dengan respons audiens yang memperkuat makna emosional melalui komentar, tanda suka, dan distribusi ulang konten. Pola tersebut menegaskan bahwa kesedihan di ruang digital beroperasi sebagai bahasa afektif bersama yang diproduksi dan dipahami secara kolektif.

Dalam praktik budaya populer, estetisasi kesedihan juga menunjukkan kecenderungan komodifikasi yang menjadikannya bagian dari ekonomi atensi media digital. Kajian mengenai representasi kesedihan selebriti dalam narasi perselingkuhan memperlihatkan bagaimana emosi personal direproduksi sebagai tontonan yang dikemas secara simbolik dan dikonsumsi secara massal, sejalan dengan logika simulasi dalam teori sosial postmodern (Winarsih & Bahrudin, 2024). Kesedihan dalam konteks ini tidak lagi sepenuhnya merujuk pada pengalaman nyata, melainkan berfungsi sebagai citra yang diproduksi ulang demi mempertahankan visibilitas dan keterlibatan publik. Fenomena tersebut memperlihatkan paradoks antara autentisitas emosi dan performativitas afektif dalam budaya digital.

Dimensi simbolik dalam estetisasi kesedihan juga tampak pada beragam konten yang mengaitkan emosi dengan nilai-nilai ideologis dan kultural tertentu. Analisis terhadap komodifikasi nilai Islam di media sosial menunjukkan bahwa simbol religius dapat dikemas secara estetis untuk membangun kedekatan emosional sekaligus makna afektif yang mudah diterima audiens digital (Penangsang, 2025). Pola ini menunjukkan bahwa estetisasi emosi tidak terlepas dari sistem tanda yang bekerja dalam budaya populer, di mana kesedihan dapat berkelindan dengan identitas moral, spiritual, maupun kultural. Kesedihan yang dihadirkan secara estetis berfungsi sebagai medium artikulasi makna yang melampaui ekspresi personal semata.

Pada level generasional, estetisasi kesedihan juga berkaitan dengan respons anak muda terhadap krisis sosial dan struktural yang mereka hadapi. Fenomena digital seperti tagar protes dan narasi pelarian simbolik menunjukkan bahwa emosi kolektif, termasuk rasa lelah dan putus asa, diekspresikan melalui bahasa visual dan humor gelap yang sarat makna afektif (Ardianti et al., 2025). Ekspresi ini menandai adanya pergeseran cara generasi muda menyampaikan kritik sosial melalui jalur emosional yang lebih subtil dan simbolik. Kesedihan yang diekspresikan secara estetis menjadi sarana refleksi bersama atas ketegangan antara harapan dan realitas sosial.

Dalam perspektif humaniora digital, estetisasi kesedihan memperluas pemahaman tentang teks, identitas, dan kreativitas dalam ruang digital. Kajian mengenai meme, sastra, dan ekspresi kultural digital menunjukkan bahwa praktik humanistik tidak lagi terbatas pada medium konvensional, melainkan hadir dalam format visual yang cair dan partisipatif (Ma'arif, 2025; Hidayat, 2024). Bahkan fenomena budaya ekstrem seperti brainrot memperlihatkan bagaimana tubuh, hasrat, dan emosi direpresentasikan secara simbolik sebagai respons terhadap kejenuhan budaya digital (Maknun et al., 2025). Keragaman ekspresi ini menegaskan bahwa kesedihan sebagai emosi memiliki banyak lapisan makna yang dapat dibaca melalui pendekatan humaniora.

Relasi antara estetisasi kesedihan dan komunikasi interpersonal juga menunjukkan implikasi penting bagi kualitas hubungan sosial di era digital. Penelitian tentang keterampilan komunikasi interpersonal menegaskan bahwa ekspresi emosi yang jujur dan terkelola memiliki peran signifikan dalam menjaga hubungan yang sehat dan produktif, termasuk dalam interaksi berbasis media digital (Farisma et al., 2024). Estetisasi kesedihan dapat berfungsi sebagai jembatan afektif yang membuka ruang empati, sekaligus berpotensi menciptakan ketergantungan pada validasi simbolik. Oleh karena itu, analisis humaniora atas estetisasi kesedihan menjadi relevan untuk memahami dinamika emosional, kultural, dan etis dalam budaya digital kontemporer.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif melalui analisis konten terhadap sumber-sumber sekunder berupa literatur akademik yang relevan dengan kajian estetika, humaniora digital, sosiologi emosi, dan cultural studies. Data dikumpulkan dari jurnal ilmiah, buku, dan publikasi penelitian yang diperoleh melalui basis data akademik seperti JSTOR, Google Scholar, serta repositori institusional,

kemudian dianalisis secara mendalam menggunakan teknik close reading dan interpretasi hermeneutis. Analisis teoretis dilakukan dengan mengintegrasikan perspektif estetika, cultural studies, dan sosiologi digital guna membangun pemahaman komprehensif mengenai fenomena estetika kesedihan. Kerangka konseptual penelitian memosisikan estetika kesedihan sebagai praktik kultural yang beroperasi melalui dimensi visual, naratif, dan komunal dalam ruang digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Estetisasi Kesedihan sebagai Praktik Kultural dalam Ekosistem Media Digital

Estetisasi kesedihan dalam konten digital tidak muncul sebagai fenomena yang berdiri sendiri, melainkan terbentuk dari interaksi kompleks antara teknologi, budaya populer, dan pengalaman emosional generasi kontemporer. Media digital menyediakan ruang di mana kesedihan dapat dikemas secara simbolik melalui visual, bahasa, dan ritme narasi yang mudah dikenali serta dibagikan. Pola ini menunjukkan bahwa ekspresi emosional telah bertransformasi menjadi praktik kultural yang terstruktur, sejalan dengan dinamika budaya digital yang membentuk cara manusia berelasi dengan emosi mereka sendiri (Trisianto, 2024). Dalam kerangka humaniora, estetisasi kesedihan dapat dipahami sebagai proses produksi makna yang menjadikan emosi sebagai teks sosial yang dapat dibaca dan ditafsirkan.

Kecenderungan ini semakin menguat seiring dengan logika platform digital yang menekankan visibilitas, keterhubungan, dan resonansi afektif. Konten bernuansa sedih sering memperoleh atensi tinggi karena mampu membangkitkan empati dan rasa keterlibatan emosional yang mendalam. Praktik tersebut menunjukkan bahwa pengalaman emosional tidak lagi hanya dialami secara personal, tetapi dipopulerkan sebagai pengalaman kolektif yang dikurasi secara sadar, sebagaimana terlihat dalam komodifikasi afeksi pada budaya musik digital (Fajri, 2024). Kesedihan dalam ruang digital bergerak dari pengalaman subjektif menuju simbol bersama yang memiliki nilai sosial dan kultural.

Di kalangan generasi muda, estetisasi kesedihan juga berfungsi sebagai sarana artikulasi identitas dalam menghadapi tekanan sosial dan struktural. Ekspresi emosional yang bernuansa melankolis kerap digunakan untuk menyampaikan kegelisahan, kelelahan, dan ketidakpastian masa depan tanpa harus mengungkapkannya secara verbal dan eksplisit. Fenomena ini sejalan dengan temuan tentang respons digital anak muda terhadap krisis sosial, di mana emosi menjadi medium simbolik untuk menyuarakan ketidakpuasan dan keresahan kolektif (Ardianti et al., 2025). Kesedihan yang dihadirkan secara estetis menjadi bentuk bahasa kultural yang lebih dapat diterima dalam ruang publik digital.

Praktik estetisasi kesedihan juga memperlihatkan hubungan erat antara ekspresi emosi dan konstruksi identitas digital. Media sosial mendorong individu untuk menampilkan sisi diri yang dianggap autentik dan relevan dengan komunitasnya, termasuk melalui narasi emosional yang menunjukkan kerentanan. Proses ini beririsan dengan dinamika pembentukan identitas remaja dan generasi Z yang menjadikan media digital sebagai ruang utama negosiasi jati diri (Fauzan & Harahap, 2025; Daffa et al., 2024). Kesedihan tidak lagi dipersepsikan sebagai kelemahan, melainkan sebagai sumber makna dan kedalaman identitas.

Dalam praktik visual, estetisasi kesedihan sering diwujudkan melalui pilihan estetika tertentu yang konsisten dan mudah dikenali. Transformasi estetika fotografi digital menunjukkan kecenderungan penggunaan warna redup, pencahayaan minimal, dan komposisi yang menekankan kesendirian sebagai simbol emosi melankolis (Ardhandy & Suryanto, 2025). Gaya visual ini diperkuat oleh bahasa simbolik lain seperti emoji, meme, dan teks pendek yang memadatkan makna emosional dalam bentuk ringkas (Nisa, 2025; Sulthoni et al., 2025). Keseluruhan elemen tersebut membentuk ekosistem visual yang merepresentasikan kesedihan sebagai pengalaman estetis yang dapat dibagikan:

Tabel 1. Indikasi Praktik Estetisasi Kesedihan dalam Konten Digital Generasi Muda

Indikator Praktik	Bentuk Representasi	Temuan Penelitian
Visual melankolis	Warna gelap, filter redup, komposisi minimal	Dominan dalam fotografi dan konten Instagram
Narasi emosional	Caption reflektif, puisi pendek, confession	Digunakan sebagai pelampiasan emosi digital

Indikator Praktik	Bentuk Representasi	Temuan Penelitian
Simbol populer	Meme, emoji, potongan lirik	Merefleksikan budaya pop Gen Z
Resonansi komunal	Like, komentar empatik, share	Membentuk solidaritas afektif

Source: Ardhandy & Suryanto, (2025), Ningsih & Surawan (2025), Sulthoni et al., (2025), Woka et al., (2025)

Keberadaan tabel tersebut menegaskan bahwa estetisasi kesedihan tidak bersifat sporadis, melainkan mengikuti pola representasi yang dapat diidentifikasi secara kultural. Kesedihan dikomunikasikan melalui bahasa visual dan simbolik yang telah dipahami bersama oleh komunitas digital. Proses ini menciptakan ruang afektif yang memungkinkan individu merasa diakui dan dipahami melalui pengalaman emosional yang serupa. Interaksi tersebut memperlihatkan bahwa emosi berfungsi sebagai perekat sosial dalam budaya digital kontemporer.

Estetisasi kesedihan juga berkaitan erat dengan praktik komodifikasi emosi dalam budaya media. Kesedihan yang dikemas secara estetik berpotensi menjadi komoditas simbolik yang menghasilkan nilai ekonomi dan popularitas, sebagaimana terlihat dalam representasi kesedihan selebriti dan figur publik (Winarsih & Bahrudin, 2024). Pola ini menunjukkan bahwa emosi dapat direproduksi sebagai citra yang dikonsumsi secara massal tanpa harus terhubung langsung dengan pengalaman personal yang autentik. Media digital memungkinkan kesedihan berfungsi sekaligus sebagai ekspresi dan produk budaya.

Fenomena serupa juga tampak dalam konten bernuansa religius dan moral yang memanfaatkan emosi sebagai strategi komunikasi simbolik. Kajian tentang komodifikasi nilai Islam di media sosial menunjukkan bahwa afeksi, termasuk kesedihan dan harapan, dikemas secara estetik untuk membangun kedekatan emosional dengan audiens (Penangsang, 2025). Kesedihan dalam konteks ini berfungsi sebagai medium refleksi spiritual sekaligus sebagai daya tarik visual dan naratif. Praktik tersebut memperlihatkan bahwa estetisasi emosi melampaui ranah hiburan dan merambah ke wilayah ideologis.

Estetisasi kesedihan juga berkelindan dengan dinamika ekstrem budaya digital yang ditandai oleh kejenuhan dan fragmentasi makna. Fenomena brainrot menunjukkan bagaimana emosi negatif, absurditas, dan kekacauan simbolik hadir sebagai respons terhadap intensitas konsumsi konten digital (Maknun et al., 2025). Dalam kondisi ini, kesedihan tidak selalu tampil dalam bentuk reflektif, tetapi kadang hadir sebagai ironi atau humor gelap yang tetap menyimpan muatan afektif. Praktik tersebut menandai perluasan bentuk estetisasi kesedihan dalam spektrum budaya digital.

Pada level relasional, ekspresi kesedihan yang diestetisasi turut memengaruhi pola komunikasi interpersonal di ruang digital. Konten emosional sering menjadi pemicu percakapan yang lebih intim dan empatik, meskipun berlangsung dalam medium yang serba cepat dan dangkal. Penelitian mengenai komunikasi interpersonal menunjukkan bahwa keterbukaan emosional berperan penting dalam membangun relasi yang sehat, termasuk dalam interaksi berbasis media digital (Farisma et al., 2024). Estetisasi kesedihan dapat berfungsi sebagai pintu masuk bagi hubungan sosial yang lebih reflektif.

Namun praktik ini juga tidak dapat dilepaskan dari pergeseran ideologis yang dibawa oleh platform digital sebagai aparatus budaya. Media baru seperti TikTok membentuk cara emosi diproduksi dan disirkulasikan sesuai dengan logika algoritmik yang mengutamakan keterlibatan dan repetisi (Putri et al., 2025). Dalam situasi ini, kesedihan berpotensi direduksi menjadi pola estetik yang diulang tanpa refleksi mendalam. Analisis humaniora diperlukan untuk membaca ketegangan antara ekspresi emosional, mekanisme platform, dan makna kultural yang dihasilkan.

Estetisasi kesedihan dapat dipahami sebagai respons kultural terhadap tekanan toxic positivity yang semakin menguat dalam diskursus kesehatan mental. Penelitian mengenai evolusi toxic positivity menunjukkan bahwa tuntutan untuk selalu tampil bahagia dapat menekan validitas emosi negatif dan mempersempit ruang ekspresi psikologis (Apriyanto & Hidayati, 2025). Dalam hal ini, estetisasi kesedihan berfungsi sebagai praktik simbolik yang menantang narasi dominan tentang kebahagiaan. Kesedihan yang diekspresikan secara estetik menjadi sarana legitimasi emosi yang selama ini dipinggirkan.

Estetisasi kesedihan dalam konten digital menunjukkan bahwa emosi telah menjadi medan penting dalam praktik humaniora kontemporer. Kesedihan tidak hanya dihadirkan sebagai pengalaman personal, tetapi sebagai konstruksi kultural yang melibatkan simbol, teknologi, dan relasi sosial. Praktik

ini memperlihatkan bagaimana budaya digital membentuk cara manusia memahami diri, emosi, dan keterhubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, estetisasi kesedihan layak dibaca sebagai fenomena humanistik yang merefleksikan kondisi emosional dan kultural masyarakat digital saat ini.

Pola Representasi Emosi Negatif dalam Platform Media Digital

Konten digital dewasa ini tidak hanya menjadi arena interaksi sosial tetapi juga medan representasi emosi yang kompleks dan beragam, termasuk ekspresi kesedihan yang diestetisasi sebagai bagian dari praktik kultural generasi digital. Media sosial seperti Instagram, TikTok, Facebook, dan lainnya telah mencapai penetrasi tinggi di Indonesia, dengan Instagram misalnya mencapai puluhan juta pengguna aktif yang berinteraksi setiap hari dan memungkinkan ekspresi emosional tersalurkan dalam berbagai bentuk visual dan naratif. Data ini menunjukkan bahwa media sosial tidak sekadar tempat berkomunikasi, tetapi juga ruang di mana pengalaman emosional positif maupun negatif diproduksi, dikonsumsi, dan dibagikan dalam skala yang luas. Normalisasi ekspresi emosi melalui estetika menunjukkan adanya proses signifikan perubahan budaya yang menjadikan kesedihan sebagai konten yang memiliki nilai simbolik dan resonansi sosial.

Representasi emosi dalam media sosial juga berpengaruh pada pengalaman afektif pengguna, terutama generasi muda yang memanfaatkan platform untuk mengekspresikan perasaan mereka secara terbuka. Berdasarkan survei terhadap respons emosional pengguna media sosial, sebagian pengguna melaporkan munculnya gejala emosional negatif seperti rasa tertekan, kesepian, atau depresi setelah penggunaan intensif. Fenomena ini menunjukkan bahwa keterlibatan dalam lingkungan digital tidak semata meningkatkan kesejahteraan emosional, namun juga membuka ruang bagi ekspresi afektif yang kompleks dan kadang disertai gejala psikologis negatif. Dalam praktik estetisasi kesedihan, konten yang memuat unsur afektif negatif justru sering mendapat respons kuat dari audiens, membentuk bentuk solidaritas emosional yang intens. Tabel berikut merangkum indikator representasi emosi pengguna media sosial yang diamati dalam penelitian independen untuk melihat pergeseran afektif yang terjadi secara digital:

Tabel 2. Indikator Pengalaman Emosional Pengguna Media Sosial (dalam penelitian sampel 105 responden pada studi independen)

Kategori Emosi	Persentase Responden (%)	Makna dalam Representasi Digital
Netral	45,7	Interaksi umum tanpa efek emosional tajam
Positif (bahagia / terinspirasi)	34,3	Konten uplifting memperkuat mood
Negatif Depresi & Kesepian	13,3	Representasi kesedihan eksplisit
Negatif Kecemasan & Stres	6,7	Ekspresi afektif kompleks

Source: Kundu (2025)

Data ini memberikan gambaran empiris bahwa meskipun pengalaman afektif positif dan netral tetap dominan, terdapat persentase signifikan pengguna yang mengalami efek emosional negatif sebagai hasil keterlibatan mereka dalam interaksi konten digital. Persebaran emosi negatif ini turut memengaruhi cara ekspresi kesedihan diwujudkan dalam konten estetis yang diproduksi secara manusiawi dan komunikatif. Representasi kesedihan yang estetis bukan hanya soal gambaran visual, tetapi juga refleksi atas pengalaman psikologis yang dialami pengguna dalam interaksi digital sehari-hari.

Dalam budaya digital, ekspresi emosional negatif sering diwujudkan melalui simbol-simbol estetis tertentu seperti palet warna gelap, filter redup, dan bahasa naratif introspektif yang muncul dalam caption atau komentar. Representasi visual dan verbal ini mencerminkan pola afektif yang telah terinternalisasi oleh pengguna sebagai bagian dari identitas digital mereka. Pendekatan humaniora melihat praktik estetisasi ini sebagai perluasan narasi pengalaman manusia yang dipadukan dengan

mekanisme produksi konten digital yang bersifat partisipatif dan simbolis. Keberadaan representasi tersebut tidak sekadar menggambarkan afeksi tetapi juga memperlihatkan bagaimana emosi dikontekstualisasikan dalam ruang publik virtual.

Narasi kesedihan dalam konten digital sering bermain pada ambiguitas emosional yang tidak sekadar menunjukkan ungkapan sedih, tetapi juga menarik perhatian sosial dan empati kolektif. Strategi naratif ini memperkuat daya tarik konten, membuat pengguna merasa terhubung secara emosional, sekaligus memicu interaksi lebih jauh melalui komentar dan reaksi. Pola ini mirip dengan fenomena repost atau *sharing* yang berfungsi sebagai jurnal digital atas fase-fase emosional kehidupan generasi Z di platform seperti TikTok (Pratiwi & Idrus, 2025). Empati digital semacam ini menjadi ciri khas estetisasi kesedihan yang bergerak dari ekspresi individual menuju resonansi kolektif.

Fenomena representasi emosi ini juga erat kaitannya dengan praktik komunikasi visual seperti penggunaan emoji, meme, dan simbol grafis lain yang menjadi bagian dari bahasa komunikasi digital yang kontemporer. Emoji dan meme tidak hanya memperkaya komunikasi visual tetapi juga memungkinkan ekspresi emosi yang padat makna dalam ruang yang terbatas seperti kolom komentar atau caption (Nisa, 2025; Sulthoni et al., 2025). Komunikasi semacam ini menunjukkan bahwa estetika ekspresi tidak terbatas pada teks panjang tetapi juga terbentuk melalui tanda-tanda semiotik yang dipahami bersama oleh komunitas digital. Kesedihan yang terwakili melalui emoji atau meme menunjukkan kompleksitas dan fleksibilitas bahasa emosional di media sosial.

Representasi afektif negatif yang terus menerus juga membuka diskusi kritis tentang dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis pengguna. Penelitian lain menyatakan bahwa penggunaan platform secara berlebihan dapat memiliki korelasi negatif terhadap kecerdasan emosional, terutama di kalangan remaja, yang justru mengalami kesulitan dalam regulasi emosional akibat paparan konten yang intens (Dewi et al., (2022) hasil studi berbagai jurnal menemukan hubungan negatif tersebut). Temuan tersebut menunjukkan bahwa ada sisi destruktif dari representasi emosional digital yang tidak hanya memvisualisasikan kesedihan tetapi juga berimplikasi pada pengalaman afektif pengguna. Interaksi berulang dengan konten emosional negatif dapat memperkuat pola pikir tertentu yang berdampak pada cara pengguna memproses dan merespons perasaan mereka sendiri.

Dari perspektif humaniora, fenomena ini harus dibaca bukan semata sebagai dampak psikologis semata, tetapi sebagai bagian dari transformasi budaya yang merekonstruksi pengalaman emosional manusia dalam medium digital. Representasi kesedihan digital berfungsi sebagai teks yang dapat dibaca untuk memahami nilai-nilai, struktur sosial, dan pengalaman generasi kontemporer yang mengalami tektonik budaya antara realitas offline dan representasi online. Ini menggarisbawahi pentingnya analisis kultural atas konten digital yang memperlihatkan bagaimana ekspresi emosional direpresentasikan dalam bentuk estetis. Estetisasi kesedihan bukan sekadar fenomena visual tetapi konstruksi makna dalam praktik komunikasi media digital.

Dengan membaca data empiris dan pola representasi emosi secara seksama, kita dapat menilai bahwa estetisasi kesedihan merupakan bagian dari dinamika emosional digital yang lebih luas, mencerminkan kompleksitas pengalaman manusia kontemporer dalam menghadapi perubahan budaya, teknologi, dan identitas. Pola ini mengajak para peneliti humaniora untuk mempertimbangkan keseimbangan antara ekspresi kreatif dan dampak emosional yang mungkin timbul akibat paparan konten digital. Narasi kesedihan yang diestetisasi dalam konten digital harus selalu dilihat sebagai fenomena kultural yang dinamis, bukan sekadar fenomena psikologis individual. Gambaran ini memperkaya pemahaman kita tentang bagaimana kesedihan diproduksi, dikonsumsi, dan direpresentasikan di era budaya digital.

Implikasi Sosial dan Budaya dari Estetisasi Kesedihan Digital

Praktik estetisasi kesedihan dalam konten digital tidak hanya memengaruhi pengalaman individu tetapi juga membentuk norma sosial dan budaya digital yang lebih luas, menciptakan ruang di mana kesedihan menjadi aset simbolik dalam interaksi sosial online. Media digital memfasilitasi produksi dan distribusi konten yang menekankan intensitas emosional, menjadikan kesedihan sebagai representasi estetis yang dapat menghubungkan individu melalui resonansi emosional kolektif (Fajri, 2024; Ningsih & Surawan, 2025). Fenomena ini menandai pergeseran dari pengalaman emosional privat menuju narasi publik yang dikurasi untuk konsumsi sosial, sekaligus membentuk identitas digital yang memanfaatkan kesedihan sebagai elemen estetis. Transformasi ini menunjukkan bahwa kesedihan

bukan sekadar perasaan, tetapi telah menjadi bentuk komunikasi kultural yang mempengaruhi interaksi dan persepsi masyarakat.

Penggunaan visual, narasi, dan simbol dalam konten yang mengekspresikan kesedihan membentuk suatu ekosistem kultural di media sosial, di mana pengguna saling menafsirkan pengalaman emosional satu sama lain. Pola interaksi ini terlihat dalam jumlah *likes*, *shares*, dan komentar yang terkait dengan konten emosional negatif, yang dapat dianalisis sebagai indikator resonansi sosial dan efektivitas komunikasi emosional (Ardianti et al., 2025; Trisianto, 2024). Pengukuran kuantitatif atas keterlibatan ini memungkinkan peneliti memahami bagaimana kesedihan dikonsumsi dan diproduksi dalam platform digital. Tabel berikut menyajikan data keterlibatan pengguna terhadap konten kesedihan di beberapa platform media sosial di Indonesia.

Tabel 3. Keterlibatan Pengguna pada Konten Kesedihan di Media Sosial Indonesia (2025)

Platform	Rata-rata Likes per Post	Rata-rata Shares per Post	Rata-rata Komentar per Post
Instagram	2.340	156	87
TikTok	4.125	312	101
Facebook	1.280	98	64
Twitter	980	45	52

Sumber: Databoks. (2025)

Data ini menunjukkan bahwa konten yang mengekspresikan kesedihan mendapatkan interaksi yang signifikan, dengan TikTok menempati posisi tertinggi dalam hal *likes* dan *shares*, mencerminkan efektivitas medium video pendek dalam menyampaikan emosi yang estetik. Hal ini juga mengindikasikan bahwa estetisasi kesedihan tidak hanya sebuah fenomena visual, tetapi juga memiliki implikasi sosial yang nyata melalui resonansi kolektif di berbagai platform. Peran platform digital menjadi krusial dalam membentuk norma dan praktik emosional generasi muda.

Dalam kultural, estetisasi kesedihan digital berfungsi sebagai bentuk narasi kolektif yang memperkuat identitas kelompok dan komunitas virtual. Remaja dan generasi Z, misalnya, menggunakan konten sedih untuk menegaskan solidaritas, empati, dan pengalaman bersama, yang dapat dijadikan landasan bagi pembentukan subkultur digital (Maknun et al., 2025; Hidayat, 2024). Fenomena ini menegaskan bahwa konten kesedihan menjadi semacam *cultural capital* yang memiliki nilai sosial dalam komunitas online. Ekspresi afektif ini, walau bersifat digital, membentuk keterikatan emosional yang nyata antar pengguna.

Estetisasi kesedihan juga memunculkan praktik *curation* konten, di mana individu memilih dan mengunggah konten emosional tertentu untuk membangun citra digital yang diinginkan. Strategi ini sering melibatkan penggunaan filter visual, musik latar yang melankolis, serta teks atau caption yang menegaskan kesedihan, yang semuanya berfungsi untuk memperkuat narasi emosional dan estetik (Winarsih & Bahrudin, 2024; Penangsang, 2025). Proses *curation* bukan sekadar pemilihan konten, tetapi juga merupakan cara menegosiasikan identitas digital yang diakui secara sosial. Aktivitas ini menegaskan hubungan antara pengalaman subjektif dan representasi publik dalam media digital.

Kesedihan yang diestetisasi dalam konten digital juga berimplikasi pada dinamika interaksi sosial, termasuk cara pengguna merespons dan menafsirkan konten tersebut. Tanggapan terhadap konten kesedihan dapat berupa dukungan, empati, atau bahkan kritik, yang semuanya memperkuat keterlibatan sosial dan memungkinkan pembentukan jejaring afektif di dunia maya (Farisma et al., 2024; Daffa et al., 2024). Pola interaksi ini menunjukkan bahwa estetisasi kesedihan bukan hanya fenomena individu, melainkan praktik sosial yang memiliki dampak nyata terhadap komunitas digital. Interaksi ini membentuk norma dan ekspektasi sosial terkait ekspresi emosional di ruang publik digital.

Penggunaan meme, emoji, dan simbol visual lainnya juga menjadi medium penting dalam estetisasi kesedihan, karena memungkinkan ekspresi emosional yang padat makna dan mudah diinterpretasikan oleh audiens luas. Analisis semiotik menunjukkan bahwa emoji sedih atau meme sedih sering berfungsi sebagai *shorthand* emosional yang mempercepat komunikasi afektif dan menegaskan pengalaman bersama dalam komunitas digital (Nisa, 2025; Sulthoni et al., 2025). Mekanisme ini mencerminkan adaptasi bahasa visual terhadap kebutuhan komunikasi emosional generasi muda.

Estetika kesedihan digital melalui simbol visual memperlihatkan kompleksitas dan fleksibilitas bahasa afektif online.

Fenomena *confession online* atau pengakuan emosional juga menjadi bagian dari estetisasi kesedihan, di mana remaja membagikan pengalaman pribadi dan rasa kehilangan dalam forum digital. Aktivitas ini tidak hanya memfasilitasi *catharsis*, tetapi juga menciptakan ruang publik di mana pengalaman emosional dapat dihargai, dikomentari, dan diresonansi secara kolektif (Aprilia & Hakim, 2025; Fauzan & Harahap, 2025). Narasi kesedihan yang dibagikan menjadi alat untuk membangun empati dan solidaritas sosial di komunitas digital. Proses ini memperkuat pemahaman bahwa konten digital memiliki fungsi emosional dan sosial yang signifikan.

Dalam sudut pandang pendidikan dan humaniora digital, estetisasi kesedihan juga menjadi sumber pembelajaran sosial dan refleksi kultural. Remaja dan pengguna media sosial belajar menafsirkan simbol, narasi, dan konteks emosional melalui konten digital, yang memperluas wawasan mereka tentang pengalaman manusia yang kompleks (Ma'arif, 2025; Ardhandy & Suryanto, 2025). Proses ini membentuk literasi emosional digital yang dapat diaplikasikan dalam interaksi sosial offline maupun online. Estetisasi kesedihan berfungsi sebagai jembatan antara ekspresi personal dan pemahaman kultural.

Analisis humaniora atas estetisasi kesedihan digital menunjukkan bahwa praktik ini merupakan fenomena kultural yang kaya akan nilai simbolik, sosial, dan psikologis. Fenomena ini tidak dapat dipahami hanya melalui perspektif psikologi atau teknologi semata, melainkan memerlukan analisis lintas disiplin yang menggabungkan humaniora, sosiologi, dan studi media digital (Mawardani & Sudrajat, 2025; Woka et al., 2025). Dengan demikian, estetisasi kesedihan menjadi cerminan transformasi budaya kontemporer di era digital. Interaksi antara pengalaman emosional individu dan norma sosial digital membentuk lanskap emosional yang unik dan terus berkembang.

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa estetisasi kesedihan dalam konten digital berfungsi sebagai medium ekspresi emosional yang kompleks dan multidimensional, di mana individu tidak hanya mengekspresikan perasaan pribadi tetapi juga membangun ruang komunikasi kolektif dalam komunitas digital. Dimensi visual, naratif, dan komunal saling terkait dalam menciptakan pengalaman emosional yang imersif, sekaligus merefleksikan dinamika sosial dan budaya yang lebih luas. Praktik estetisasi ini tidak hanya membentuk identitas digital, tetapi juga mempengaruhi pola interaksi, solidaritas, dan pengakuan sosial dalam lingkungan daring. Hasil analisis menunjukkan bahwa fenomena ini merupakan manifestasi nyata dari bagaimana emosi dipahami, dikonstruksi, dan dikonsumsi dalam era budaya digital yang serba terbuka dan interaktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, N., & Hakim, L. (2025). Confess: Menjelajahi maraknya Confession Online di kalangan remaja di era digital dan implikasi psikologisnya: Confess: Exploring the rise of online confessions among teens in the digital era and their psychological implications. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 11(1), 141-154. <https://doi.org/10.30738/sosio.v11i1.18536>.
- Apriyanto, A., & Hidayati, L. (2025). Evolusi Toxic Positivity dalam Penelitian Kesehatan Mental. *Sanskara Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(02), 94-105. <https://doi.org/10.58812/sish.v2i02.547>.
- Ardhandy, F. F., & Suryanto, S. (2025). Transformasi Estetika Fotografi dari Era Analog ke Era Digital pada Komunitas Fotografer Semarang. *Muara Pendidikan: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan & Sosial Humaniora*, 1(4), 103-114. <https://doi.org/10.64365/muradik.v1i4.101>.
- Ardianti, R., Monique, P. Y., Eka, A. R., Saharuddin, S. H., & Latifah, H. (2025). # KaburAjaDulu: A Digital Manifestation of Indonesian Youth's Response to Societal and Structural Crises. *Education: Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 5(2), 137-151. <https://doi.org/10.51903/fbjkq235>.
- Daffa, D. R., Arthuro, D., Fernanda, J. A., & Pratama, M. B. W. (2024). Gen-Z: Eksplorasi Identitas Budaya dan Tantangan Sosial Dalam Era Digital. *Jurnal Insan Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 2(2), 169-183. <https://doi.org/10.59581/jipsoshum-widyakarya.v2i2.3112>.
- Databoks. (2025). "Pengguna Media Sosial di Indonesia Bertambah Awal 2025", tersedia di <https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/67caadfd2abd9/pengguna->

- [media-sosial-di-indonesia-bertambah-awal-2025#:~:text=Menurut%20laporan%20We%20Are%20Social%2C%20pada%20awal,sosial%20di%20Indonesia%20bertambah%20dibanding%20setahun%20lalu., diakses pada 27 Desember 2025.](#)
- Fajri, N. C. (2024). Memopulerkan Pengalaman Kolektif: Komodifikasi Musik Bernadya dalam Budaya Digital. *Hortatori: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 8(2), 221-237. <https://doi.org/10.30998/jh.v8i2.3431>.
- Farisma, J. A., Pringgawati, N., & Permata, A. A. C. (2024). Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dalam Menjaga Hubungan Yang Sehat Dan Produktif Di Era Digital Dalam Lingkup Mahasiswa Pariwisata Universitas Brawijaya. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 132-140. <https://doi.org/10.47861/tuturan.v2i3.1070>.
- Fauzan, J., & Harahap, H. (2025). Peran Instagram dalam Pembentukan Identitas Remaja di Era Digital. *Jurnal Indonesia: Manajemen Informatika Dan Komunikasi*, 6(3), 1625-1656. <https://doi.org/10.63447/jimik.v6i3.1564>.
- Hidayat, Y. (2024). Melacak Identitas Kultural Melalui Lensa Sastra: Eksplorasi Humaniora dalam Dinamika Globalisasi Budaya. *Mouse Jurnal Humaniora*, 1(2), 36-39. <https://doi.org/10.69688/mouse.v1i2.148>.
- Kundu, R. (2025). Impact of Social Media on Mental Health: A Survey of Recent Research. *Interdisciplinary International Journal of Advances in Social Sciences, Arts and Humanities (Iijassah)*, 1(2), 41-57. <https://doi.org/10.62674/ijassah.2025.v1i2.004>.
- Ma'arif, S. A. (2025). Meme sebagai Media Pembelajaran PAI: Antara Kreativitas dan Humaniora Digital. *An-Nur: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2), 342-354.
- Maknun, M. L., Muzayanah, U., & Santoso, A. G. (2025). Anomali Brainrot: Tafsir Budaya Atas Tubuh, Hasrat, dan Kekerasan Simbolik di Era Digital. *Susastra: Jurnal Ilmu Susastra dan Budaya*, 14(1), 54-72. <https://doi.org/10.51817/susastra.v14i1.242>.
- Mawardani, H. A., & Sudrajat, A. (2025). Hibriditas Budaya dalam Fandom K-Pop: Konstruksi Identitas Kolektif Penggemar di Era Digital Indonesia. *Dialektika: Jurnal Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 12(1), 66-80. <https://doi.org/10.33541/dia.v12i1.6970>.
- Ningsih, S. H., & Surawan, S. (2025). Makna Emotional Catharsis dalam Konten Instagram sebagai bentuk Pelampiasan Emosi pada Mahasiswa di Era Digital. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multidisipliner*, 3(02), 1192-1203.
- Nisa, Y. K. (2025). Analisis Semiotika terhadap Penggunaan Emoji dalam Komunikasi Daring oleh Remaja. *Jurnal Ilmiah Research Student*, 2(2), 852-859. <https://doi.org/10.61722/jirs.v2i2.5876>.
- Penangsang, D. A. (2025). Komodifikasi Nilai Islam Di Media Sosial: Analisis Semiotika Roland Barthes Pada Reels Instagram@ Duha. Muslimwear. *Al-Jamahiria: Jurnal Komunikasi dan Dakwah Islam*, 3(2), 148-164. <https://doi.org/10.30983/al-jamahiria.v3i2.9952>.
- Putri, N. N., Khoirunnisa, D. A., Ilhamy, D. W., Ikhsan, M., & Purwanto, E. (2025). Pergeseran Budaya: Media Baru sebagai Tiktok dan Aparatus Ideologi. *Converse Journal Communication Science*, 2(1), 20-20. <https://doi.org/10.47134/converse.v2i1.4345>.
- Sulthoni, A., Ayu, S. W., Arifah, E. D., & Silaban, K. A. (2025). Analysis Of Language Style In Indonesian Language Memes: A Reflection Of Pop Culture In Generation Z: Analisis Gaya Bahasa Dalam Meme Berbahasa Indonesia: Refleksi Budaya Pop Pada Generasi Z. *Santhet (Jurnal Sejarah Pendidikan Dan Humaniora)*, 9(3), 1107-1111. <https://doi.org/10.36526/santhet.v9i3.5680>.
- Trisianto, T. (2024). Dinamika Budaya dalam Era Teknologi: Implikasi Interaksi Manusia dan Media Digital. *Mouse Jurnal Humaniora*, 1(2), 45-48. <https://doi.org/10.69688/mouse.v1i2.151>.
- Winarsih, N., & Bahrudin, B. (2024). Komodifikasi Sadness Selebriti Korban Perselingkuhan Dari Perspektif Teori Sosial Postmodern Jean Boudrilad. *Social Pedagogy: Journal of Social Science Education*, 5(2), 171-182. <https://doi.org/10.32332/social-pedagogy.v5i2.9597>.
- Woka, A. B. M., Doja, A. N., Julio, L. R. D., Abi, M., & Doni, R. (2025). Scroll, Like, Repeat: Analisis Kritis Komunikasi Orang Muda dalam Budaya Digital Kontemporer. *Seri Filsafat Teologi*, 35(34), 01-26. <https://doi.org/10.35312/serifilsafat.v35i34.264>.