RITUAL MEDIA DIGITAL:

ANALISIS PRAKTIK MAHASISWA KOS YOGYAKARTA DALAM PRAKTIK BERMEDIA DI SEPUTAR WAKTU MAKAN

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Disusun oleh:

ALMAZYA AYESHA FIARDILLA

22321262

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

FAKULTAS ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA YOGYAKARTA

2026

RITUAL MEDIA DIGITAL:

ANALISIS PRAKTIK MAHASISWA KOS YOGYAKARTA DALAM PRAKTIK BERMEDIA DI SEPUTAR WAKTU MAKAN

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Disusun oleh:

ALMAZYA AYESHA FIARDILLA

22321262

Pembimbing:

Muzayin Nazaruddin S.Sos., MA., Ph.D

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

FAKULTAS ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA YOGYAKARTA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

RITUAL MEDIA DIGITAL:

ANALISIS PRAKTIK MAHASISWA KOS YOGYAKARTA DALAM PRAKTIK BERMEDIA DI SEPUTAR WAKTU MAKAN

Oleh:

ALMAZYA AYESHA FIARDILLA

22321262

Telah disetujui dan disahkan oleh Dosen Pembimbing Skripsi

Tanggal: 24 Juli 2026

Mengetahui

Dosen Pembimbing Skripsi

Muzayin Nazaruddin S.Sos., MA., Ph.D

NIDN. 0516087901

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

RITUAL MEDIA DIGITAL:

ANALISIS PRAKTIK MAHASISWA KOS YOGYAKARTA DALAM PRAKTIK BERMEDIA DI SEPUTAR WAKTU MAKAN

Disusun oleh:
Almazya Ayesha Fiardila
22321262

Telah Diuji dan disahkan oleh Dosen Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia

Pada Hari : Senin
Tanggal : 10 Agustus 2026

Dosen Penguji :

Ketua : **Muzayin Nazaruddin S.Sos., MA., Ph.D** (_____)
NIDN. 0516087901

Anggota : **Dr. Puji Rianto, S.IP.,MA.** (_____)
NIDN. 0503057601

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia

DR. Zaki Habibi, M.Comms.
NIDN. 0517078101

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Almazya Ayesha
Nomor Mahasiswa : 22321262
Melalui surat ini, saya menyatakan bahwa :

1. Selama menyusun skripsi ini saya tidak melakukan tindak pelanggaran akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia.
2. Karena itu, skripsi ini merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Demikian pernyataan ini, saya setuju dengan sesungguhnya.

Yogyakarta, 6 Juli 2026

Yang menyatakan,



Almazya Ayesha Haraha

22321262

MOTTO

"Sukses itu pasti, jalannya mudah, kita mulai hari ini"

-KH. Fairuz Subakir Ahmad

"إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرً"

"Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan"
Al insyirah

PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya dedikasikan kepada keluarga saya, Abahku tercinta Safwan dan Almarhumah Mama Nofita tersayang yang selalu kakak rindukan dan selalu dihati kakak, Kepada adik adikku terkasihku Fahlan Neilwafa, Kenay Najya, dan Fawry Abid.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala berkat, rahmat, dan hidayah-Nya, sehingga penulisan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar sebagai syarat untuk meraih gelar Sarjana pada program studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Dalam kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, di antaranya adalah :

1. Bapak **Dr. Zaki Habibi, S.I.P., M.Comms.** selaku Kaprodi Ilmu Komunikasi Universitas Islam Indonesia, sekaligus menjadi Dosen Pembimbing Akademik penulis selama masa perkuliahan. Banyak arahan dan bantuan yang diberikan selama ini yang mana memudahkan segala urusan penulis dalam masa studi.
2. Bapak **Muzayin Nazaruddin S.Sos., MA., Ph.D.** selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, serta pendampingan dengan penuh perhatian selama proses penyusunan skripsi ini. Banyak kebaikan bapak yang tak mampu penulis balas. Semoga Allah senantiasa memudahkan segala urusan bapak sebagaimana bapak memudahkan urusan penulis selama masa penulisan tugas akhir. Bimbingan yang diberikan secara konsisten dan suportif membuat penulis dapat menjalani proses penelitian dengan lebih terarah dan mudah.
3. Seluruh dosen Ilmu Komunikasi Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pelajaran berharga selama masa studi.
4. Kedua orang tua penulis, Abahku tersayang Safwan Syarmani dan Almh. Ibundaku tercinta Nofita yang kini telah dipeluk oleh sang Maha Cinta. Terimakasih atas doa yang tak pernah terputus, terimakasih atas dukungan yang tak pernah henti, Terimakasih atas cinta yang tak pernah terhenti tercurah. Maaf bila sampai saat ini, penulis belum bisa menjadi apa yang diharapkan. Semoga selepas studi ini, menjadi langkah awal penulis untuk membahagiakan kalian.
5. Adik-adikku yang selalu penulis cintai, Fahlan neilwafa, Kenay Najya Finazrilla, dan Fawry Abid Arrahman, Terimakasih sudah menjadi adik yang kuat dan bahagia. Maaf karena jarak harus membentang kita. Semoga kelak, penulis bisa menjadi panutan dan garda terdepan untuk membahagiakan kalian semua.
6. Seluruh keluarga besar tercinta, khususnya kepada Mama Inun, Kakak Fella, dan Zavio yang mana terus mendoakan dan mendukung proses penyelesaian studi akhir penulis. Terimakasih karena banyak cinta dan perhatian yang tak terhenti tercurah.
7. Rayza Fadilla, yang selalu menjadi garda dan support system penulis selama masa studi akademik ini. Banyak cinta, doa, semangat, kesabaran, serta dukungan yang diberikan kepada penulis dalam setiap proses, baik ketika menghadapi tantangan akademik maupun dalam kehidupan sehari-hari. Terima kasih karena telah menjadi tempat pulang, pendengar yang baik, dan selalu meyakinkan penulis untuk terus bertahan hingga akhirnya dapat menyelesaikan penelitian ini.
8. Sahabat sahabat penulis, Sabrina yang memberikan banyak masukan, support dan

pembelajaran bersama selama penulisan studi akhir. Reshita yang memberikan banyak cinta dan dukungan, sahabat – sahabat tercinta saya dari gontor putri, juga seluruh teman - teman seperjuangan yang telah menyemangati dan membersamai penulis sehingga penulis dapat menjalani proses penyusunan tugas akhir ini.

9. Tak lupa saya ucapkan terimakasih banyak kepada rekan sahabat seperjuangan saya, Aisha Nurrezkina dan Nazhifah Aulia yang betul betul membersamai perjuangan studi akhir ini bersama sama. Tanpa kalian, mungkin studi akhir tidak akan semenyenangkan ini, terimakasih karena sudah sama sama berjuang dan membersamai penulis sampai selesai.

Penelitian ini masih memiliki berbagai kekurangan, sehingga peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk pengembangan penelitian di masa mendatang. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh pembaca. Aamiin.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 6 Juli 2026
Penulis



Almazya Ayesha Fiardilla
22321262

ABSTRAK

Perkembangan media digital telah mengubah praktik kehidupan sehari-hari, termasuk dalam aktivitas makan mahasiswa kos. Penelitian ini bertujuan menganalisis praktik bermedia di sekitar waktu makan pada mahasiswa kos di Yogyakarta serta memahami bagaimana praktik tersebut dijalankan dan dimaknai dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Data diperoleh melalui observasi partisipan dan wawancara mendalam terhadap sepuluh mahasiswa kos di Yogyakarta, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik dengan perspektif konsep praktik *Michel de Certeau*, *Ritual Media Theory*, dan *Digital Commensality*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia telah terintegrasi dalam aktivitas makan, mulai sebelum, selama, hingga setelah makan. Media dimaknai sebagai pendamping makan, pengisi kesunyian, ruang pembelajaran komunikasi, serta bagian dari pengalaman kebersamaan yang dimediasi teknologi digital. Penelitian ini menyimpulkan bahwa mahasiswa kos secara aktif mengapropriasi *media digital* ke dalam praktik keseharian sehingga praktik bermedia di sekitar waktu makan menjadi bagian yang bermakna dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: praktik bermedia, praktik kehidupan sehari-hari, *ritual media digital, digital commensality*, mahasiswa kos.

ABSTRACT

The development of digital media has transformed everyday practices, including eating activities among university students living in boarding houses. This study aims to analyze media practices surrounding mealtimes among boarding house students in Yogyakarta and to understand how these practices are performed and interpreted in everyday life. This research employed a qualitative descriptive approach. Data were collected through participant observation and in-depth interviews with ten boarding house students in Yogyakarta and analyzed using thematic analysis based on Michel de Certeau's concept of practice, Media Ritual Theory, and Digital Commensality. The findings reveal that media practices have become integrated into mealtime activities, occurring before, during, and after eating. Media are perceived as meal companions, sources of comfort, spaces for informal communication learning, and facilitators of digitally mediated togetherness. This study concludes that boarding house students actively appropriate digital media into their everyday practices, making media use around mealtimes an integral and meaningful part of their daily lives.

Keywords: *media practices, everyday practices, media ritual theory, digital commensality, boarding house students.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI ..... **i**

Telah disetujui dan disahkan oleh Dosen Pembimbing Skripsi ..... ***i***

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI ..... **ii**

Telah Diuji dan disahkan oleh Dosen Penguji Skripsi ..... ***ii***

HALAMAN PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK ..... **iii**

MOTTO ..... **iv**

PERSEMBAHAN ..... **iv**

KATA PENGANTAR ..... **v**

ABSTRAK ..... **vii**

DAFTAR ISI ..... **ix**

BAB 1 PENDAHULUAN **1**

B. Rumusan Masalah ***3***

C. Tujuan Penelitian ***4***

D. Manfaat Penelitian ***4***

1. Manfaat Teoritis **4**

2. Manfaat Praktis: **4**

E. Tinjauan Pustaka ***5***

1. Penelitian Terdahulu **5**

F. Konsep dan Kerangka Teori ***8***

1. Konsep Praktik dalam Kehidupan Sehari-hari **8**

2. Ritual Media Theory **8**

G. Metode Penelitian ***14***

1. Pendekatan Penelitian **14**

2. Waktu dan Tempat penelitian **15**

3. Narasumber Penelitian **15**

1. Jenis data dan Metode pengumpulan data ***15***

1) Observasi partisipatif (participant observation) **15**

2) Wawancara mendalam (in-depth interview) **16**

2. Metode Analisis Data **16**

3. Tahap-Tahap Penelitian 17
BAB II GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN..... 19
A. Informan.....19
B. Deskripsi Informan Penelitian 21
1. Informan I.1.....21
BAB III TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....25
A. Situasi dan Konteks Aktivitas Makan Mahasiswa Kos 25
1. Ruang Makan sebagai Ruang Privat Mahasiswa Kos 26
2. Waktu, Durasi, dan Suasana Makan Mahasiswa Kos 28
3. Posisi Tubuh dan Media dalam Aktivitas Makan 31
4. Kehadiran Orang Lain dan Interaksi Sosial di Sekitar Waktu Makan . 33
B. Aktivitas Bermedia Saat Makan Mahasiswa Kos.....33
1. Perangkat Digital yang Digunakan Saat Makan 36
2. Platform dan Jenis Konten yang Diakses Saat Makan..... 38
3. Intensitas Perhatian: Fokus pada Media atau Makanan 41
C. Pemaknaan Media dalam Aktivitas Makan Mahasiswa Kos.....44
1. Media Dimaknai sebagai Pendamping dalam Pengalaman Makan..... 45
2. Media Dimaknai sebagai Pembentuk Suasana Makan..... 47
3. Media Dimakani sebagai Kehadiran yang Menyertai Aktivitas Makan.49
4. Media sebagai Ritual Pribadi dalam Aktivitas Makan 49
D. Dinamika Praktik Bermedia di Sekitar Waktu Makan.....53
1. Ritme Waktu dalam Praktik Bermedia di sekitar Waktu Makan 55
2. Penundaan Aktivitas dan Distraksi 55
3. Keterikatan terhadap Media dalam Praktik Bermedia di Sekitar Waktu Makan 57
4. Ekspansi Praktik Bermedia ke Aktivitas Sehari-hari..... 60
5. Praktik Bermedia Menjadi Ruang Belajar Komunikasi dalam Kehidupan Sehari-hari 63
6. Praktik Bermedia dan Perubahan Bentuk Interaksi Sosial dalam Aktivitas Makan 65
BAB IV PENUTUP..... 71
A. Kesimpulan.....71
B. Saran 71
1. Saran Akademis 73

2. Saran Praktis 73
3. Saran Sosial.....73
DAFTAR PUSTAKA.....75
***Lampiran 1 : Transkip Laporan Observasi dan Wawancara*.....78**

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Informasi Penelitian.....19

Tabel 3.1 Jenis Perangkat.....37

BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan media digital telah mengubah cara individu mengonsumsi informasi dan hiburan, terutama dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu fenomena yang kian lazim ditemui adalah praktik penggunaan media di seputar waktu makan, baik sebelum, saat, maupun setelah makan. Meskipun demikian, keberadaan aktivitas bermedia pada rentang waktu tersebut belum dapat serta-merta dipahami sebagai sebuah ritual, karena praktik tersebut masih dapat dipandang sebagai rutinitas atau kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami apakah praktik bermedia di sekitar waktu makan memiliki karakteristik ritual media digital, yakni praktik yang tidak hanya dilakukan secara berulang, tetapi juga mengandung dimensi emosional, sosial, dan simbolik sebagaimana dijelaskan oleh Couldry (2014). Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menelaah sejauh mana praktik bermedia di sekitar waktu makan dapat dipahami melalui perspektif ritual media digital.

Konsep ini berangkat dari model komunikasi ritual yang diperkenalkan oleh James Carey (1989). Carey membedah komunikasi bukan sekadar sebagai proses transmisi atau penyampaian pesan dari satu titik ke titik lain, melainkan sebagai sebuah aktivitas sosial yang berpusat pada penciptaan makna, pemeliharaan kebersamaan, dan keterikatan dalam keseharian. Memperdalam pandangan tersebut, Nick Couldry (2003) menarik gagasan Carey ke dalam studi media kontemporer. Couldry menegaskan bahwa ritual media melampaui pemahaman antropologis klasik yang hanya melihat ritual sebagai tindakan atau kebiasaan fungsional yang berulang (*habitual action*). Lebih dari itu, ritual media merupakan ruang di mana dimensi kekuasaan dan otonomi individu bekerja secara aktif. Oleh karena itu, praktik bermedia yang dilakukan terus-menerus bukan sekadar pengulangan tanpa arti, melainkan cara individu memproduksi dan menegosiasikan makna baru dalam rutinitas keseharian mereka.

Dalam konteks mahasiswa kos, aktivitas sederhana seperti menonton *YouTube* saat makan menjadi salah satu contoh *micro practices* yang terintegrasi dalam keseharian, membentuk pola waktu, kenyamanan emosional, hingga ritme aktivitas. Mahasiswa, sebagai kelompok usia muda yang cenderung dekat dengan teknologi digital, memiliki

pola konsumsi media yang unik dan sering kali tidak disadari sebagai praktik yang membentuk perilaku tertentu. Selain itu, sebagai generasi *digital native*, mereka otomatis cenderung memiliki hubungan yang intens dengan media digital. Salah satunya adalah kecenderungan membuka media sosial sebelum memulai aktivitas makan, baik untuk menemani waktu makan maupun sebagai hiburan ringan. Konten yang dipilih pun bervariasi, mulai dari konten mukbang, vlog, komedi, hingga video ASMR, yang memberikan sensasi tersendiri bagi penontonnya.

Mahasiswa yang tinggal di indekos merupakan kelompok yang menarik untuk diteliti karena mereka menjalani kehidupan yang mandiri dan memiliki kontrol penuh atas rutinitas harian mereka, termasuk dalam hal makan dan konsumsi media. Tinggal jauh dari keluarga mendorong mereka untuk menciptakan struktur aktivitas yang sesuai dengan kenyamanan dan preferensi pribadi. Dalam konteks ini, penggunaan media digital seperti *YouTube* di seputar waktu makan tidak sekadar diposisikan sebagai hiburan fungsional, melainkan sebagai cara untuk merekonstruksi ruang makan mereka. Kehadiran suara, visualisasi gambar, dan alur konten dari media dimaknai memberikan sensasi kehadiran 'teman *virtual*' (*digital commensality*). Melalui praktik ini, mahasiswa memediasi kesendirian mereka dengan mengintegrasikan media ke dalam momen makan, menjadikannya sebuah ritual personal yang menstrukturisasi pengalaman makan menjadi lebih bermakna dan tidak terasingkan.

Fenomena ini menarik untuk dikaji karena menunjukkan bagaimana *media digital* telah menggeser fungsi sosial dari aktivitas sehari-hari. Makan yang sebelumnya menjadi momen untuk berinteraksi atau berkumpul bersama, kini beralih menjadi momen personal bersama media digital seperti *YouTube, Tiktok*, atau layanan *streaming* lainnya.

Sayangnya, penelitian yang secara khusus menelaah praktik konsumsi *media digital* yang berulang sehingga menciptakan ritual baru masih sangat terbatas. Sebagian besar kajian masih berfokus pada isu yang lebih umum, seperti analisis dampak penggunaan media sosial terhadap pola konsumsi makanan (Saraswati & Lubis, 2025), hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan preferensi makanan remaja (Jihad, et.al 2024), atau dampak menonton tayangan kuliner terhadap nafsu makan (Budiono, et.al 2024). Studi lain seperti yang dilakukan oleh Nareswari (2022) juga menunjukkan bahwa adiksi internet berkaitan dengan pola makan yang tidak sehat, meskipun penelitiannya belum menyentuh aspek ritualistik atau makna simbolik dari praktik tersebut. Tinjauan sistematis oleh Wu, et.al (2024) menunjukkan bahwa paparan konten

makanan di media sosial dapat mempengaruhi persepsi tubuh dan kebiasan makan, namun masih dalam kerangka efek media, bukan praktik bermakna yang terbentuk secara berulang. Padahal, seperti yang dinyatakan oleh Couldry dan Hepp (2017), praktik bermedia dalam era *mediatization* tidak lagi bersifat netral, melainkan berperan aktif dalam membentuk cara berpikir, berinteraksi, dan menjalani kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu dibutuhkan penelitian yang tidak hanya melihat efek media secara patologis, tetapi juga menelaah bagaimana konsumsi media, seperti menonton platform media digital sebelum atau saat makan telah menjadi bagian dari ritual personal yang memberi rasa nyaman, keteraturan, dan bahkan membentuk identitas. Terutama dikalangan mahasiswa kos yang menjalani kehidupan mandiri di ruang privat mereka.

Penting untuk memahami lebih dalam bagaimana praktik bermedia di seputar waktu makan berkembang di kalangan mahasiswa kost Yogyakarta, serta bagaimana praktik ini mempengaruhi pola komunikasi, pengalaman makan, dan keseharian mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis praktik tersebut, baik dari segi motivasi, makna, pengalaman, serta pola konsumsi media yang terbentuk dalam kehidupan sehari-hari. Praktik bermedia ini juga sangat mungkin memunculkan perilaku atau praktik – kebiasan baru lainnya, seperti kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial saat makan, meningkatnya ketergantungan pada media digital sebagai sumber kenyamanan, hingga terbentuknya pola multitasking seperti makan sambil menonton, belajar sambil membuka media sosial, atau menjadikan konten digital sebagai pengatur suasana hati. Dalam jangka panjang, praktik ini dapat memengaruhi cara mahasiswa membentuk struktur harian mereka, baik dari segi waktu, suasana hati, hingga interaksi sosial. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya penting untuk memahami motivasi dan praktik bermedia mahasiswa saat makan, tetapi juga untuk menganalisis bagaimana praktik tersebut berperan dalam membentuk perilaku baru dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang bagaimana media digital membentuk ritual baru pada kehidupan sosial di era digital.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ada, peneliti merumuskan tiga masalah, yaitu:

1. Bagaimana praktik bermedia yang dilakukan mahasiswa kos di Yogyakarta di seputar waktu makan?
2. Bagaimana mahasiswa memaknai praktik bermedia tersebut?

3. Bagaimana praktik bermedia tersebut lebih jauh berperan dalam membentuk perilaku atau praktik baru lainnya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, peneliti memiliki tujuan utama, yaitu:

1. Untuk mendeskripsikan praktik bermedia mahasiswa kos di Yogyakarta pada saat makan, termasuk jenis media yang digunakan, frekuensi, dan situasi penggunaan media tersebut.
2. Untuk memahami makna yang diberikan mahasiswa terhadap praktik bermedia saat makan, baik dari aspek personal, sosial, maupun, emosional.
3. Untuk menganalisis bagaimana praktik bermedia saat makan berkontribusi dalam membentuk perilaku atau praktik baru lainnya, seperti pola interaksi sosial, pola makan, atau praktik multitasking dalam kehidupan sehari-hari.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

1) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian media ritual, khususnya dalam konteks kehidupan sehari-hari generasi muda di era digital. Dengan mengangkat praktik penggunaan media digital di sekitar waktu makan sebagai bagian dari ritual media, penelitian ini memperluas pemahaman tentang bagaimana praktik bermedia tidak hanya bersifat fungsional, tetapi juga sarat akan makna, simbolik, emosional dan sosial.
2) Penelitian ini juga memperkaya literatur komunikasi dengan menunjukkan bahwa media digital bukan hanya perantara informasi, tetapi telah menjadi bagian integral dari struktur ritme harian, pengalaman afektif, dan pembentukan identitas mahasiswa.

2. Manfaat Praktis:

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa untuk lebih menyadari praktik bermedia mereka, terutama dalam konteks waktu makan. Dengan demikian, mereka dapat merefleksikan sejauh mana konsumsi media digital mempengaruhi pola makan, emosi, hingga praktik multitasking dalam keseharian, serta menumbuhkan kesadaran akan pentingnya keseimbangan antara aktivitas digital dan kehidupan sosial.

E. Tinjauan Pustaka

1. Penelitian Terdahulu

Konsumsi media oleh mahasiswa berkaitan erat dengan pembentukan identitas, perubahan makna ruang *privat*, serta pengelolaan emosi. Namun, belum ada studi yang secara spesifik mengkaji praktik bermedia di sekitar waktu makan, dan bagaimana makna serta dampaknya terhadap perilaku harian mahasiswa kos, khususnya dalam konteks ruang pribadi seperti kamar kos. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha mengisi celah tersebut dengan mengkaji secara mendalam praktik bermedia disekitar waktu makan dari aspek deskriptif, maknawi dan transformatif perilaku.

Penelitian berjudul **Mengaburnya Ruang Publik dan Ruang Privat dalam Praktik Konsumsi Media di Kamar Kos** (Wahyudi & Nughroho, 2022) mengungkapkan bahwa konsumsi media di ruang *privat* seperti kamar kos telah menjadi bagian dari ritual individu dalam mengatur kenyamanan dan pengalaman sosial. Dalam hal ini, ritual media digital sebelum, ketika, atau sesudah makan dapat dipahami sebagai upaya individu menciptakan suasana makan yang lebih menyenangkan dan terasa 'ditemani', terutama saat mereka sedang sendiri. Ruang *privat* seperti kamar kos memungkinkan mahasiswa membangun rutinitas media yang bersifat *personal*, *reflektif* sekaligus *repetitif*. Melalui pendekatan etnografi spasial, Wahyudi dan Nugroho meneliti bagaimana konsumsi media baru oleh mahasiswa di kamar kos telah mengubah fungsi ruang privat menjadi *semi-publik*. Temuan mereka menunjukkan bahwa kamar tidur, yang secara tradisional merupakan ruang *privat*, kini berperan ganda menjadi tempat berinteraksi sosial melalui media digital. Hal ini mengindikasi adanya pergeseran batas ruang sebagai akibat dari intensitas penggunaan teknologi komunikasi. Mereka juga mengangkat konsep *bedroom culture* untuk menegaskan bahwa ruang tidur tidak lagi bersifat *ekslusif*, melainkan telah menjadi ruang penting bagi aktivitas publik seperti belajar, bekerja, bahkan bersosialisasi secara *daring*. Perubahan ini menunjukkan bahwa media baru tidak hanya memengaruhi pola komunikasi, tetapi juga menciptakan dinamika ruang yang lebih cair antara ranah *publik* dan *privat.* Penelitian ini memberikan dasar penting untuk memahami bagaimana praktik konsumsi media membentuk ulang makna dan fungsi ruang dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di kalangan generasi muda dan mahasiswa.

Konsep *bedroom culture* ini pertama kali diperkenalkan oleh McRobbie & Garber (1981) yang menggambarkan kamar tidur sebagai ruang simbolik tempat remaja perempuan mengeksplorasi diri melalui konsumsi media seperti musik, majalah, dan

poster idola. Kemudian konsep ini diperluas dalam buku **Bedroom Culture and the Privatization of Media Use** oleh Bovill & Livingstone (2001) dengan menyoroti *privatisasi* penggunaan media, di mana kamar tidur menjadi tempat konsumsi media yang lebih *personal* dan bebas dari pengawasan keluarga. Dalam konteks modern, kamar tidur (atau kamar kos bagi mahasiswa) tidak hanya menjadi ruang menyendiri, tetapi juga ruang untuk terhubung secara *digital* melalui teknologi seperti *handphone*, komputer dan internet. Oleh karena itu, *bedroom culture* sangat relevan digunakan dalam penelitian ritual media digital mahasiswa kos, karena membantu menjelaskan bagaimana ruang privat dimanfaatkan untuk membangun rutinitas personal seperti menggunakan media sebelum, saat atau sesudah makan. Sebagai bagian dari proses penciptaan makna, kenyamanan dan identitas diri dalam kehidupan sehari-hari

Artikel jurnal nasional yang berjudul " **Strategi Coping Mahasiswa menghadapi Stres Akademik: Peran Media Digital sebagai Sarana Hiburan dan Relaksasi"** oleh (Nurchayati, et.al 2021) menemukan bahwa mahasiswa sering memanfaatkan media digital sebagai strategi *coping* untuk mengurangi *stress* dan tekanan akademik. Hal ini menunjukkan bahwa media tidak hanya berfungsi secara informatif atau hiburan, tetapi juga sebagai alat untuk menenangkan diri secara emosional. Konsumsi media saat makan pun dapat dimaknai sebagai bentuk regulasi emosional yang bermakna secara personal, dan media sosial nantinya dapat menjadi "teman *virtual*" untuk menenangkan diri dari stres akademik sekaligus menjadi medium membentuk makna emosional dalam interaksi sehari-hari. Artikel ini hadir sebagai penunjang untuk melihat apakah nantinya akan ada aspek emosional sebagai *coping mechanism* mahasiswa yang akan diteliti.

Begitu juga, artikel yang berjudul "**Analisis Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Pola Konsumsi Makanan pada Mahasiswa di Kota Medan"** oleh Saraswati & Lubis (2025) menyoroti peran dominan media sosial dalam kehidupan mahasiswa, khususnya dalam mempengaruhi praktik makan. Temuan utamanya menunjukkan bahwa durasi penggunaan media sosial memiliki hubungan signifikan dengan praktik makan mahasiswa, sedangkan frekuensi tidak menunjukkan hubungan sama. Hal ini menunjukkan bahwa keterpaparan yang lebih lama terhadap konten di media sosial, seperti rekomendasi makanan, *trend* kuliner, dan *food influencer* berdampak pada pola konsumsi makanan mahasiswa. Relevansi penelitian ini terletak pada interaksi antara durasi penggunaan media dan pembentukan praktik makanan. Keduanya memiliki benang merah, yaitu mahasiswa tidak lagi memisahkan aktivitas makan dari aktivitas bermedia, dan justru membentuk rutinitas tertentu dalam

mengkonsumsi *media digital* di sekitar waktu makan.

Tak hanya itu, sebuah penelitian yang dilakukan Jihad, et.al (2024) juga menyinggung hal yang sama tentang adanya **hubungan signifikan antara intensitas penggunaan *media sosial* dan preferensi makanan remaja**. Artinya, semakin sering remaja terpapar konten di *media sosia*l, seperti *review* makanan, *trend* kuliner atau *rekomendasi* tempat makan, semakin besar pula pengaruhnya terhadap jenis makanan yang mereka pilih. Temuan ini menegaskan bahwa media sosial bukan hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga turut membentuk *orientasi* konsumsi dan selera makan. Relevansi nya dengan ritual *media digital* mahasiswa kos terletak pada keterlibatan media dalam rutinitas makan. *Preferensi* makanan yang dipengaruhi oleh *media sosial* dapat menjadi bagian dari praktik yang dilakukan berulang, terutama pada mahasiswa kos yang kerap menggunakan *media digital* sebagai teman makan atau pengantar sebelum makan.

Lebih lanjut, penelitian yang berjudul "Tayangan Kuliner di Media Sosial: Faktor Pemicu Nafsu Makan pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Indonesia Maju" oleh (Budiono, et.al 2024) menemukan bahwa menonton tayangan kuliner dapat meningkat nafsu makan penonton, bahkan meskipun mereka tidak sedang lapar secara fisik. Tayangan – tayangan *visual* yang menggugah selera seperti *mukbang* atau *food vlog* berperan dalam membangkitkan keinginan makan secara emosional, yang juga merupakan bentuk keterlibatan media dalam pengalaman makan. Hal ini memperkuat asumsi bahwa konsumsi media tidak bersifat pasif, tetapi turut mempengaruhi pengalaman fisik dan emosional dalam aktivitas makan.

Menariknya, penelitian artikel jurnal yang berjudul "*Digging into digital buffets: A systematic review of eating-related social media content and its relationship with body image and eating behaviours"* oleh Wu, et.al (2024) menunjukkan bahwa paparan konten makanan di media sosial dapat mempengaruhi persepsi tubuh dan praktik makan pengguna. Efek yang ditimbulkan berkaitan dengan peningkatan keinginan makan, perubahan citra diri, serta dorongan untuk meniru pola konsumsi yang ditampilkan dalam media. Namun, studi ini masih menempatkan temuan dalam kerangka efek media secara umum, sehingga belum menjelaskan bagaimana praktik tersebut terbentuk sebagai praktik bermakna yang dilakukan secara berulang oleh individu dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Hal ini pun diperkuat kembali, oleh Mensah & Tuominen (2024) dalam artikel yang berjudul *"Eating alone or together: Exploring university students' eating patterns*

before and during the COVID-19 pandemic" menyoroti tentang perubahan pola makan mahasiswa sebelum dan selama pandemi COVID-19, dengan fokus pada aspek *commensality* atau kebersamaan saat makan. Dalam kondisi *lockdown*, mahasiswa mengalami peningkatan rasa kesepian dan keterbatasan dalam bersosial. Menariknya, dalam menghadapi keterbatasan sosial ini, banyak mahasiswa beralih pada *media digital* sebagai sarana untuk menciptakan kebersamaan secara *virtual*, atau yang disebut dengan *virtual commensality*. Mereka menggunakan teknologi seperti *video call, media sosial,* atau tayangan digital untuk tetap merasa "ditemani" saat makan sendirian. *Reliance* pada *media digital* ini menjadi bentuk baru dari interaksi sosial yang menggantikan kehadiran fisik, sekaligus sebagai strategi untuk mengurangi rasa sepi dan menciptakan pengalaman makan yang lebih bermakna secara emosional.

Penelitian-penelitian diatas menunjukkan bahwa meskipun banyak penelitian yang telah membahas mengenai konsumsi media, *coping mechanism*, maupun pengaruh media terhadap preferensi makan, belum ada yang secara khusus menyoroti praktik bermedia mahasiswa kos diseputar waktu makan sebagai bentuk *ritual digital* yang bermakna. Terlebih lagi, pendekatan etnografi yang melibatkan keterlibatan langsung dalam rutinitas partisipan masih jarang digunakan untuk memahami praktik ini secara kontekstual.

Kebaharuan penelitian terletak pada usaha untuk melihat media tidak semata sebagai alat pasif, melainkan sebagai bagian dari ritual harian yang *repetitif, simbolik, emosional,* dan sosial terutama dalam ruang privat kamar kos. Penelitian ini memetakan bagaimana praktik bermedia sebelum, saat, dan setelah makan menjadi cara mahasiswa menciptakan kenyamanan, struktur waktu, dan pengalaman makan yang bermakna dalam kehidupan sehari-hari.

F. Konsep dan Kerangka Teori

1. Konsep Praktik dalam Kehidupan Sehari-hari

Konsep praktik dalam kehidupan sehari-hari dikembangkan oleh Michel de Certeau (1984) dalam bukunya *The Practice of Everyday Life*. De Certeau memandang praktik sebagai cara-cara individu menjalankan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari (*ways of operating* atau *ways of doing things*). Menurutnya, individu tidak hanya bertindak sebagai penerima pasif terhadap sistem sosial, budaya, maupun teknologi yang telah tersedia, tetapi sebagai aktor yang secara aktif menggunakan, memanfaatkan, dan menyesuaikan berbagai sumber daya tersebut sesuai dengan kebutuhan serta konteks

kehidupannya. Dengan demikian, praktik tidak dipahami sekadar sebagai perilaku yang dilakukan secara berulang, melainkan sebagai tindakan yang menunjukkan kreativitas individu dalam membangun, mengelola, dan memaknai pengalaman kesehariannya. Praktik tidak hanya menjelaskan apa yang dilakukan seseorang, tetapi juga bagaimana individu menjalankan aktivitas tersebut serta makna yang dibangun melalui tindakan-tindakan dalam kehidupan sehari-hari.

De Certeau (1984) mengkritik pandangan yang melihat aktivitas konsumsi sebagai tindakan yang bersifat pasif. Menurutnya, individu senantiasa menghasilkan makna baru melalui cara mereka menggunakan produk, simbol, maupun teknologi yang telah disediakan oleh sistem sosial. Aktivitas seperti menonton televisi, membaca surat kabar, menggunakan ruang kota, hingga mengonsumsi berbagai produk budaya dipahami sebagai bentuk praktik keseharian yang memungkinkan individu menciptakan pengalaman dan makna yang berbeda dari tujuan awal yang dirancang oleh produsen maupun institusi dominan. Dengan demikian, fokus praktik tidak terletak pada objek yang digunakan, melainkan pada bagaimana individu memanfaatkan objek tersebut sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Pandangan ini menunjukkan bahwa praktik keseharian tidak dapat dilepaskan dari relasi antara struktur yang dibangun oleh pihak-pihak dominan dengan cara individu merespons dan mengapropriasi struktur tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut, de Certeau (1984) membedakan praktik keseharian melalui dua konsep utama, yaitu *strategy* dan *tactic*. *Strategy* merujuk pada mekanisme yang dimiliki oleh pihak-pihak yang mempunyai posisi dominan, seperti institusi, perusahaan, maupun penyedia teknologi, untuk mengatur ruang, aktivitas, dan perilaku masyarakat. Sebaliknya, *tactic* merupakan cara-cara yang dilakukan individu dalam memanfaatkan ruang, aturan, maupun sumber daya yang telah tersedia guna memenuhi kebutuhan dan kepentingannya sendiri. Tactic bersifat fleksibel, situasional, serta memanfaatkan peluang yang muncul dalam struktur yang telah dibentuk oleh pihak dominan. Oleh karena itu, *tactic* dipahami sebagai bentuk resistensi dalam kehidupan sehari-hari (*everyday resistance*), yaitu ketika individu tidak sekadar mengikuti sistem yang tersedia, tetapi mengapropriasi, menyesuaikan, dan memberikan makna baru terhadap berbagai sumber daya yang digunakan sesuai dengan kepentingan serta konteks kehidupannya. Dengan demikian, praktik keseharian menunjukkan bahwa individu tetap memiliki ruang untuk bertindak secara kreatif meskipun berada dalam struktur yang telah ditentukan oleh pihak-pihak yang memiliki kekuasaan.

Pemikiran de Certeau mengenai praktik kemudian banyak digunakan dalam kajian media untuk memahami bagaimana individu menjalankan aktivitas bermedia sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Salah satunya dikembangkan oleh Wahyudi dan Nugroho (2022) dalam penelitian mengenai praktik konsumsi media baru di ruang privat mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa media tidak lagi dipahami hanya sebagai sarana komunikasi atau hiburan, melainkan telah menjadi bagian dari praktik keseharian mahasiswa. Praktik konsumsi media memungkinkan mahasiswa mengelola ruang privat, menyusun aktivitas sehari-hari, serta membangun pengalaman sosial sesuai dengan kebutuhan dan konteks kehidupannya. Dalam perspektif ini, mahasiswa diposisikan sebagai pengguna media yang aktif, yang secara sadar mengapropriasi media untuk mendukung berbagai aktivitas keseharian, seperti belajar, mencari hiburan, berinteraksi, maupun mengisi waktu luang. Temuan tersebut memperkuat gagasan De Certeau bahwa penggunaan media tidak semata-mata mengikuti fungsi yang dirancang oleh penyedia teknologi, melainkan dipraktikkan kembali oleh pengguna sesuai dengan kebutuhan dan pengalaman mereka.

Dalam konteks penelitian ini, konsep praktik digunakan untuk memahami bagaimana mahasiswa kos menjalankan praktik bermedia di sekitar waktu makan sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Perspektif de Certeau digunakan untuk melihat bagaimana mahasiswa mengapropriasi media digital dalam aktivitas makan sesuai dengan kebutuhan, pengalaman, dan konteks kehidupannya. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memerhatikan aktivitas membuka media sebelum, saat, maupun setelah makan sebagai rangkaian tindakan sehari-hari, tetapi juga menganalisis bagaimana praktik tersebut dijalankan serta bagaimana media dimanfaatkan oleh mahasiswa dalam membentuk pengalaman makan mereka. Selanjutnya, konsep praktik menjadi landasan untuk menganalisis praktik bermedia di sekitar waktu makan melalui perspektif *Ritual Media Theory* dan *Digital Commensality*, sehingga dapat dipahami bagaimana praktik tersebut dijalankan, dimaknai, dan sejauh mana memperlihatkan karakteristik ritual media digital.

2. Ritual Media Theory

Konsep ritual media muncul dari pandangan bahwa media tidak hanya berfungsi sebagai saluran penyampaian pesan (*transmission model*), tetapi juga sebagai praktik simbolik yang berulang dan bermakna dalam kehidupan sehari-hari (*ritual model*). Pendekatan ini menekankan pada fungsi sosial dan kultural dari penggunaan media yang bersifat rutin dan bermakna. Menurut James W. Carey (1989) dalam bukunya yang

berjudul ***Communication as Culture: Essays on Media and Society*****,** terdapat dua model komunikasi: ***Model Transmisi*** melihat komunikasi sebagai proses pengiriman pesan dari pengirim dan penerima, dimana keberhasilan komunikasi diukur dari seberapa jelas dan tepat pesan tersebut diterima. Sementara itu, ***Model Ritual*** memandang komunikasi bukan hanya sebagai penyampaian informasi, tetapi sebagai kegiatan bersama yang bertujuan membangun kebersamaan, memperkuat hubungan sosial, dan mempertahankan budaya.

Pandangan Carey menjadi dasar bagi perkembangan studi *ritual media* oleh para peneliti *media kontemporer*. Salah satunya, Nick Couldry (2003) dalam bukunya ***Media Rituals: A Critical Approach***, yang memperluas konsep ini dengan menyatakan bahwa media menjadi situs ritual modern, dimana masyarakat membentuk makna dan identitas melalui praktik-praktik rutin dalam berinteraksi dengan media. Couldry menekankan bahwa aktivitas menggunakan media, termasuk menonton televisi, mendengar radio, maupun kegiatan kegiatan kontemporer lainnya seperti, membuka *social media*, atau bahkan bermedia diseputar waktu makan, dapat dipahami sebagai *ritual modern* yang membentuk tatanan sosial. Sonia Livingstone (2009) turut memberikan argumen yang selaras dengan pembahasan Couldry dalam karyanya yang berjudul ***Half a Century of Television in the Lives of Our Children***, yang menjelaskan bahwa media, khususnya televisi telah menjadi bagian dari kehidupan rumah tangga yang membentuk struktur pada rutinitas domestik masyarakat *modern*. Livingstone menyoroti bahwa kehadiran media tidak bisa dipisahkan dari aktivitas sehari-hari individu. Media sudah menjadi bagian dari praktik hidup, terutama dalam cara manusia mengatur waktu, ruang, dan aktivitas sosial dalam ruang privat. Livingstone menegaskan bahwa penggunaan media yang berlangsung secara berulang, rutin, dan simbolik, hingga pada titik tertentu tidak lagi dianggap sebagai "pilihan sadar", melainkan sebagai bagian dari ritual pribadi yang terbentuk melalui praktik. Menurutnya, media dapat merekayasa pengalaman sosial dan emosional manusia secara halus dan *signifikan*.

Hal ini diulas lebih dalam lagi, pada artikel international yang berjudul ***Mediatized Rituals: Understanding The Media in the Age of Deep Mediatization*** oleh Xi Chui (2019). Pada kajian mengenai *mediatized rituals*, Xi Chui menjelaskan bahwa media tidak lagi hanya berfungsi sebagai saluran komunikasi, tetapi telah menjadi bagian *integral* dari praktik sosial sehari-hari melalui proses yang disebut *deep mediatization*. Konsep ini menunjukkan bahwa media telah terintregrasi secara mendalam ke dalam struktur sosial, sehingga membentuk pola-pola perilaku dan praktik yang bersifat

ritualistik. *Mediatized Ritual*s merujuk pada aktivitas bermedia yang dilakukan secara berulang dan konsisten, yang bukan hanya melibatkan tindakan teknis seperti menonton atau mendengar, tetapi juga membentuk makna sosial, rasa identitas dan keteraturan dalam keseharian individu. Xi Chui (2019) menekankan bahwa aktifitas seperti menonton tayangan tertentu, mengakses *platform digital* pada waktu atau suasana tertentu, atau menggunakan media sebagai penanda transisi antara satu aktivitas ke aktivitas lain dapat dipahami sebagai bentuk ritual yang dimediasi oleh media. Aktivitas ini menciptakan pengalaman yang stabil dan terulang. Oleh karena itu, dalam konteks mahasiswa kos yang terbiasa ditemani menonton tayangan pada media digital sebelum, saat, atau bahkan sesudah makan, praktik ini dapat dipahami sebagai bentuk *mediatized ritual* yang memberi rasa nyaman, struktur waktu dan bahkan menjadi mekanisme pengatur suasana hati (*mood regulation*) dalam keseharian mereka.

Penelitian selanjutnya adalah adalah artikel jurnal internasional dari Sihvonen (2015) dengan judul ***Media Consumption and the Identity Projects of the Young*** yang membahas tentang bagaimana konsumsi media menjadi bagian *integral* dari proses pembentukan identitas di kalangan anak muda. Dalam studi ini, ia menganalisis esai mahasiswa yang mengungkapkan peran media, terutama musik, televisi dan internet dalam membentuk selera, gaya hidup, dan nilai-nilai pribadi. Penelitian ini menekankan bahwa konsumsi media bukanlah aktivitas *pasif,* melainkan sarana aktif untuk menciptakan narasi diri. Sihvonen (2015) menggaris bawahi bahwa media menyediakan sumber simbolik yang digunakan oleh kaum muda untuk memahami dunia dan membangun identitas mereka, baik secara individual maupun *kolektif*. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam pemahaman tentang hubungan erat antara konsumsi media, ruang privat (kamar kos/kamar tidur), dan pembentukan identitas remaja. Hal ini menunjukkan bahwa ruang personal bukan hanya fisik, tetapi juga simbolik dimana remaja dapat mengekspresikan diri dan melakukan eksplorasi identitas melalui interaksi dengan media.

3. Digital Commensality Theory

Digital Commensality merupakan konsep yang menjelaskan bagaimana praktik makan yang sebelumnya dilakukan bersama secara fisik, bertransformasi menjadi pengalaman bersama melalui perantara media digital. Istilah ini pertama kali dibahas secara *eksplisit* oleh Spence,et.al (2019) dalam artikel mereka *Digital Commensality*: *Eating and Drinking in the Company of Technology*. Mereka menekankan bahwa teknologi *digital* telah menghadirkan peluang dan tantangan baru dalam praktik makan

bersama. Di satu sisi, *media digital* dapat mengalihkan perhatian dan mengganggu aspek sosial dari makan itu sendiri (misalnya, seperti makan disertai dengan *scrolling* media sosial atau menonton video). Namun, disisi lain, teknologi juga membuka peluang bagi orang untuk merasa "ditemani" saat makan meskipun secara fisik sendirian, baik dengan menonton *konten mukbang*, melakukan *video call* makan bersama, atau menyimak konten hiburan yang sesuai secara emosional. Spence (2019) menyebutkan bahwa bentuk-bentuk seperti menonton *video* sambil makan atau *video call* bersama teman dapat menciptakan pengalaman *shared dining,* bahkan jika tidak ada orang lain secara fisik di hadapan kita. Dalam konteks mahasiswa kos, praktik ini sangat relevan, karena banyak dari mereka menjalani hidup sendiri dan mencari kenyamanan emosional melalui media saat makan.

Sebuah penelitian lebih lanjut yang dilakukan oleh Wang, et.al (2021) memperkenalkan istilah *cloud based commensality*, yaitu aktivitas makan bersama secara *daring* (seperti *video call* atau *live streaming*) yang menunjukkan manfaat dalam mengurangi rasa kesepian. Studi ini membandingkan tiga cara makan: bersama fisik, menonton *mukbang,* dan *video call* bersama. Hasilnya menunjukkan bahwa *video call* bersama memberikan pengalaman sosial yang paling kuat, namun *mukbang* juga dianggap menghadirkan perasaan "berteman" secara simbolik saat makan sendiri.

Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Martin, et.al (2022) mengungkapkan ulasan nya dalam artikel jurnal yang berjudul *Digital Forms of Commensality in the 21st Century: A Scoping Review*, bahwa mereka telah mengidentifikasi lebih dari 100 studi yang mengkaji bentuk-bentuk *komensalitas digital* seperti *mukbang, ASMR, virtual dinner parties*, hingga makan dengan *social robots.* Studi ini memperlihatkan bahwa meskipun praktik ini relatif baru, mereka memiliki dimensi sosial, emosional, dan bahkan *ritualistik* yang signifikan dalam kehidupan *modern*. *Digital commensality* tidak hanya berkaitan dengan kehadiran orang lain secara *virtual*, tetapi juga menyangkut keterlibatan emosional, perasaan aman, dan penciptaan suasana saat makan.

Sebuah peneltian yang dilakukan oleh Altaribba, et.al (2022) menekankan bahwa *komensalitas digital* juga memiliki potensi *"playful"* dan interaktif, seperti menonton bersama sembari *chatting* atau tertawa bersama secara *daring*. Bahkan studi noleh Frontiers on Social Robots (2022) menunjukkan bahwa kehadiran teknologi seperti robot sosial saat makan pun bisa mensimulasi kehadiran sosial, memberikan dukungan emosional, dan menciptakan rasa kebersamaan.

Dalam konteks penelitian ini, konsep *digital commensality* menjadi sangat relevan untuk menjelaskan fenomena mahasiswa kos yang terbiasa bermedia diseputar waktu makan. Praktik ini tidak hanya sekedar hiburan pasif, melainkan bagian dari strategi membangun suasana makan yang menyenangkan, mengisi kekosongan sosial, dan menciptakan pengalaman emosional yang positif. Selain itu, praktik ini juga menandakan adanya pergeseran bentuk kebersamaan dari fisik ke *digital*, dimana media menjadi "teman makan" yang simbolik.

Oleh karena itu, *digital commensality* menjadi lensa teoritis yang penting untuk memahami bagaimana aktivitas bermedia saat makan dapat membentuk praktik baru yang bersifat sosial, emosional, dan simbolik, meskipun dilakukan di ruang privat seperti kamar kos. Dalam kerangka ini, praktik seperti menonton *video* tertentu saat makan bisa dipahami sebagai bentuk interaksi sosial yang dimediasi teknologi, dan sebagai bentuk ritual *digital* yang memperkuat struktur harian mahasiswa.

G. Metode Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode etnografi untuk memahami secara mendalam praktik bermedia mahasiswa kos diseputar waktu makan. Etnografi memungkinkan peneliti untuk masuk ke dalam kehidupan sehari-hari subjek, mengamati rutinitas mereka, serta menangkap makna sosial dan simbolik dari praktik bermedia dalam ruang *privat* seperti kamar kos. Melalui keterlibatan langsung di lapangan, peneliti dapat mencermati bagaimana aktivitas makan dan penggunaan media saling terkait dan membentuk pola yang berulang dalam rutinitas mahasiswa. Metode etnografi dipilih karena memungkinkan peneliti tidak hanya memperoleh narasi verbal melalui wawancara, tetapi juga menangkap praktik simbolik dan ekspresi tubuh yang muncul dalam rutinitas kesehariannya, khususnya dalam ruang kos yang bersifat *privat.*

Dengan menggunakan observasi partisipatif, peneliti tidak hanya mengamati dari kejauhan, tetapi ikut hadir dalam situasi keseharian informan untuk mencatat ekspresi, praktik spontan, serta konteks sosial dan emosional yang menyertai aktivitas tersebut. Pendekatan ini juga dilengkapi dengan wawancara mendalam untuk menggali narasi personal, motivasi, serta makna subjektif yang tidak selalu tampak dalam observasi. Dengan demikian, penelitian ini berupaya menghadirkan pemahaman yang utuh dan kontekstual mengenai bagaimana praktik bermedia saat makan dimaknai dan dijalani mahasiswa dalam keseharian mereka diruang kos.

2. Waktu dan Tempat penelitian

Penelitian ini berlangsung selama satu semester. Lokasi penelitian berpusat di Yogyakarta, sebagai kota pendidikan yang menjadi tempat tinggal banyak mahasiswa kos dari berbagai daerah. Peneliti tidak membatasi pada satu universitas tertentu, melainkan juga membuka informan dari berbagai kampus seperti UII, UMY, UNY, UIN Sunan Kalijaga dan universitas lainnya.

3. Informan Penelitian

Informan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang tinggal dirumah kos dan memiliki praktik menggunakan media digital diseputar waktu makan, tepatnya sebelum, saat atau setelah makan. Karena karakteristik ini bersifat tersembunyi dan personal, peneliti akan menggunakan teknik *snowball sampling* (bola salju).

Teknik ini dilakukan dengan mencari satu atau dua informan awal yang memenuhi kriteria, lalu meminta mereka merekomendasikan individu lain yang memiliki praktik. Cara ini efektif untuk menjangkau jaringan informan yang relevan, namun sulit diidentifikasi secara langsung. Kriteria narasumber meliputi:

a. Mahasiswa aktif yang sedang berkuliah di Yogyakarta
b. Tinggal di kos (tidak tinggal dengan keluarga)
c. Terbiasa menggunakan media digital diseputar waktu makan (sebelum, sesaat atau sesudah makan)
d. Bersedia menjadi subjek penelitian dan berbagi pengalaman secara terbuka melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif

Peneliti menargetkan 10 narasumber sebagai jumlah yang cukup untuk menghasilkan variasi pengalaman sekaligus kedalaman makna dalam pendekatan kualitatif. Identitas narasumber disamarkan untuk menjaga privasi, namun informasi latar belakang (seperti nama, usia, jurusan, asal daerah dan praktik bermedia) tetap dicatat sebagai kebutuhan analisis.

4. Jenis Data dan Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer diperoleh dengan dua cara:

1) Observasi partisipatif *(participant observation)*

Peneliti melakukan observasi partisipatif, setelah memperoleh izin untuk menyertai informan di berbagai situasi makan, baik itu di kamar kos maupun ditempat lain seperti warung, kantin, atau ruang bersama, pada waktu makan pagi, siang, maupun malam. Observasi ini bertujuan untuk melihat secara langsung konteks, suasana, dan praktik

penggunaan media dalam situasi nyata. Peneliti mencermati aspek-aspek seperti posisi perangkat media, durasi penggunaan saat makan, serta ekspresi dan gestur *non-verbal* narasumber. Seluruh temuan dari observasi dicatat dalam bentuk catatan lapangan *(field notes)* dan digunakan untuk memperkaya serta mengonfirmasi hasil wawancara.

2) Wawancara mendalam *(in-depth interview)*

Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur dengan pertanyaan terbuka agar narasumber dapat menjelaskan praktik, motivasi, makna, dan dampak dari aktivitas bermedia disekitar waktu makan. Teknik ini memungkinkan fleksibilitas dalam penggalian informasi dan memberi ruang bagi narasumber untuk mengungkapkan pengalaman secara reflektif dan naratif.

2. Data Sekunder:

Data sekunder diperoleh melalui penulusuran literatur yang relevan, seperti jurnal ilmiah, buku dan artikel yang membahas tentang konsep praktik dalam kehidupan sehari – hari, ritual media digital, digital commensality, media multitasking, ruang privat-publik, serta identitas anak muda dalam budaya media digital. Literarur ini digunakan untuk menyusun kerangka teori dan memperkuat interpretasi hasil penelitian

5. Metode Analisis Data

Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan analisis tematik (*thematic analysis),* yang berfungsi untuk mengidentifikasi, mengelompokkan dan menginterpretasikan pola-pola makna yang muncul dari data kualitatif. Sesuai pendekatan etnografi, data yang dianalisis berasal dari dua sumber utama, yaitu transkip wawancara mendalam dan catatan observasi partisipatif. Kedua bentuk data ini digunakan sejajar dalam proses analisis karena sama-sama merepresentasikan praktik keseharian dan pengalaman subjektif informan. Langkah-langkah analisis dilakukan sebagai berikut:

1) Mentranskripkan hasil wawancara secara *verbatim* dan menyusun catatan observasi ke dalam format jurnal lapangan yang sistematis.
2) Membaca dan memahami keseluruhan data untuk menangkap konteks situasi, suasana, serta dinamika sosial yang muncul baik dalam wawancara maupun observasi.
3) Melakukan koding awal terhadap kutipan wawancara serta bagian catatan observasi yang relevan, seperti gestur, rutinitas, interaksi atau penggunaan media.
4) Mengelompokkan kode menjadi tema-tema utama berdasarkan kesamaaan

makna dan pola berulang, seperti media sebagai teman makan, media sebagai pengatur suasana hati, hingga bentuk ritual digital di kamar kos.

5) Menginterpretasikan setiap tema dengan mengaitkannya pada teori, rumusan masalah, serta konteks sosial-budaya yang terlihat selama proses lapangan.

6. Tahap-Tahap Penelitian

Untuk menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian, peneliti merancang tahapan penelitian sebagai berikut:

1. Merumuskan Masalah

Tahap awal dilakukan dengan merumuskan pertanyaan penelitian berdasarkan fenomena yang diamati, serta merujuk pada isu-isu relevan dalam studi media dan kehidupan mahasiswa kos. Rumusan masalah ini menjadi pijakan dalam penyusunan desain dan pelaksanaan penelitian.

2. Studi Pendahuluan Dan Kajian Pustaka

Peneliti melakukan ekspolarasi awal terhadap teori, konsep dan hasil studi terdahulu yang relevan sebagai landasan penyusunan kerangka teori dan arah penelitian.

3. Menyusun Panduan Lapangan Penelitian (Panduan Wawancara Dan Observasi)

Sebagai persiapan memasuki lapangan, peneliti menyusun pedoman observasi dan panduan wawancara mendalam. Panduan ini bersifat semi- terstruktur untuk memberikan ruang fleksibilitas selama proses pengumpulan data.

4. Identifikasi Dan Seleksi Narasumber Awal

Penentuan informan dilakukan berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian, seperti mahasiswa yang tinggal di kos dan terbiasa menggunakan media saat makan. Setelah itu, teknik *snowball sampling* digunakan untuk memperluas jaringan informan.

5. Pengumpulan Data Lapangan

Peneliti melakukan observasi partisipatif dan wawancara mendalam secara simultan**.** Observasi dilakukan dengan melibatkan diri dalam rutinitas mahasiswa, khususnya disekitar waktu makan, untuk mencermati penggunaan media, suasana, serta praktik yang muncul. Data dari observasi dicatatat dalam jurnal lapangan yang terstruktur. Disisi lain, wawancara digunakan untuk menggali narasi, makna dan refleksi pribadi dari mahasiswa atas praktik tersebut.

6. Transkripsi dan pengorganisasian data

Hasil wawancara ditranskrip secara verbatim, sedangkan data observasi disusun

dalam bentuk deskriptif naratif. Seluruh data kemudian diorganisir untuk dianalisis secara tematik.

7. Analisis tematik dan interpretasi

Peneliti membaca ulang seluruh data, melakukan proses koding awal, lalu mengelompokkan kode ke dalam tema-tema utama yang menjawab rumusan masalah. Tema-tema tersebut dianalisis secara interpretatif dengan mempertimbangkan konteks observasi dan refleksi dan interaksi lapangan.

8. Pembahasan Teoritis

Temuan yang telah dianalisis diinterpretasikan dengan mengaitkannya pada teori-teori yang digunakan. Pembahasan ini bertujuan untuk menunjukkan posisi penelitian dalam diskursus akademik yang lebih luas.

9. Penyusunan laporan akhir

Temuan dirangkai dalam bentuk narasi deskriptif dan analisis tematik yang dikaitkan dengan teori dan tujuan penelitian. Peneliti juga merefleksikan proses lapangan, keteribatan personal, serta dinamika sosial yang muncul selama interaksi dengan informan. Tahap ini ditutup dengan penyusunan kesimpulan juga penemuan yang relevan dengan keseharian mahasiswa kos.

BAB II
GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN

A. Informan

Informan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang mahasiswa perempuan yang tinggal di kos di wilayah Yogyakarta. Pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang dianggap paling relevan dengan fokus penelitian. Adapun kriteria informan dalam penelitian ini, meliputi:

1. Mahasiswa aktif jenjang S1
2. Tinggal di kos minimal satu semester terakhir
3. Memiliki praktik menggunakan media digital sebelum atau saat makan
4. Berjenis kelamin perempuan, sesuai kebutuhan dan pertimbangan metodologis.

Informan dalam penelitian ini berjumlah sepuluh orang yang berasal dari beberapa perguruan tinggi di Yogyakarta. Para informan tersebut terdiri dari satu mahasiswi Universitas Gadjah Mada (UGM), satu mahasiswi AKK, satu mahasiswi STI PRAM, dua mahasiswi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY), satu mahasiswi UIN Sunan Kalijaga, dan empat mahasiswi Universitas Islam Indonesia (UII).

Pemilihan seluruh informan perempuan didasarkan pada pertimbangan metodologi penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan observasi partisipan dan wawancara mendalam *(in-depth interview)* yang menuntut interaksi langsung, intens, serta kedekatan antara peneliti dan informan. Karena peneliti juga merupakan perempuan, kesesuaian gender dipandang penting dalam penelitian ini, diharapkan dapat menciptakan rasa aman dan keterbukaan informan dalam menyampaikan pengalaman personal terkait praktik sehari-hari.

Tabel 2.1 Informasi Penelitian 1

Nama Informan	**Kode Informan**	**Jenis Kelamin**	**Usia**	**Asal Kampus**	**Keterangan waktu & tempat**
Mutiara	I.1	Perempuan	21 tahun	UII	Yogyakarta, Minggu, 7 Desember 2025, Kos Putri Azzahra

Annisa	I.2	Perempuan	21 tahun	UII	Yogyakarta, Minggu, 7 Desember 2025, Kos Putri Azzahra
Reshita	I.3	Perempuan	20 tahun	UII	Yogyakarta, Selasa, 9 Desember 2025, Kos Oechil
Sabrina	I.4	Perempuan	22 tahun	UII	Yogyakarta, Selasa, 29 Desember 2025, Kost Putri Rahma
Fauziyah	I.5	Perempuan	23 tahun	UIN	Yogyakarta, Rabu, 30 Desember 2025, Kost Alodia
Ni'ma	I.6	Perempuan	23 tahun	UGM	Yogyakarta, Sabtu, 20 Desember 2025, Kost Ibu Nung 1
Saniyya	I.7	Perempuan	22 tahun	UMY	Yogyakarta, Selasa, 23 Desember 2025, Kos Nurmadina
Lala	I.8	Perempuan	21 tahun	UMY	Yogyakarta, Rabu, 25 Desember

					2025, Kost Bunda May
Pelangi	I.9	Perempuan	22 tahun	STI PRAM	Yogyakarta, Kamis, 26 Desember 2026, Kos Maison 48
Salma	I.10	Perempuan	21 tahun	AKK Jogja	Yogyakarta, Kamis, 2 Januari 2026, Kost Bunda May

B. Deskripsi Informan Penelitian

1. Informan I.1

Mutiara Mirza, akrab dipanggil Mutiara. Mahasiswi rantau berusia 21 tahun dari Universitas Islam Indonesia (UII), Mutiara merupakan mahasiswi angkatan 2022 yang sekarang tinggal sendirian di kos-kosan. Karena tinggal sendirian, Mutiara memiliki praktik bermedia diseputar waktu makannya, Mutiara sering menggunakan *platform-platform streaming* seperti *Youtube* dan *Netflix* untuk mengakses *podcast* dan juga *film* guna menemani waktu makannya. Lokasi makannya pun cukup bervariasi, terkadang di meja depan kamar kosnya, terkadang didalam kamar kosnya, tergantung kehadiran orang lain di lokasi tersebut. Praktik tersebut telah menjadi bagian dari rutinitas hariannya sebagai anak kos-kosan khususnya pada waktu jam makan.

2. Informan I.2

Annisa Adelya, yang biasa dipanggil caca. Merupakan mahasiswi rantau berusia 21 tahun dari Universitas Islam Indonesia (UII) angkatan 2022 yang tinggal sendiri di kos-kosan. Caca memiliki praktik bermedia diseputar waktu makan, khususnya menonton dengan menggunakan *platform-platform streaming* seperti *Netflix, Youtube*, dan *Disney+*, terutama pada jam-jam makan utama. Praktik tersebut telah menjadi bagian dari rutinitas hariannya dan sulit dilepaskan.

3. Informan I.3

Reshita, merupakan mahasiswi hubungan international berusia 20 tahun yang

berasal dari Universitas Islam Indonesia (UII) angkatan 2023. Saat ini reshita tinggal sendiri di kos-kosan. Pada jam jam makannya, Reshita memiliki praktik bermedia diseputar waktu makannya, Ia aktif menggunakan *platform Youtube* sebagai teman makannya, Ia senang mengakses *podcast-podcast*, entah *podcast* hiburan maupun *podcast* edukasi. Praktik tersebut telah menjadi bagian dari rutinitas hariannya.

4. Informan I.4

Sabrina Khansa, merupakan mahasiswi ilmu komunikasi berusia 22 tahun yang berasal dari Universitas Islam Indonesia (UII) angkatan 2022. Saat ini sabrina tinggal sendiri di sebuah kos-kossan. Sabrina memiliki praktik bermedia diseputar waktu makannya. Ia mengaku bahwa bermedia di waktu makan menjadi pemicu *mood* makannya, ia akan merasa lebih "nafsu makan" ketika ada media yang menemaninya. Sabrina biasa mengakses media menggunakan *platform Youtube*, *konten* yang diakses berupa *drama-drama* hiburan ringan yang diciptakan oleh *creator-creator* tertentu. Praktik ini sudah menjadi bagian dari rutinitas hariannya.

5. Informan I.5

Fauziyah Amanah, merupakan mahasiswi jurusan sastra Arab berusia 23 tahun yang berasal dari Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Fauziyah merupakan mahasiswi rantau yang memilih untuk tinggal sendiri di kos-kosan selama masa perkuliahannya. Dalam kesehariannya, Fauziyah memiliki praktik menggunakan media diseputar waktu makannya, Fauziyah kerap mengakses *platform Youtube* sebagai teman makannya sekaligus media penghiburnya. Ia sering mengakses *podcast-podcast game* yang seru sebagai pemicu *moodnya*. Praktik ini sudah menjadi bagian dari rutinitas hariannya.

6. Informan I.6

Ni'matun Muthmainnah, kerap dipanggil Ni'ma, merupakan mahasiswi akhir jurusan kedokteran gigi yang berasal dari Universitas Gadjah Mada. Ni'ma yang berusia 23 tahun ini merupakan mahasiswi rantau yang tinggal sendiri di kos-kosan. Di semester 5, karena kesibukan disertai rasa penat yang dihadapi, Ni'ma memutuskan untuk mengisi waktu kosong makannya, dengan ditemani media. Hal ini menimbulkan praktik baru bagi Ni'ma, ia mulai mengakses *platform Youtube* ditemani dengan *konten-konten* hiburan ringan sebagai teman makannya, dan hal itu menjadi praktik yang kini menjadi bagian dari rutinitas hariannya.

7. Informan I.7

Saniyya Alya, merupakan mahasiswi jurusan Hubungan *International* angkatan 2023 di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Saniyya merupakan mahasiswi rantau

dari kalimantan yang memutuskan tinggal sendiri di kos-kosan. Semenjak tinggal sendirian, Saniyya memiliki praktik bermedia diseputar waktu makannya. Makan yang biasanya dulu dilakukan bersama keluarga, kini beralih bersama media. Dalam kesehariannya, Saniyya ditemani media *Ipad* dan *platform Netflix* sebagai *platform* utamanya. Hiburan *film* maupun *drama* terbaru dari *Netflix* menjadi teman serta hiburan saat waktu makan nya berlangsung. Praktik itu menjadi bagian dari rutinitas pada aktivitas makannya.

8. Informan 1.8

La Alina, biasa dipanggil Lala merupakan mahasiswi ilmu komunikasi angkatan 2023 dari Universitas Muhammadiyyah Yogyakarta (UMY). Lala juga merupakan mahasiswi rantau yang memutuskan untuk tinggal di kos-kosan selama masa perkuliahannya. Dalam kesehariannya, Lala menggunakan media untuk menemani waktu makannya. Lala senang mengakses *platform Youtube* dengan menonton *konten konten podcast* yang *fun* dan edukatif untuk menemani proses makannya. *Konten-konten* ini menjelma menjadi teman untuk mendapatkan ilmu dan informasi secara *fun* dan menarik. Praktik ini kerap menjadi bagian dari rutinitas pada aktivitas makannya.

9. Informan 1.9

Pelangi Izzati, merupakan mahasiswi jurusan Pariwisata angkatan 2023 di STI Pram Yogyakarta. Pelangi merupakan mahasiswi rantau dari Lombok yang tinggal sendirian di kos-kosan selama menempuh masa perkuliahannya. Dalam kesehariannya, Pelangi senang mengisi aktivitas makannya dengan "*noise background"* agar suasana makannya lebih hidup. Hal itu dia dapatkan dengan bermedia sembari makan. Pelangi menggunakan *platform Youtube* untuk mengakses *video konten* yang ia inginkan, biasanya ia memilih *konten podcast* untuk menemani aktivitas makannya. Praktik ini kerap menjadi bagian dari rutinitas pada aktivitasnya sekaligus menimbulkan praktik baru yang lainnya.

10. Informan 1.10

Fauziyah Salma, mahasiswi jurusan Tata Rias angkatan 2023 yang menempuh pendidikan nya di Akademi Kesejahteraan Sosial (AKK) Yogyakarta. Salma merupakan mahasiswi yang tinggal sendiri di kos-kossan. Dalam kesehariannya, Salma senang sekali mengisi aktivitas makannya dengan bermedia, Salma sering mengakses *Youtube* sebagai *platform* utamanya. *Konten* yang diakses berupa *video konten game* yang di buat oleh Windah Basudara. *Konten-konten* itu kerap menjadi teman makan dan hiburannya ketika aktivitas makannya berlangsung. Praktik ini mulai menjadi bagian dari runitas

hariannya.

Berdasarkan pemaparan gambaran umum objek penelitian pada Bab II ini, dapat disimpulkan bahwa seluruh informan merupakan mahasiswa kos perempuan di wilayah Yogyakarta yang memiliki praktik bermedia diseputar waktu makan. Meskipun berasal dari latar belakang kampus, jurusan, dan pengalaman personal yang berbeda, seluruh informan menunjukkan kesamaan dalam praktik penggunaan media digital sebagai bagian dari aktivitas makan sehari-hari.

Deskripsi informan memperlihatkan bahwa praktik bermedia saat makan tidak hanya berkaitan dengan aspek teknis penggunakaan media, seperti *platform,* perangkat, dan jenis *konten* yang diakses, tetapi juga berkaitan erat dengan kondisi ruang tingal, situasi sosial, serta pengalaman hidup sebagai mahasiswa kos yang cenderung menjalani aktivitas secara mandiri. Dalam konteks tersebut, *media digital* kerap hadir sebagai teman makan, pengisi suasana, serta bagian dari rutinitas *personal* yang terus berulang.

Gambaran umum ini menjadi landasan penting untuk memahami konteks sosial dan keseharian informan sebelum memasuki tahap analisis yang lebih mendalam. Oleh karena itu, Bab III selanjutnya membahas temuan dan pembahasan penelitian yang berfokus pada pola praktik bermedia mahasiswa kos diseputar waktu makan, makna yang dilekatkan pada praktik tersebut, serta peran praktik bermedia dalam membentuk perilaku dan rutinitas baru dalam kehidupan sehari-hari Informan.

BAB III
TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa seluruh informan memiliki praktik menggunakan *media digital* diseputar waktu makan. Aktivitas makan hampir tidak pernah berlangsung dalam kondisi hening, terutama ketika informan makan sendiri di ruang kos. *Media digital* menjadi elemen yang secara konsisten hadir, baik sebelum, selama, maupun setelah makan. Mayoritas informan mengaku menyalakan media sebelum makan dimulai, dengan alasan agar suasana makan terasa lebih nyaman dan tidak sunyi. *Platform* yang paling sering digunakan meliputi *YouTube, Netflix*, dan layanan *streaming* lainnya, dengan *konten* berupa *podcast, film, drama,* hingga *video* hiburan ringan. Media tersebut tidak hanya berfungsi sebagai tontonan, tetapi juga sebagai latar suara *(background noise)* yang menemani aktivitas makan.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa praktik bermedia saat makan bersifat berulang dan dilakukan secara konsisten dalam keseharian informan. Bagi sebagian besar informan, kehadiran media telah menjadi bagian dari rutinitas makan yang sulit dipisahkan. Bahkan, beberapa informan mengungkapkan bahwa makan tanpa media menimbulkan hampa, canggung, atau kurang nyaman. Hal ini mengindikasikan bahwa praktik bermedia diseputar waktu makan telah berkembang dari sekedar aktivitas pendamping menjadi praktik yang memiliki makna tersendiri bagi informan.

A. Situasi dan Konteks Aktivitas Makan Mahasiswa Kos

Untuk memahami praktik bermedia yang dilakukan mahasiswa kos di sekitar waktu makan, penting untuk terlebih dahulu melihat situasi dan konteks di mana aktivitas tersebut berlangsung. Aktivitas makan tidak terjadi dalam ruang yang netral, melainkan dipengaruhi oleh berbagai kondisi yang menyertainya, seperti lokasi makan, waktu pelaksanaan, suasana lingkungan, serta kehadiran orang lain di sekitar individu. Oleh karena itu, konteks menjadi elemen penting yang membentuk bagaimana aktivitas makan dijalani dalam keseharian mahasiswa kos.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa aktivitas makan mahasiswa kos berlangsung dalam kondisi yang relatif *fleksibel* dan sangat dipengaruhi oleh pola hidup mandiri. Tidak adanya aturan yang mengikat seperti dalam lingkungan keluarga membuat mahasiswa kos memiliki kebebasan untuk menentukan kapan, di

mana, dan dalam suasana seperti apa mereka melakukan aktivitas makan. Kondisi ini menyebabkan aktivitas makan tidak hanya dipahami sebagai kegiatan biologis untuk memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga sebagai bagian dari rutinitas harian yang dipengaruhi oleh preferensi personal dan situasi lingkungan.

Lebih lanjut, situasi makan mahasiswa kos juga menunjukkan adanya keterkaitan antara ruang, waktu, suasana, serta dinamika sosial yang menyertai aktivitas tersebut. Keempat aspek ini saling berinteraksi dalam membentuk pengalaman makan yang dijalani informan, sekaligus menjadi konteks yang memungkinkan munculnya praktik bermedia selama makan. Dengan demikian, untuk memahami praktik makan bermedia secara utuh, perlu terlebih dahulu melihat bagaimana aktivitas makan itu sendiri berlangsung dalam konteks kehidupan sehari-hari mahasiswa kos**.**

1. Ruang Makan sebagai Ruang Privat Mahasiswa Kos

Dalam memahami praktik bermedia di sekitar waktu makan, ruang tidak dapat dipahami sebagai wadah yang *netral,* melainkan sebagai elemen yang memiliki peran dalam membentuk pengalaman individu. Dalam perspektif psikologi lingkungan, konsep teritorialitas yang dikemukakan oleh Irwin Altman menjelaskan bahwa individu cenderung mengklaim dan mempertahankan ruang tertentu sebagai *primary territory*, yaitu ruang yang memberikan kontrol penuh terhadap *privasi* dan akses sosial (Altman, 1975). Sementara itu, Edward T. Hall melalui *teori proksemik* menunjukkan bahwa jarak *interpersonal* dalam suatu ruang turut memengaruhi kenyamanan individu, terutama ketika berada dalam situasi sosial yang tidak sepenuhnya diinginkan (Hall, 1966). Kedua perspektif ini menjadi landasan untuk memahami bagaimana mahasiswa kos memaknai dan memilih ruang dalam aktivitas makan mereka.

Sejalan dengan hal tersebut, temuan penelitian menunjukkan bahwa aktivitas makan mahasiswa kos tidak berlangsung dalam ruang yang *netral*, melainkan sangat dipengaruhi oleh pilihan ruang yang digunakan dalam keseharian mereka. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara mendalam terhadap sepuluh informan, kamar kos muncul sebagai ruang yang paling dominan dipilih untuk melakukan aktivitas makan, terutama ketika makan dilakukan secara mandiri tanpa kehadiran orang lain. Dominasi penggunaan kamar ini menunjukkan adanya kecenderungan informan untuk memilih ruang yang memberikan kontrol lebih tinggi terhadap lingkungan dan interaksi sosial.

Pemilihan kamar kos sebagai ruang makan tidak semata-mata didasarkan pada ketersediaan tempat, melainkan berkaitan erat dengan kebutuhan akan privasi dan kontrol terhadap lingkungan sekitar. Dalam konteks kehidupan mahasiswa kos yang

cenderung mandiri, ruang kamar menjadi ruang yang sepenuhnya dapat dikendalikan oleh individu. Informan memiliki kebebasan untuk mengatur suasana sesuai preferensi pribadi, mulai dari pencahayaan, tingkat kebisingan, hingga posisi tubuh dan perangkat media yang digunakan selama makan. Hasil observasi menunjukkan bahwa kondisi ini menciptakan lingkungan yang relatif stabil, minim gangguan, serta mendukung keterlibatan yang lebih fokus terhadap aktivitas makan dan bermedia. Pengaturan ini mencerminkan upaya individu dalam mengelola privasi dan mempertahankan kenyamanan dalam aktivitas sehari-hari.

Kecenderungan memilih ruang privat ini terlihat jelas pada informan I.1 (Mutiara), yang mengaitkan pilihan ruang makan dengan keberadaan orang lain di ruang bersama kos. Mutiara menjelaskan bahwa ketika meja depan kos dalam kondisi ramai, ia cenderung menghindari ruang tersebut dan memilih berpindah ke kamar kos. Hal ini diungkapkan dalam pernyataannya sebagai berikut, *"Aku biasanya makan di meja depan kos, tapi kalau ada orang di meja depan aku lebih prefer makan di kamar kos."* (Mutiara, Wawancara, 7 Desember 2025). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keberadaan orang lain di ruang bersama dapat memengaruhi kenyamanan informan dalam melakukan aktivitas makan. Ruang bersama dipersepsikan sebagai ruang yang berpotensi menghadirkan interaksi sosial yang tidak diinginkan, sehingga dalam kondisi tertentu justru dihindari.

Pola yang serupa juga ditemukan pada informan I.3 (Reshita), yang secara konsisten menjadikan kamar kos sebagai lokasi utama untuk makan. Penggunaan ruang bersama hanya terjadi dalam kondisi tertentu dan tidak menjadi pilihan utama. Hal ini diungkapkan Reshita sebagai berikut, *"Almost of the time aku makannya didalam kamar kos, kadang kalau lagi mood masak baru deh aku makan di meja depan kos"* (Reshita, Wawancara, 9 Desember 2025). Temuan ini menunjukkan bahwa ruang makan dipilih secara *situasional*, namun tetap memperlihatkan dominasi kamar kos sebagai ruang utama. Ruang bersama hanya berfungsi sebagai *alternatif* yang bersifat *opsional*, sementara kamar kos tetap menjadi pilihan utama karena memberikan kenyamanan melalui kontrol lingkungan yang lebih stabil.

Kecenderungan yang sama juga terlihat pada informan I.5 (Fauziyah Amanah), yang secara konsisten melakukan aktivitas makan di dalam kamar kos. Fauziyah menyatakan bahwa makan di ruang privat memungkinkan dirinya untuk menjaga fokus serta menghindari *distraksi* sosial yang tidak diinginkan. Dalam observasi, peneliti mencatat bahwa Fauziyah secara aktif menata posisi duduk, makanan, serta perangkat media

sebelum makan dimulai, sehingga aktivitas makan dapat berlangsung dengan lebih nyaman dan terstruktur.

Lebih jauh, ruang *privat* tidak hanya memberikan kenyamanan secara fisik, tetapi juga berkaitan dengan aspek emosional. Informan cenderung merasa lebih rileks ketika makan di kamar kos dibandingkan di ruang bersama. Kondisi ini memungkinkan mereka untuk menjalani aktivitas makan tanpa tekanan sosial, serta memberikan kebebasan untuk mengekspresikan respons terhadap media. Selain itu, ruang privat juga memiliki keterkaitan yang kuat dengan praktik bermedia dalam aktivitas makan, karena memberikan keleluasaan bagi informan untuk mengatur penggunaan media sesuai preferensi masing-masing tanpa gangguan dari lingkungan sekitar.

Dengan demikian, temuan ini menunjukkan bahwa ruang makan bagi mahasiswa kos tidak hanya dipahami sebagai lokasi fisik, melainkan sebagai ruang personal yang memiliki peran penting dalam membentuk pengalaman makan. Kamar kos berfungsi sebagai *primary territory* yang memberikan kontrol penuh terhadap privasi, sekaligus menjadi ruang yang menjaga kenyamanan jarak *interpersonal.* Dalam konteks ini, pilihan ruang tidak hanya bersifat praktis, tetapi juga mencerminkan upaya individu dalam mengelola batas sosial dan menciptakan pengalaman makan yang lebih nyaman, terstruktur, dan minim gangguan.

2. Waktu, Durasi, dan Suasana Makan Mahasiswa Kos

Melanjutkan pembahasan mengenai konteks ruang, praktik makan mahasiswa kos juga perlu dipahami melalui dimensi waktu, durasi, serta suasana yang menyertai aktivitas tersebut. Dalam konteks kehidupan sehari-hari, waktu tidak hanya berfungsi sebagai penanda kronologis, tetapi juga membentuk ritme aktivitas individu. Kehadiran media dalam aktivitas makan menunjukkan bahwa waktu makan tidak lagi bersifat tetap dan terpisah, melainkan menjadi lebih *fleksibel* serta terintegrasi dengan aktivitas lain, sehingga membentuk pengalaman makan yang mengikuti alur keseharian mahasiswa kos. Ketiga aspek ini tidak hanya menunjukkan kapan aktivitas makan dilakukan, tetapi juga membentuk bagaimana pengalaman makan dijalani dalam keseharian mahasiswa kos.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa aktivitas makan mahasiswa kos umumnya berlangsung pada jam-jam makan utama, yaitu pagi, siang, dan malam hari. Namun demikian, waktu makan tidak sepenuhnya mengikuti pola *konvensional* tiga kali sehari secara terpisah, melainkan menunjukkan *fleksibilitas* yang menyesuaikan dengan ritme aktivitas harian informan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, sebagian besar

informan melakukan aktivitas makan utama pada siang hingga malam hari, sementara makan pagi cenderung tidak selalu dilakukan secara konsisten.

Berdasarkan pengamatan yang lebih rinci, ditemukan adanya variasi pola waktu makan antar informan. Informan I.1 (Mutiara) dan I.2 (Annisa) cenderung melakukan aktivitas makan utama pada malam hari. Sementara itu, mayoritas informan lainnya, yaitu I.3 (Reshita), I.4 (Sabrina), I.5 (Fauziyah Amanah), I.6 (Nima), I.7 (Saniyya), I.8 (Lala), I.9 (Pelangi), dan I.10 (Salma), menunjukkan kecenderungan untuk menggabungkan waktu makan pagi dan siang, sehingga aktivitas makan utama dilakukan pada rentang waktu sekitar pukul 10.00 hingga 13.00. Pola ini menunjukkan bahwa waktu makan mahasiswa kos tidak hanya ditentukan oleh kebutuhan biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh jadwal kuliah, pola tidur, serta praktik bangun siang yang cukup umum dalam kehidupan mahasiswa yang tinggal di kos.

Selain makan utama, beberapa informan juga melakukan aktivitas makan ringan atau ngemil di luar jam makan utama. Namun, dalam konteks penelitian ini, fokus lebih diarahkan pada aktivitas makan utama karena berlangsung dalam durasi yang lebih panjang dan memungkinkan pengamatan yang lebih utuh terhadap praktik makan yang dilakukan.

Dari segi durasi, aktivitas makan mahasiswa kos menunjukkan *variasi* yang cukup beragam. Dalam kondisi tertentu, aktivitas makan dapat berlangsung sekitar 20 hingga 30 menit. Namun, dalam banyak kasus, durasi tersebut dapat meluas hingga satu jam atau lebih, terutama ketika aktivitas makan dilakukan bersamaan dengan penggunaan *media digital.* Hal ini menunjukkan bahwa durasi makan tidak sepenuhnya ditentukan oleh kebutuhan makan itu sendiri, melainkan juga dipengaruhi oleh aktivitas lain yang berlangsung secara bersamaan.

Variasi durasi ini terlihat jelas pada informan I.4 (Sabrina), yang menunjukkan kecenderungan sebagai *fast eater*. Berdasarkan hasil observasi, aktivitas makan Sabrina berlangsung dalam rentang waktu pukul 12.58 hingga 13.19. Namun, durasi konsumsi makanan utama hanya berlangsung sekitar 10 menit, sementara sisa waktu digunakan untuk melanjutkan aktivitas bermedia, yaitu menonton *konten YouTube* sambil menghabiskan lauk yang tersisa. Temuan ini menunjukkan bahwa durasi makan tidak selalu merepresentasikan waktu yang digunakan untuk mengonsumsi makanan, tetapi juga mencakup aktivitas bermedia yang menyertai proses tersebut.

Selain itu, ritme makan juga dipengaruhi oleh tingkat keterlibatan informan terhadap media yang dikonsumsi. Hal ini terlihat pada informan I.1 (Mutiara), yang menunjukkan

perubahan kecepatan makan tergantung pada kualitas *konten* yang ditonton. Ketika konten yang diakses dianggap menarik, Mutiara cenderung menjadi *slow eater* karena perhatiannya lebih terfokus pada media. Sebaliknya, ketika *konten* dirasa kurang menarik, ia justru mempercepat aktivitas makannya. Temuan ini menunjukkan bahwa media tidak hanya berfungsi sebagai pendamping aktivitas makan, tetapi juga berperan dalam mengatur ritme dan kecepatan makan individu.

Selain aspek waktu dan durasi, suasana fisik ruang makan juga menjadi elemen penting dalam membentuk pengalaman makan mahasiswa kos. Berdasarkan hasil observasi, mayoritas aktivitas makan dilakukan di dalam kamar kos dengan kondisi pencahayaan yang relatif memadai, baik dari lampu kamar maupun cahaya alami pada siang hari. Ruang makan umumnya berada dalam kondisi bersih dan tertata sesuai preferensi masing-masing informan, meskipun tidak secara khusus dirancang sebagai ruang makan.

Dari segi suara, aktivitas makan cenderung berlangsung dalam suasana yang relatif tenang. Suara yang terdengar umumnya berasal dari perangkat di dalam kamar, seperti kipas angin atau pendingin ruangan, serta suara samar dari aktivitas di luar kamar. Selain itu, suara dari *media digital* yang digunakan juga menjadi bagian dari suasana makan. Gangguan dari lingkungan luar, seperti suara penghuni kos lain atau aktivitas di ruang bersama, relatif minim, terutama ketika aktivitas makan dilakukan di dalam kamar kos.

Namun demikian, suasana makan tidak selalu berlangsung secara stabil. Penelitian ini juga menemukan adanya gangguan teknis yang memengaruhi jalannya aktivitas makan, seperti koneksi internet yang tidak stabil, *buffering* pada media, maupun gangguan listrik. Dalam kondisi tersebut, aktivitas makan dapat terhenti sementara, disertai dengan perubahan ekspresi maupun penyesuaian perilaku informan terhadap situasi yang terjadi. Hal ini menunjukkan bahwa suasana makan mahasiswa kos bersifat dinamis dan dapat berubah mengikuti kondisi lingkungan maupun faktor teknis yang menyertainya.

Dengan demikian, temuan pada subbab ini memperlihatkan bahwa aktivitas makan mahasiswa kos berlangsung dalam kerangka waktu yang relatif *fleksibel*, dengan durasi yang bervariasi serta suasana yang cenderung privat dan terkendali. Waktu makan tidak hanya dipengaruhi oleh kebutuhan biologis, tetapi juga oleh ritme kehidupan sehari-hari, sementara durasi dan ritme makan turut dipengaruhi oleh keterlibatan terhadap media. Kondisi ini menunjukkan bahwa aktivitas makan tidak lagi berdiri sebagai kegiatan yang sepenuhnya fungsional, melainkan menjadi pengalaman yang dibentuk oleh interaksi

antara waktu, suasana, dan praktik bermedia dalam kehidupan mahasiswa kos.

3. Posisi Tubuh dan Media dalam Aktivitas Makan

Selain ruang, waktu, dan suasana, praktik makan mahasiswa kos juga dipengaruhi oleh bagaimana tubuh dan media diposisikan selama aktivitas berlangsung. Posisi tubuh dan penempatan perangkat media menjadi aspek penting karena keduanya menentukan bagaimana aktivitas makan dan bermedia dapat dilakukan secara bersamaan dengan nyaman.

Berdasarkan hasil observasi, informan tidak menempatkan media secara acak, melainkan menyesuaikan posisi perangkat dengan postur tubuh yang digunakan saat makan. Mayoritas informan memilih posisi duduk di lantai, di atas kasur, maupun di kursi, dengan perangkat media disandarkan pada benda di sekitarnya, seperti dinding, meja, atau bantal. Posisi layar umumnya diatur sejajar dengan arah pandang wajah, sehingga memungkinkan informan untuk tetap mengakses konten media tanpa harus terus-menerus mengubah posisi tubuh selama makan.

Pola ini terlihat jelas pada informan I.1 (Mutiara), yang memilih duduk di lantai dengan iPad yang disandarkan pada bantal di depannya. Posisi ini diatur sedemikian rupa sehingga layar berada sejajar dengan arah pandang mata. Pola yang serupa juga ditemukan pada informan I.7 (Saniyya), yang menggunakan perangkat yang sama dengan penataan posisi yang hampir identik. Kedua informan menunjukkan kecenderungan untuk menjaga posisi layar tetap sejajar dengan mata, sehingga aktivitas makan dan menonton dapat berlangsung secara bersamaan tanpa menimbulkan ketidaknyamanan secara fisik.

Namun demikian, tidak semua informan menggunakan konfigurasi yang sama. Pada informan I.5 (Fauziyah Amanah) dan I.8 (Lala), ditemukan pola yang berbeda, di mana posisi pandang cenderung mengarah ke bawah. Hal ini terlihat dari cara mereka menempatkan perangkat media informan I.5 menggunakan telepon genggam, sementara I.8 menggunakan laptop yang menyebabkan posisi kepala sedikit menunduk selama makan berlangsung. Perbedaan ini menunjukkan bahwa jenis perangkat yang digunakan turut memengaruhi posisi tubuh serta arah pandang selama aktivitas makan.

Temuan ini menunjukkan bahwa terdapat variasi dalam konfigurasi tubuh dan media yang digunakan oleh informan, namun tetap memiliki tujuan yang sama, yaitu menciptakan kenyamanan selama aktivitas makan dan bermedia. Posisi layar yang sejajar dengan mata cenderung mengurangi kebutuhan untuk menunduk, sementara posisi layar yang lebih rendah mengharuskan informan untuk menyesuaikan postur

tubuh selama makan.

Selain itu, observasi juga menunjukkan bahwa posisi tubuh dan media tidak bersifat statis, melainkan mengalami penyesuaian selama aktivitas berlangsung. Informan kerap membenarkan sudut layar, mengatur ulang jarak perangkat, atau mengubah posisi duduk agar tetap nyaman. Hal ini terlihat pada informan I.2 (Annisa), yang beberapa kali menyesuaikan posisi *laptop* selama makan agar layar tetap berada pada sudut pandang yang ideal. Penyesuaian ini menunjukkan adanya interaksi yang berkelanjutan antara tubuh dan media selama aktivitas makan berlangsung.

Lebih lanjut, penataan posisi tubuh dan media sering kali telah dipersiapkan sebelum aktivitas makan dimulai. Informan tampak mengatur posisi duduk, menentukan letak perangkat, serta memastikan stabilitas media sebelum mulai makan. Praktik ini menunjukkan bahwa pengaturan tubuh dan media bukan merupakan tindakan yang sepenuhnya spontan, melainkan bagian dari persiapan yang dilakukan secara sadar untuk mendukung kelancaran aktivitas makan.

Dengan demikian, temuan ini menunjukkan bahwa posisi tubuh dan media merupakan elemen yang tidak terpisahkan dalam praktik makan bermedia mahasiswa kos. Tubuh, makanan, dan media ditempatkan dalam satu konfigurasi yang terstruktur untuk menciptakan kenyamanan dan kelancaran aktivitas. Pengaturan ini memperlihatkan bahwa praktik makan bermedia tidak terjadi secara kebetulan, melainkan melalui pola yang disusun, diulang, dan disesuaikan dalam keseharian informan.



Gambar 1. Visualisasi Pola Konfigurasi Tubuh-Media Saat Makan Pada Mahasiswa Kos

4. Kehadiran Orang Lain dan Interaksi Sosial di Sekitar Waktu Makan

Melengkapi pembahasan mengenai ruang, waktu, suasana, serta posisi tubuh dan media, situasi sosial di sekitar aktivitas makan juga menjadi aspek penting dalam memahami praktik bermedia mahasiswa kos. Dalam perspektif komunikasi, aktivitas makan secara tradisional dipahami sebagai ruang yang menghadirkan interaksi sosial melalui percakapan, kebersamaan, dan pertukaran pengalaman antarpeserta makan. Namun, perkembangan media digital menghadirkan perubahan dalam cara kebersamaan tersebut dijalankan. Konsep *digital commensality* menjelaskan bahwa pengalaman makan bersama tidak selalu diwujudkan melalui interaksi tatap muka, tetapi dapat berlangsung melalui kehadiran media digital yang turut membentuk pengalaman sosial selama makan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa aktivitas makan mahasiswa kos berlangsung dalam situasi sosial yang beragam, baik dilakukan secara mandiri maupun bersama orang lain di ruang yang sama. Namun, keberadaan orang lain tidak selalu diikuti oleh interaksi sosial secara langsung. Dalam banyak situasi, masing-masing individu tetap memusatkan perhatian pada media yang digunakan sehingga aktivitas makan berlangsung berdampingan dengan praktik bermedia yang bersifat personal. Temuan ini menunjukkan bahwa kebersamaan secara fisik tidak selalu menghasilkan keterlibatan sosial yang aktif, melainkan menghadirkan bentuk kebersamaan yang dimediasi oleh media digital.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, sebagian besar informan lebih sering makan sendiri, khususnya ketika berada di kamar kos pada waktu makan siang dan malam. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa ruang makan dipahami sebagai ruang personal yang memberikan keleluasaan bagi informan untuk menjalankan praktik bermedia tanpa harus membangun interaksi sosial dengan orang lain. Dalam konteks ini, media menjadi bagian dari pengalaman makan sehari-hari yang berlangsung secara individual.

Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa aktivitas makan tidak selalu berlangsung secara individual. Pada beberapa kesempatan, informan makan bersama teman kos atau berada di ruang yang sama dengan orang lain. Akan tetapi, keberadaan fisik tersebut tidak secara otomatis menghasilkan percakapan atau keterlibatan sosial yang intens. Berdasarkan hasil observasi, beberapa informan tetap berfokus pada media yang digunakan masing-masing meskipun berada dalam satu ruang makan yang sama. Temuan ini memperlihatkan bahwa kebersamaan fisik dapat

berlangsung berdampingan dengan praktik bermedia yang bersifat individual. Dengan kata lain, media tidak menghilangkan keberadaan orang lain, tetapi mengubah cara individu mengalami kebersamaan dalam aktivitas makan.

Fenomena tersebut tampak pada observasi terhadap informan I.1 (Mutiara). Pada awal kegiatan makan, Mutiara dan teman kosnya berada dalam ruang yang sama, tetapi masing-masing berfokus pada media yang digunakan sehingga hampir tidak terjadi percakapan. Situasi ini menunjukkan bahwa keberadaan bersama tidak selalu identik dengan interaksi sosial yang aktif. Perhatian yang lebih besar terhadap media menjadikan aktivitas makan berlangsung secara paralel, meskipun dilakukan dalam ruang yang sama.

Namun demikian, praktik tersebut tidak bersifat tetap. Hasil observasi memperlihatkan adanya perubahan ketika teman kos Mutiara mulai tertarik pada konten yang sedang ditonton. Ketertarikan tersebut mendorong terjadinya pergeseran dari aktivitas bermedia yang semula bersifat individual menuju aktivitas menonton bersama. Mutiara kemudian menghentikan sementara tayangan yang sedang diputar dan mengajak temannya untuk ikut menonton. Perubahan ini menunjukkan bahwa media tidak selalu membatasi interaksi sosial, tetapi dalam situasi tertentu justru dapat menjadi pemicu munculnya keterlibatan sosial antarpengguna.

Selama aktivitas menonton bersama berlangsung, muncul berbagai komentar spontan, seperti *"gila seru banget"* dan *"sumpah geregetannn, meski kepo gaakan gue skip"* (Mutiara, Observasi, 7 Desember 2025). Komentar-komentar tersebut tidak hanya merupakan respons terhadap isi konten, tetapi juga menjadi titik awal terbentuknya percakapan, tawa, dan respons timbal balik di antara mereka. Dengan demikian, interaksi sosial yang muncul tidak lagi diawali oleh aktivitas makan itu sendiri, melainkan oleh konten media yang dikonsumsi bersama.

Variasi serupa juga ditemukan pada respons teman kos terhadap penggunaan media. Dalam beberapa situasi, teman kos tetap melanjutkan aktivitas masing-masing tanpa menunjukkan ketertarikan terhadap media yang digunakan informan. Namun, pada situasi lain muncul keterlibatan berupa ikut menonton, memberikan komentar, ataupun menyampaikan spoiler terhadap konten yang sedang diakses. Temuan ini menunjukkan bahwa media memiliki posisi yang ambivalen dalam praktik makan bermedia. Di satu sisi media dapat memperkuat pengalaman makan yang bersifat individual, tetapi di sisi lain media juga dapat menjadi titik temu yang memunculkan interaksi sosial ketika terdapat ketertarikan terhadap konten yang sama.

Dinamika tersebut juga tampak ketika terjadi gangguan teknis, seperti buffering atau koneksi internet yang tidak stabil. Dalam kondisi ini, percakapan tetap berlangsung melalui pembahasan mengenai alur cerita, karakter, maupun adegan yang baru saja ditonton hingga media dapat kembali diakses. Hal ini menunjukkan bahwa media bukan sekadar objek yang dikonsumsi selama makan, tetapi menjadi pusat perhatian yang membentuk arah interaksi sosial di antara para informan.

Perilaku setelah makan memperlihatkan pola yang serupa. Pada sebagian informan, aktivitas bermedia tetap berlanjut secara individual setelah makan selesai. Namun, pada situasi lain, berakhirnya aktivitas makan justru menjadi awal munculnya praktik menonton bersama dan percakapan mengenai konten yang sedang diakses. Dengan demikian, aktivitas makan tidak selalu menjadi akhir dari interaksi sosial, tetapi dapat menjadi ruang transisi menuju bentuk kebersamaan lain yang dimediasi oleh media digital.

Secara keseluruhan, temuan pada subbab ini menunjukkan bahwa kehadiran orang lain di sekitar aktivitas makan mahasiswa kos tidak secara otomatis menghasilkan interaksi sosial secara langsung. Praktik makan bermedia memperlihatkan bahwa pengalaman kebersamaan mengalami perubahan dari interaksi yang berpusat pada percakapan tatap muka menuju kebersamaan yang dimediasi oleh media digital. Dalam perspektif *digital commensality*, media tidak menggantikan fungsi sosial aktivitas makan, tetapi membentuk cara baru individu mengalami kebersamaan, yaitu melalui praktik bermedia yang berlangsung secara fleksibel, situasional, dan bergantung pada dinamika interaksi yang berkembang selama aktivitas makan.

B. Aktivitas Bermedia Saat Makan Mahasiswa Kos

Melanjutkan pembahasan mengenai situasi dan konteks aktivitas makan, bagian ini berfokus pada bagaimana *media digital* digunakan secara konkret dalam aktivitas makan mahasiswa kos. Jika pada subbab sebelumnya telah dijelaskan kondisi ruang, waktu, suasana, serta dinamika sosial yang menyertai aktivitas makan, maka pada bagian ini perhatian diarahkan pada praktik bermedia itu sendiri sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas tersebut.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa aktivitas makan mahasiswa kos hampir selalu disertai dengan penggunaan media digital. Kehadiran media tidak bersifat kebetulan atau sekadar sebagai selingan, melainkan telah menjadi bagian yang terintegrasi dalam aktivitas makan sehari-hari. Media digunakan melalui perangkat, *platform*, dan jenis *konten* tertentu yang cenderung konsisten dalam keseharian

informan.

Lebih lanjut, aktivitas bermedia saat makan tidak berlangsung secara acak, tetapi menunjukkan pola yang relatif terstruktur. Informan tidak hanya menggunakan media, tetapi juga melakukan serangkaian tindakan seperti memilih perangkat yang digunakan, menentukan *platform* dan *konten* yang akan diakses, serta mengatur posisi dan perhatian selama makan berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas bermedia saat makan melibatkan proses yang bersifat sadar dan berulang.

Dalam praktiknya, penggunaan media juga berkaitan dengan bagaimana informan membagi perhatian antara aktivitas makan dan aktivitas bermedia. Layar dan makanan menjadi dua fokus utama yang saling berinteraksi, di mana perhatian informan dapat berpindah atau bahkan terbagi secara bersamaan antara keduanya. Pola ini menunjukkan bahwa aktivitas makan tidak lagi berlangsung secara tunggal, melainkan berjalan beriringan dengan keterlibatan terhadap media digital.

Berdasarkan hal tersebut, subbab ini memaparkan temuan mengenai bentuk aktivitas bermedia yang dilakukan mahasiswa kos saat makan, yang mencakup jenis perangkat yang digunakan, *platform* dan *konten* yang diakses, intensitas perhatian terhadap media dan makanan, serta pola kehadiran media dalam rangkaian aktivitas makan. Paparan ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai bagaimana media digital dipraktikkan dalam aktivitas makan sehari-hari mahasiswa kos.

1. Perangkat Digital yang Digunakan Saat Makan

Sebagai bagian dari praktik bermedia yang menyertai aktivitas makan, penggunaan perangkat *digital* menjadi aspek awal yang dapat diamati secara konkret. Setelah sebelumnya dijelaskan bagaimana konteks ruang, waktu, suasana, serta posisi tubuh membentuk pengalaman makan mahasiswa kos, pada bagian ini perhatian diarahkan pada perangkat yang digunakan sebagai medium utama dalam mengakses media selama makan berlangsung.

Berdasarkan hasil observasi partisipan dan wawancara mendalam, peneliti menemukan bahwa mahasiswa kos menggunakan berbagai perangkat digital untuk menemani aktivitas makan, meliputi *handphone, laptop, iPad,* serta *televisi* yang tersedia di dalam kamar kos. Variasi perangkat ini menunjukkan bahwa praktik bermedia saat makan tidak bergantung pada satu jenis teknologi tertentu, melainkan menyesuaikan dengan preferensi personal, ketersediaan fasilitas, serta kondisi ruang masing-masing informan.

Untuk memberikan gambaran yang lebih sistematis mengenai distribusi penggunaan

perangkat, berikut disajikan perangkat utama yang digunakan oleh masing-masing informan saat makan:

Tabel 3.1 Jenis Perangkat 1

Kode Nomor	**Nama Informan**	**Perangkat Utama**
I.1	Mutiara Mirza	*Ipad*
I.2	Annisa Adelya	*Laptop*
I.3	Reshita Wahyu Pradita	*Handphone*
I.4	Sabrina Khansa	*Laptop*
I.5	Fauziyah Amanah	*Handphone*
I.6	Ni'matul Muthmainnah	*Handphone*
I.7	Saniyya Alya	*Ipad*
I.8	La Alina Fatiha	*Laptop*
I.9	Pelangi Izzati	*Televisi*
I.10	Fauziya Salma	*Laptop*

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa perangkat personal seperti *handphone* dan *laptop* menjadi pilihan yang paling dominan digunakan oleh informan saat makan. *Laptop* digunakan oleh empat informan, sementara *handphone* digunakan oleh tiga informan, menunjukkan bahwa perangkat personal yang bersifat fleksibel dan mudah diakses menjadi pilihan utama dalam praktik bermedia sehari-hari. Penggunaan *iPad* ditemukan pada dua informan, sementara *televisi* hanya digunakan oleh satu informan yang memiliki fasilitas tersebut di kamar kos.

Penggunaan *iPad* sebagai perangkat utama terlihat pada informan I.1 (Mutiara) dan I.7 (Saniyya), yang secara konsisten menyiapkan perangkat tersebut sebelum makan dimulai. Perangkat diletakkan pada posisi tertentu dan disandarkan agar layar berada sejajar dengan arah pandang wajah, sehingga memungkinkan aktivitas menonton berlangsung secara nyaman tanpa perlu memegang perangkat secara langsung. Hal ini menunjukkan bahwa perangkat tidak hanya digunakan, tetapi juga diatur sedemikian rupa untuk mendukung kenyamanan selama aktivitas makan.

Pada informan I.2 (Annisa), perangkat yang digunakan adalah *laptop*. Berdasarkan hasil observasi, *laptop* disandarkan pada dinding atau meja di dalam kamar kos dengan posisi layar diarahkan langsung ke wajah. Pola penggunaan serupa juga ditemukan pada

informan lain yang menggunakan *laptop* sebagai perangkat utama, seperti I.4 (Sabrina), I.8 (Lala), dan I.10 (Salma), yang cenderung menempatkan perangkat pada posisi stabil agar dapat digunakan tanpa harus dipegang selama makan berlangsung. Penataan ini memungkinkan informan untuk makan dengan kedua tangan bebas sambil tetap mengakses media secara kontinu.

Penggunaan perangkat *non-portabel* ditemukan pada informan I.9 (Pelangi), yang menggunakan *televisi* sebagai media utama saat makan di kamar kos. Dalam konteks ini, *televisi* berfungsi sebagai sumber *visual* dan suara yang mengisi suasana makan tanpa memerlukan pengaturan posisi selama aktivitas berlangsung. Berbeda dengan perangkat personal yang bersifat fleksibel, *televisi* menghadirkan pengalaman bermedia yang lebih statis namun tetap mampu memenuhi kebutuhan hiburan selama makan.

Temuan ini menunjukkan bahwa pemilihan perangkat *digital* saat makan tidak hanya didasarkan pada ketersediaan teknologi, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana perangkat tersebut dapat diintegrasikan ke dalam aktivitas makan. Perangkat personal seperti *handphone, laptop,* dan *iPad* memungkinkan fleksibilitas dalam penataan posisi, sementara *televisi* menawarkan stabilitas dalam penggunaan.

Dengan demikian, perangkat digital yang digunakan mahasiswa kos saat makan tidak hanya berfungsi sebagai alat teknologi, tetapi menjadi bagian dari konfigurasi aktivitas makan itu sendiri. Perangkat, tubuh, dan makanan tersusun dalam satu kesatuan yang mendukung berlangsungnya praktik bermedia secara konsisten dalam keseharian informan.

2. *Platform* dan Jenis Konten yang Diakses Saat Makan

Melanjutkan pembahasan mengenai perangkat yang digunakan, praktik bermedia saat makan juga ditentukan oleh *platform* dan jenis konten yang dipilih oleh informan. Jika perangkat berfungsi sebagai medium akses, maka *platform* dan *konten* menjadi bentuk konkret dari media yang dikonsumsi selama aktivitas makan berlangsung.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa mahasiswa kos menunjukkan pola tertentu dalam pemilihan *platform* media saat makan. *Platform* yang paling dominan digunakan adalah *YouTube* dan *Netflix*, disusul oleh layanan *streaming* lain seperti *Disney+*, serta aplikasi media sosial seperti *TikTok* dan *Instagram* yang digunakan secara lebih terbatas.

Untuk memberikan gambaran yang lebih sistematis, berikut disajikan platform utama beserta jenis konten dominan yang digunakan oleh informan saat makan:

Kode Nomor	Nama Informan	Platform Utama	Jenis Konten
I.1	Mutiara Mirza	YouTube & Netflix	Podcast, Film & Series
I.2	Annisa Adelya	Netflix	Series
I.3	Reshita Wahyu Pradita	YouTube	Podcast
I.4	Sabrina Khansa	YouTube	Hiburan
I.5	Fauziyah Amanah	YouTube	Podcast & Hiburan
I.6	Ni'matul Muthmainnah	YouTube	Hiburan
I.7	Saniyya Alya	Netflix	Film & Series
I.8	La Alina Fatiha	YouTube	Podcast
I.9	Pelangi Izzati	YouTube	Podcast
I.10	Fauziya Salma	YouTube	Hiburan (*Livestreaming*)

Tabel.3.2 Platform Utama & Jenis Konten

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa *YouTube* menjadi *platform* yang paling dominan digunakan oleh informan saat makan, dengan jenis *konten* yang didominasi oleh *podcast* dan hiburan. Sementara itu, *Netflix* cenderung digunakan untuk mengakses series yang ditonton secara berkelanjutan. *Platform* lain seperti *Disney+* maupun *media sosial* digunakan dalam intensitas yang lebih rendah dan bersifat situasional.

Dominasi *YouTube* tidak terlepas dari *fleksibilitas* konten yang ditawarkan, mulai dari *podcast, video* hiburan, hingga *konten* dari *kreator* tertentu yang telah familiar bagi informan. Beberapa informan, seperti I.3 (Reshita) dan I.4 (Sabrina), bahkan menunjukkan kecenderungan untuk menonton ulang konten yang sama saat makan karena sudah merasa nyaman dengan alur dan gaya penyajiannya. Hal ini menunjukkan bahwa pemilihan konten tidak selalu didasarkan pada kebaruan, tetapi juga pada rasa familiaritas yang memberikan kenyamanan selama makan berlangsung.

Kecenderungan dalam memilih konten juga dipengaruhi oleh *preferensi personal* terhadap karakter penyajian yang dianggap sesuai dan nyaman. Hal ini terlihat pada informan I.3 (Reshita), yang memilih *konten* dari *kreator* tertentu karena gaya penyampaian dan *visualisasi* yang dianggap lebih menarik serta membantu dalam

memahami cerita yang disampaikan. Ia mengungkapkan:

"Menurut aku, channel Nadia Omara beda dari channel yang lain. Ada beberapa creator yang pembawaannya kurang cocok buat aku. Kalau Nadia Omara, mereka punya ilustrasi yang dibuat timnya sendiri dan itu bantu aku buat ngebayangin cerita yang lagi disampaikan." (Reshita, wawancara, 9 Desember 2025).

Namun demikian, pemilihan *konten* juga bersifat situasional. Reshita menjelaskan bahwa jenis tontonan yang diakses dapat berubah tergantung pada waktu dan suasana. Ia cenderung menghindari *konten* tertentu pada malam hari karena menimbulkan rasa tidak nyaman, sehingga beralih ke tontonan yang lebih ringan seperti *drama* di *platform* lain. Hal ini menunjukkan bahwa pemilihan *konten* tidak hanya didasarkan pada preferensi, tetapi juga mempertimbangkan kenyamanan selama aktivitas makan berlangsung.

Dari segi jenis *konten*, penelitian ini menemukan *bahwa podcast, film, series*, serta *konten* hiburan menjadi kategori yang paling dominan. Dalam konteks penelitian ini, *konten* hiburan mencakup berbagai jenis tayangan ringan seperti *vlog, kartun animasi*, *konten lucu*, serta *video* dengan format santai yang tidak memerlukan konsentrasi tinggi. Jenis konten ini umumnya dipilih karena mampu menciptakan suasana yang lebih rileks selama aktivitas makan berlangsung.

Podcast dipilih karena bersifat *naratif* dan tidak selalu menuntut perhatian *visual* penuh, sehingga dapat dinikmati sambil makan. Sementara itu, *film* dan *series* dipilih karena memiliki alur cerita yang berkelanjutan dan mampu mempertahankan keterlibatan informan selama aktivitas makan berlangsung. Hal ini terlihat pada informan I.7 (Saniyya) dan I.2 (Annisa), yang cenderung menonton *episode* lanjutan dari *series* yang sama saat makan.

Sebaliknya, *platform* berbasis *video* pendek seperti *TikTok* dan *Instagram* tidak menjadi pilihan utama saat makan. Beberapa informan menyebutkan bahwa konten berdurasi singkat kurang mendukung ritme makan, karena memerlukan interaksi yang lebih aktif seperti *scrolling* atau pergantian *video* secara terus-menerus. Meskipun demikian, *platform* ini tetap digunakan dalam kondisi tertentu, seperti ketika koneksi *internet* tidak stabil atau ketika tidak ada *konten* utama yang ingin ditonton.

Temuan observasi juga menunjukkan bahwa sebagian besar informan cenderung melakukan *full watching*, yaitu memilih satu konten sejak awal makan dan mempertahankannya hingga selesai, bahkan sering kali dilanjutkan setelah makan berakhir. Pola ini menunjukkan bahwa aktivitas bermedia saat makan lebih diarahkan

pada konsumsi konten yang stabil dan berkesinambungan, dibandingkan dengan konsumsi *konten* yang terputus-putus.

Dengan demikian, pemilihan *platform* dan jenis *konten* saat makan tidak bersifat acak, melainkan mengikuti pola yang mendukung keberlangsungan aktivitas makan. *Platform* berbasis *streaming* dengan durasi panjang serta *konten naratif* menjadi pilihan utama karena mampu menciptakan pengalaman menonton yang lebih stabil, sehingga selaras dengan ritme aktivitas makan mahasiswa kos.

3. Intensitas Perhatian: Fokus pada Media atau Makanan

Melanjutkan pembahasan mengenai perangkat serta *platform* yang digunakan, praktik bermedia saat makan juga berkaitan dengan bagaimana informan membagi perhatian antara aktivitas makan dan media yang diakses. Intensitas perhatian ini menjadi indikator penting untuk melihat tingkat keterlibatan informan terhadap media selama makan berlangsung. Dalam konteks ini, pembagian perhatian antara aktivitas makan dan penggunaan media dapat dipahami melalui konsep *Divided Attention*, yaitu kondisi di mana individu membagi fokusnya pada lebih dari satu aktivitas secara bersamaan (Goldstein, 2011). Kondisi ini menunjukkan bahwa keterlibatan informan tidak sepenuhnya terpusat pada satu aktivitas, melainkan terbagi antara konsumsi makanan dan konsumsi *media* yang berlangsung secara simultan.

Relevansi konsep ini terlihat dari temuan penelitian yang menunjukkan bahwa aktivitas makan dan bermedia tidak berlangsung secara terpisah, melainkan saling beririsan dalam satu waktu yang sama. Informan tetap melakukan aktivitas makan sambil secara bersamaan terlibat dengan *media*, sehingga perhatian yang dimiliki harus dibagi di antara keduanya. Dalam kondisi ini, individu tidak sepenuhnya meninggalkan salah satu aktivitas, melainkan mengelola fokusnya secara bergantian maupun bersamaan. Hal ini mengindikasikan adanya alokasi perhatian yang bersifat terbatas, di mana perhatian terhadap satu aktivitas dapat meningkat atau menurun bergantung pada tingkat keterlibatan terhadap aktivitas lainnya.

Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa perhatian informan tidak terbagi secara merata, melainkan menunjukkan pola tertentu dalam keterlibatan terhadap media. Secara umum, terdapat tiga kecenderungan utama, yaitu dominasi perhatian pada media, dominasi pada aktivitas makan, serta perhatian yang terbagi secara dinamis antara keduanya.

Dalam kondisi pertama, media menjadi pusat perhatian utama selama makan berlangsung. Pandangan informan lebih banyak tertuju pada layar, sementara aktivitas

makan berjalan secara otomatis di sela-sela tontonan. Hal ini terlihat pada informan I.2 (Annisa), di mana peneliti mencatat bahwa sekitar delapan puluh persen perhatian diarahkan pada media, sementara sisanya pada makanan. Pola serupa juga ditemukan pada informan I.7 (Saniyya), yang menunjukkan keterlibatan tinggi terhadap *konten* yang ditonton, dengan perhatian yang lebih dominan tertuju pada layar dibandingkan aktivitas makan. Dalam kondisi ini, informan tampak responsif terhadap *konten*, seperti tertawa, memberikan komentar, serta mempertahankan fokus *visual* secara *kontinu.*

Kecenderungan ini juga ditemukan pada informan yang mengakses *film* atau *series* dengan alur cerita yang kuat. Dalam situasi tersebut, ritme makan cenderung mengikuti alur tontonan. Informan dapat memperlambat, bahkan menghentikan aktivitas makan ketika adegan tertentu dianggap penting, lalu kembali melanjutkan makan setelah adegan tersebut selesai. Hal ini menunjukkan bahwa media tidak hanya menarik perhatian, tetapi juga secara langsung memengaruhi ritme dan kecepatan aktivitas makan.

Sebaliknya, dalam kondisi lain, aktivitas makan tetap menjadi fokus utama, sementara media berfungsi sebagai pendamping. Media hadir sebagai latar yang menemani, namun tidak sepenuhnya menyerap perhatian informan. Contoh pola ini terlihat pada informan I.6 (Ni'ma), di mana observasi menunjukkan bahwa informan tetap makan secara konsisten meskipun tidak selalu menatap layar. Media tetap diputar, tetapi keterlibatan *visual* terhadap *konten* berlangsung secara terbatas.

Selain kedua kecenderungan tersebut, ditemukan pula kondisi di mana perhatian bersifat dinamis. Dalam situasi ini, perhatian informan bergerak secara fleksibel antara *media* dan makanan, tergantung pada tingkat ketertarikan terhadap *konten* maupun situasi makan yang sedang berlangsung. Ketika konten dianggap menarik, perhatian cenderung beralih ke media, sementara ketika konten kurang menarik, fokus kembali pada aktivitas makan atau lingkungan sekitar.

Temuan observasi juga menunjukkan bahwa intensitas perhatian dapat dikenali melalui respons *non-verbal* informan terhadap media. Beberapa informan terlihat mempertahankan tatapan pada layar, menyesuaikan posisi perangkat agar lebih nyaman dilihat, serta memberikan respons spontan seperti tertawa atau bereaksi terhadap *konten*. Gestur seperti mendekatkan tubuh ke layar atau menghentikan aktivitas makan sementara menjadi indikator keterlibatan yang tinggi terhadap media.

Selain itu, perubahan perhatian juga terlihat ketika terjadi gangguan teknis, seperti *buffering* atau koneksi *internet* yang tidak stabil. Dalam beberapa kasus, informan tetap

melanjutkan makan sambil menunggu media kembali normal. Namun, pada kondisi lain, aktivitas makan justru terhenti sementara hingga media dapat diakses kembali. Perbedaan respons ini menunjukkan bahwa tingkat keterikatan terhadap media turut memengaruhi bagaimana perhatian dibagi selama makan berlangsung.

Dengan demikian, temuan pada subbab ini menunjukkan bahwa intensitas perhatian mahasiswa kos saat makan bersifat beragam dan tidak seragam. Media dapat berfungsi sebagai pusat perhatian, pendamping aktivitas, maupun elemen yang berbagi fokus dengan kegiatan makan. *Variasi* ini menunjukkan bahwa praktik makan bermedia bukan hanya dipengaruhi oleh kehadiran media, tetapi juga melibatkan proses pembagian perhatian yang dinamis, dimana individu secara aktif mengelola fokusnya antara dua aktivitas yang berlangsung secara bersamaan,

4. Waktu Kehadiran Media dalam Aktivitas Makan

Melanjutkan pembahasan mengenai intensitas perhatian, kehadiran media dalam aktivitas makan juga dapat dilihat dari aspek temporal, yaitu kapan media mulai dihadirkan, bagaimana keberlangsungannya selama makan, serta apakah media tetap digunakan setelah aktivitas makan selesai. Aspek waktu ini menjadi penting karena menunjukkan bahwa media tidak hanya hadir sebagai elemen tambahan, tetapi terintegrasi dalam keseluruhan rangkaian aktivitas makan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kehadiran media digital dalam aktivitas makan mahasiswa kos tidak terjadi secara acak, melainkan mengikuti pola waktu yang relatif konsisten. Media umumnya telah dihadirkan sejak sebelum makan dimulai, tetap menyala selama proses makan berlangsung, dan dalam banyak kasus dilanjutkan setelah makan selesai.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, seluruh informan mengungkapkan bahwa media biasanya dinyalakan sebelum aktivitas makan dimulai. Tahapan yang sering muncul adalah menyiapkan perangkat terlebih dahulu, memilih *platform* serta *konten* yang akan ditonton, kemudian menyiapkan makanan, dan baru setelah itu memulai makan. Pola ini menunjukkan bahwa media telah diposisikan sebagai bagian awal dari rangkaian aktivitas makan.

Kecenderungan tersebut terlihat jelas pada pernyataan informan I.3 (Reshita), yang menegaskan bahwa aktivitas makan baru dimulai setelah media siap diputar. Ia menyatakan, "*Jadi sebelum mulai makan semuanya itu harus udah siap. Nah kalau tontonannya udah ready, baru deh aku makan."* (Reshita, wawancara, 9 Desember 2025). Pola yang serupa juga diungkapkan oleh informan I.4 (Sabrina), yang

menjelaskan secara rinci tahapan sebelum makan, *"Urutannya, setelah selesai masak, makanan ditaruh dulu, aku ambil laptop, buka YouTube, channel sudah di-play, dan saat opening mulai, baru aku ambil nasi dan mulai makan."* (Sabrina, wawancara, 29 Desember 2025).

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa media tidak hanya hadir sebelum makan, tetapi juga berfungsi sebagai penanda dimulainya aktivitas makan. Konten yang mulai diputar menjadi bagian dari ritme awal makan, sehingga aktivitas makan tidak dilakukan sebelum media berjalan. Hal ini memperlihatkan bahwa kehadiran media telah terintegrasi sejak tahap awal dalam rangkaian aktivitas makan.

Selain hadir sebelum makan, hasil observasi menunjukkan bahwa media umumnya tetap menyala sepanjang proses makan berlangsung. Selama makan, media tidak dimatikan meskipun perhatian informan dapat berpindah antara layar dan makanan. Kehadiran media yang kontinu ini memperlihatkan bahwa aktivitas makan dan bermedia berlangsung secara bersamaan dalam satu rangkaian waktu yang terintegrasi.

Dalam beberapa situasi, kehadiran media bahkan melampaui durasi makan itu sendiri. Peneliti mencatat bahwa setelah makanan habis, sebagian informan tetap melanjutkan menonton *konten* yang sedang diputar hingga selesai, atau beralih ke *konten* lain. Hal ini menunjukkan bahwa batas antara waktu makan dan waktu bermedia menjadi semakin kabur, karena media tidak berhenti seiring berakhirnya aktivitas makan.

Temuan observasi juga menunjukkan bahwa ketika terjadi gangguan teknis, seperti buffering atau koneksi internet terputus, beberapa informan memilih menghentikan aktivitas makan sementara hingga media kembali berjalan. Respons ini mengindikasikan bahwa keberlanjutan media dalam rentang waktu makan memiliki peran penting dalam menjaga kenyamanan aktivitas tersebut.

Dengan demikian, temuan pada subbab ini menunjukkan bahwa waktu kehadiran media dalam aktivitas makan mahasiswa kos membentuk pola yang relatif stabil, dimulai dari sebelum makan, berlanjut selama makan, dan sering kali diteruskan setelah makan selesai. Pola ini memperlihatkan bahwa media tidak hanya hadir sebagai pendamping, tetapi telah menjadi bagian yang menyusun alur dan ritme aktivitas makan itu sendiri dalam keseharian mahasiswa kos.

C. Pemaknaan Media dalam Aktivitas Makan Mahasiswa Kos

Berbeda dengan pembahasan pada bab sebelumnya yang berfokus pada praktik bermedia di sekitar waktu makan, bab ini mengkaji bagaimana mahasiswa kos

memberikan makna terhadap kehadiran media dalam pengalaman makan sehari-hari. Dalam penelitian ini, makna tidak dipahami sebagai kegunaan atau fungsi media, melainkan sebagai cara informan memandang, memahami, dan memberi arti terhadap kehadiran media berdasarkan pengalaman yang mereka alami selama aktivitas makan. Oleh karena itu, pembahasan pada bab ini tidak berfokus pada pertanyaan *"media digunakan untuk apa?"*, tetapi pada pertanyaan *"media dipahami sebagai apa?"* oleh mahasiswa kos.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, pemaknaan terhadap media terbentuk dari pengalaman hidup informan sebagai mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga dan menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri. Dalam konteks tersebut, aktivitas makan sering kali dilakukan seorang diri sehingga kehadiran media memperoleh arti yang lebih luas daripada sekadar perangkat untuk mengakses hiburan. Informan membangun makna terhadap media melalui pengalaman yang terus mereka alami ketika makan, sehingga media menjadi bagian yang menyertai dan membentuk pengalaman makan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pemaknaan tersebut tidak bersifat tunggal, melainkan dibangun melalui berbagai pengalaman dan konteks yang berbeda. Oleh karena itu, pemaknaan media dalam aktivitas makan mahasiswa kos dikelompokkan ke dalam beberapa kategori yang mencerminkan cara informan memahami kehadiran media dalam pengalaman makan mereka. Kategori-kategori tersebut selanjutnya dianalisis untuk menjelaskan bagaimana media dimaknai dalam praktik makan sehari-hari mahasiswa kos.

1. Media Dimaknai sebagai Pendamping dalam Pengalaman Makan

Salah satu pemaknaan yang paling dominan ditemukan dalam penelitian ini adalah bahwa media dimaknai sebagai pendamping dalam pengalaman makan sehari-hari. Bagi para informan, kehadiran media tidak hanya berkaitan dengan aktivitas menonton atau mengakses konten digital, tetapi memperoleh arti sebagai sesuatu yang menyertai aktivitas makan ketika dilakukan seorang diri. Dalam konteks kehidupan mahasiswa kos yang tinggal jauh dari keluarga dan terbiasa menjalani aktivitas makan secara mandiri, media dimaknai sebagai bentuk kehadiran yang membuat pengalaman makan tidak lagi dirasakan sebagai aktivitas yang dijalani sendirian.

Pemaknaan tersebut tampak pada pengalaman Saniyya yang menjelaskan bahwa media telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas makannya, *"Peran media itu penting. Media itu buat nemenin aku selama makan, bikin nyaman, jadi teman*

makan juga." (Saniyya, Wawancara, 23 Desember 2025). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa media tidak dimaknai sekadar sebagai tontonan yang mengisi waktu makan, tetapi sebagai kehadiran sosial yang menyertai aktivitas makan. Bagi Saniyya, media memperoleh arti sebagai "teman makan", sehingga pengalaman makan tidak lagi dipahami sebagai aktivitas yang dilakukan seorang diri.

Pemaknaan serupa juga disampaikan oleh Lala, *"Media sekarang perannya jadi teman makan, jadi meskipun nggak ada temen, aku tetap bisa makan, karena ada media yang nemenin aku."* (Lala, Wawancara, 24 Desember 2025). Bagi Lala, kehadiran media tidak menggantikan keberadaan orang lain secara nyata, tetapi dimaknai sebagai bentuk kehadiran yang membuat aktivitas makan tetap terasa ditemani. Dengan demikian, media memperoleh arti sebagai pendamping yang memungkinkan pengalaman makan tetap memiliki nuansa kebersamaan meskipun dilakukan secara mandiri.

Hal yang sama juga ditemukan pada Fauziyah Amanah, *"Media jadi temen makan dan penghibur, soalnya aku sendirian di kos."* (Fauziyah Amanah, Wawancara, 30 Desember 2025). Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa makna media dibentuk oleh konteks kehidupan informan sebagai mahasiswa kos yang tinggal jauh dari keluarga. Dalam situasi makan yang lebih sering dilakukan seorang diri, media dimaknai sebagai teman yang menyertai aktivitas makan sehingga pengalaman tersebut tidak lagi dirasakan sebagai pengalaman yang sepenuhnya individual.

Pemaknaan media sebagai pendamping tampak lebih kuat pada pengalaman Sabrina yang menyatakan:*"Jujur aku tuh tipe yang nggak bisa makan sendirian, jadi kalau makan tanpa ada yang ditonton dan diajak ngobrol tuh kayak ada yang kurang."* (Sabrina, Wawancara, 29 Desember 2025). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kehadiran media telah menjadi bagian dari cara Sabrina memaknai aktivitas makan. Bagi Sabrina, makan tanpa media dipersepsikan sebagai pengalaman yang belum lengkap karena tidak terdapat sesuatu yang menyertai aktivitas tersebut. Dengan demikian, media tidak lagi dimaknai sebagai pelengkap aktivitas makan, melainkan sebagai bagian yang membentuk pengalaman makan itu sendiri.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa makna media sebagai pendamping tidak muncul semata-mata karena kemampuan media menghadirkan hiburan, tetapi dibangun melalui pengalaman keseharian informan yang lebih sering menjalani aktivitas makan secara mandiri. Dalam konteks tersebut, media memperoleh arti sebagai kehadiran sosial simbolik yang menyertai pengalaman makan dan membantu informan memaknai aktivitas makan sebagai pengalaman yang tetap terasa ditemani meskipun tanpa

kehadiran orang lain secara fisik.

Pemaknaan tersebut sejalan dengan konsep *Digital Commensality*, yang menjelaskan bahwa pengalaman kebersamaan saat makan tidak lagi selalu bergantung pada kehadiran fisik maupun percakapan secara langsung, tetapi dapat dibangun melalui kehadiran media digital. Dalam penelitian ini, media dimaknai sebagai bentuk kehadiran yang memungkinkan informan tetap merasakan pengalaman makan yang lebih utuh dan memiliki nuansa kebersamaan meskipun dilakukan seorang diri.

2. Media Dimaknai sebagai Pembentuk Suasana Makan

Selain dimaknai sebagai pendamping dalam aktivitas makan, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa media dimaknai sebagai bagian yang membentuk suasana makan mahasiswa kos. Bagi para informan, kehadiran media tidak hanya menyertai aktivitas makan, tetapi juga memberikan arti terhadap bagaimana pengalaman makan tersebut dijalani. Dalam konteks ini, media tidak diposisikan sekadar sebagai sarana hiburan yang mampu memengaruhi suasana hati, melainkan dimaknai sebagai bagian yang membuat aktivitas makan terasa lebih nyaman, lebih menyenangkan, serta lebih sesuai dengan kondisi emosional yang sedang dialami. Dengan demikian, makna media dibangun melalui pengalaman informan dalam menghadirkan suasana makan yang mereka inginkan.

Pemaknaan tersebut tampak pada pengalaman Reshita yang menjadikan aktivitas menonton sebagai bagian yang selalu dinantikan ketika makan. Sebelum memulai makan, Reshita bahkan telah membayangkan konten yang akan ditonton dan memilih untuk memutar video terlebih dahulu sebelum mulai makan. Ia mengungkapkan:

"Kayaknya, nonton ini jadi hal yang ditunggu-tunggu saat makan deh. Rasanya nambah mood ku saat makan, sambil mikirin, enaknya nanti nonton apa ya? Biasanya sih aku play dulu kontennya baru aku mulai makan." (Reshita, Wawancara, 9 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa media memiliki arti yang lebih dari sekadar tontonan selama makan. Bagi Reshita, kehadiran media telah menjadi bagian dari pengalaman makan yang dinantikan. Aktivitas memilih konten bahkan dilakukan sebelum makan dimulai, yang menunjukkan bahwa pengalaman makan telah dibayangkan bersamaan dengan pengalaman bermedia. Dengan demikian, media dimaknai sebagai elemen yang membentuk suasana makan sehingga aktivitas tersebut terasa lebih menyenangkan sejak awal.

Makna tersebut juga terlihat dari cara Reshita memilih jenis konten yang akan

dikonsumsi. Meskipun ia memiliki ketertarikan terhadap konten bertema misteri, pemilihan konten tetap disesuaikan dengan situasi yang sedang dihadapi. Pada malam hari, misalnya, ia lebih memilih tontonan yang ringan karena tidak ingin membawa suasana yang menegangkan ke dalam pengalaman makannya. Temuan ini menunjukkan bahwa makna media tidak hanya dibangun melalui keberadaan media itu sendiri, tetapi juga melalui kesesuaian antara jenis konten dengan suasana yang ingin dihadirkan selama aktivitas makan. Dengan kata lain, media dimaknai sebagai bagian yang membantu informan membentuk pengalaman makan sesuai dengan kondisi yang mereka inginkan.

Pemaknaan serupa juga ditemukan pada pengalaman Ni'ma. Ia menjelaskan bahwa pilihan terhadap media selalu menyesuaikan kondisi emosional yang sedang dirasakan. *"Media ini perannya sebagai mood booster. Tergantung kondisi, misalnya aku lagi capek atau sedih, aku akan pilih tontonan yang ringan supaya makanku tetap nyaman."* (Ni'ma, Wawancara, 20 Desember 2025). Ungkapan tersebut memperlihatkan bahwa bagi Ni'ma, media bukan sekadar sumber hiburan, tetapi dimaknai sebagai bagian dari pengalaman makan yang mampu menghadirkan suasana tertentu. Makna tersebut tidak lahir dari karakteristik media semata, melainkan dari pengalaman informan dalam menggunakan media untuk menciptakan suasana makan yang dirasakan lebih sesuai dengan kondisi emosionalnya. Hal ini menunjukkan bahwa makna media dibentuk melalui pengalaman personal yang berbeda pada setiap individu.

Hal yang sama juga tampak pada pengalaman Salma. Ia menyampaikan: *"Media jadi penghibur, biar lebih mood makannya."* (Salma, Wawancara, 2 Januari 2026). Meskipun disampaikan secara singkat, pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa Salma memaknai media sebagai bagian yang membuat aktivitas makan terasa lebih menyenangkan. Bagi Salma, makan tidak hanya dipahami sebagai aktivitas untuk memenuhi kebutuhan biologis, tetapi juga sebagai pengalaman yang ingin dijalani dalam suasana yang nyaman. Kehadiran media kemudian memperoleh arti sebagai bagian yang membentuk pengalaman tersebut sehingga aktivitas makan dirasakan lebih menyenangkan dibandingkan ketika dilakukan tanpa media.

Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa makna media sebagai pembentuk suasana makan lahir dari pengalaman keseharian informan sebagai mahasiswa kos yang menjalani aktivitas makan secara mandiri. Pengalaman tersebut membuat media tidak lagi dipahami hanya sebagai perangkat digital ataupun sumber hiburan, tetapi sebagai bagian yang menyertai pengalaman makan dan memberikan arti terhadap bagaimana

aktivitas tersebut dijalani. Dengan demikian, media memperoleh makna melalui pengalaman yang terus berulang dalam kehidupan sehari-hari, sehingga kehadirannya menjadi sesuatu yang diharapkan untuk membangun suasana makan yang dianggap lebih nyaman dan sesuai dengan kondisi yang sedang dirasakan.

Dalam perspektif **Ritual Media Theory**, pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa hubungan informan dengan media tidak lagi semata didasarkan pada fungsi media sebagai penyedia hiburan, tetapi pada pengalaman simbolik yang dibangun melalui praktik bermedia yang dilakukan secara berulang. Kehadiran media menjadi bagian dari cara informan membangun pengalaman makan yang mereka anggap ideal. Dengan demikian, yang menjadi penting bukan hanya konten yang dikonsumsi, melainkan makna yang dilekatkan informan pada kehadiran media dalam aktivitas makan sehari-hari.

3. Media Dimaknai sebagai Kehadiran yang Menyertai Aktivitas Makan

Selain dimaknai sebagai pendamping dalam pengalaman makan dan pembentuk suasana makan, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa media dimaknai sebagai kehadiran yang menyertai aktivitas makan. Bagi sebagian informan, kehadiran media tidak selalu dimaksudkan untuk menikmati isi konten secara penuh, melainkan untuk menghadirkan suara yang menyertai aktivitas makan. Dalam konteks ini, makna media tidak terletak pada informasi atau hiburan yang disampaikan, tetapi pada kehadirannya yang membuat aktivitas makan tidak lagi dirasakan berlangsung dalam suasana yang sepenuhnya sunyi. Dengan demikian, media memperoleh arti sebagai sesuatu yang "hadir" dan menemani ruang makan, meskipun tidak selalu menjadi pusat perhatian informan.

Pemaknaan tersebut tampak pada pengalaman Pelangi yang menjelaskan bahwa media selalu dihadirkan ketika makan bukan karena ingin mengikuti isi kontennya secara serius, melainkan karena keberadaan suara dari media membuat aktivitas makan terasa lebih nyaman. Pelangi mengungkapkan:*"Karena media itu sebenarnya cuma supaya ada noise aja, biar telinga berisik, biar nggak sepi juga, karena aku makan sendiri."* (Pelangi, Wawancara, 26 Desember 2025). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa Pelangi tidak memaknai media semata sebagai tontonan, tetapi sebagai kehadiran yang mengisi pengalaman makan. Suara yang dihasilkan media memperoleh arti sebagai sesuatu yang menyertai aktivitas makan sehingga ruang yang semula dirasakan sunyi menjadi terasa lebih hidup. Dalam konteks ini, yang dimaknai bukanlah isi media, melainkan keberadaannya yang menghadirkan suasana berbeda ketika makan dilakukan

seorang diri. Pemaknaan serupa juga ditemukan pada pengalaman Ni'ma yang menyampaikan:*"Supaya ada yang didengar dan dilihat, jadi nggak terlalu sepi karena makan sendiri."* (Ni'ma, Wawancara, 20 Desember 2025). Bagi Ni'ma, kehadiran media tidak hanya berkaitan dengan aktivitas melihat atau mendengarkan konten, tetapi dimaknai sebagai bagian yang menyertai pengalaman makan. Kehadiran suara dari media membuat aktivitas makan tidak lagi dipersepsikan sebagai aktivitas yang berlangsung dalam kesunyian. Hal ini menunjukkan bahwa makna media dibangun melalui pengalaman keseharian informan dalam menjalani aktivitas makan secara mandiri, sehingga media memperoleh arti sebagai bentuk kehadiran yang menemani ruang makan.

Hasil observasi penelitian turut memperkuat temuan tersebut. Peneliti menemukan bahwa dalam beberapa situasi informan tidak selalu memberikan perhatian penuh terhadap media yang sedang diputar. Media tetap dinyalakan meskipun fokus utama informan berada pada aktivitas makan. Temuan ini menunjukkan bahwa media tidak selalu dimaknai sebagai objek utama yang harus dikonsumsi secara intensif, tetapi sebagai sesuatu yang tetap hadir dalam aktivitas makan melalui suara yang dihasilkannya. Dengan demikian, makna media tidak ditentukan oleh tingkat perhatian terhadap konten, melainkan oleh keberadaannya yang menyertai pengalaman makan informan.

Pemaknaan media sebagai kehadiran juga tampak pada pengalaman Annisa yang menjelaskan bahwa kebutuhan menghadirkan suara melalui media tidak hanya muncul ketika makan, tetapi juga dalam berbagai aktivitas sehari-hari yang dilakukan secara mandiri. Annisa mengungkapkan:*"Gak cuma makan aja, bahkan in another context, misalnya aku mau tidur pun aku butuh suara untuk nemenin aku. Atau misalnya aku lagi ngerjain tugas, wajib banget sambil dengerin media, entah buka podcast atau music, as background noise."* (Annisa, Wawancara, 7 Desember 2025).

Pengalaman Annisa menunjukkan bahwa media telah dimaknai sebagai kehadiran yang menyertai berbagai aktivitas keseharian. Kehadiran suara dari media menjadi bagian dari cara informan menjalani aktivitas sehari-hari sehingga praktik tersebut kemudian terbawa ke dalam aktivitas makan. Temuan ini memperlihatkan bahwa makna media tidak hanya dibentuk dalam konteks makan, tetapi juga melalui pengalaman hidup informan yang terbiasa menjalankan berbagai aktivitas secara mandiri dengan kehadiran media.

Dalam perspektif ambient media atau ambient presence, media tidak selalu hadir

sebagai pusat perhatian, melainkan sebagai kehadiran yang terus menyertai aktivitas sehari-hari melalui keberadaan yang bersifat latar (Turkle, 2011). Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa para informan tidak selalu memusatkan perhatian pada isi media, tetapi tetap menghadirkannya karena kehadiran suara tersebut telah memperoleh makna sebagai bagian dari pengalaman mereka ketika menjalani aktivitas sehari-hari, termasuk saat makan.

Dengan demikian, media dalam aktivitas makan mahasiswa kos tidak hanya dimaknai sebagai sumber informasi maupun hiburan, tetapi sebagai kehadiran yang menyertai pengalaman makan. Kehadiran tersebut memberikan arti bahwa aktivitas makan tidak lagi dijalani dalam kesunyian yang sepenuhnya kosong, melainkan bersama suara media yang secara simbolik menghadirkan rasa ditemani. Oleh karena itu, makna media pada konteks ini tidak terletak pada fungsi auditori yang dimilikinya, tetapi pada cara informan memaknai kehadiran media sebagai bagian yang menyertai pengalaman makan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Media sebagai Ritual Pribadi dalam Aktivitas Makan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa bagi sebagian mahasiswa kos, kehadiran media dalam aktivitas makan tidak lagi dipahami sekadar sebagai pelengkap ataupun pilihan yang bersifat situasional. Sebaliknya, media dimaknai sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pengalaman makan sehari-hari. Makna tersebut dibangun melalui praktik yang dilakukan secara berulang, memiliki urutan yang relatif tetap, serta terus dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, media tidak hanya hadir selama aktivitas makan berlangsung, tetapi telah memperoleh arti sebagai bagian yang menyusun pengalaman makan itu sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar informan memperlihatkan pola yang relatif konsisten dalam memulai aktivitas makan. Sebelum makan dimulai, informan cenderung menyiapkan media terlebih dahulu, baik dengan membuka platform digital, memilih konten, maupun memutar video sebelum makanan mulai disantap. Urutan tersebut terus berulang dalam kehidupan sehari-hari sehingga menunjukkan adanya pola praktik yang relatif tetap. Dalam konteks ini, yang menjadi penting bukan sekadar tindakan membuka media sebelum makan, tetapi makna yang dilekatkan informan terhadap rangkaian aktivitas tersebut sebagai bagian dari pengalaman makan yang mereka anggap utuh.

Pemaknaan tersebut terlihat pada pengalaman Mutiara yang mengungkapkan bahwa praktik makan sambil menonton telah menjadi bagian dari kesehariannya.

"Jujur, ini sudah adapted jadi praktik sih. Kalau nggak nonton rasanya boring banget, apalagi aku makan sendiri." (Mutiara, Wawancara, 7 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa bagi Mutiara, media tidak lagi dipahami sebagai pelengkap aktivitas makan. Kehadiran media telah memperoleh arti sebagai bagian yang menyertai aktivitas tersebut sehingga pengalaman makan tanpa media dirasakan berbeda dari kebiasaan yang selama ini dijalani. Dengan demikian, media dimaknai sebagai bagian dari pola makan yang telah terinternalisasi dalam kehidupan sehari-harinya.

Pemaknaan serupa juga ditemukan pada Annisa yang menyampaikan: *"Kebutuhan yang wajib banget ada di setiap makanku, yang kurasain sejauh ini justru malah jadi new habit buat aku, yang kayaknya udah nggak bisa lepas dari rutinitas harianku dan tanpa itu rasanya nggak lengkap."* (Annisa, Wawancara, 7 Desember 2025).

Pengalaman Annisa memperlihatkan bahwa media telah dimaknai sebagai bagian dari rutinitas makan yang tidak lagi dipandang sebagai sesuatu yang bersifat tambahan. Ungkapan *"nggak lengkap"* menunjukkan bahwa makna media dibangun melalui pengalaman yang terus berulang hingga kehadirannya menjadi bagian yang melekat pada aktivitas makan. Dalam konteks ini, yang dianggap penting bukan media sebagai perangkat digital, melainkan pengalaman makan yang telah dibentuk bersama kehadiran media.

Temuan yang sama juga tampak pada Fauziyah Amanah yang secara langsung menyatakan, *"Kalau di kos, ini sudah jadi ritual. Makan ya harus sambil nonton."* (Fauziyah Amanah, Wawancara). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa informan sendiri memaknai praktik makan sambil bermedia sebagai sebuah ritual dalam kehidupan sehari-harinya. Namun demikian, dalam penelitian ini istilah *ritual* tidak dipahami hanya karena aktivitas tersebut dilakukan berulang, melainkan karena praktik tersebut memperlihatkan adanya pola yang relatif tetap, memiliki urutan aktivitas yang konsisten, serta memperoleh makna khusus bagi informan dalam menjalani pengalaman makan.

Pemaknaan tersebut tampak semakin kuat pada pengalaman Sabrina yang mengungkapkan:*"Bahkan menurut aku, sekarang bukan cuma jadi ritual, tapi sudah jadi kebutuhan primer sih, kebutuhan pokok gitu. Karena aku sendirian, nggak punya teman ngobrol, harus benar-benar ada media. Even kalau mati lampu pun mending aku nggak makan daripada makan tanpa nonton."* (Sabrina, Wawancara, 29 Desember 2025).

Pernyataan Sabrina memperlihatkan tingkat keterikatan yang tinggi terhadap kehadiran media dalam aktivitas makan. Bagi Sabrina, media telah dimaknai sebagai bagian yang membentuk pengalaman makan sehingga ketidakhadirannya membuat aktivitas tersebut terasa belum utuh. Pengalaman ini menunjukkan bahwa makna media tidak hanya dibangun melalui kebiasaan yang dilakukan secara berulang, tetapi juga melalui keterikatan personal yang berkembang dari praktik tersebut.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik makan bermedia memiliki pola yang relatif konsisten dalam kehidupan sehari-hari informan. Pola tersebut tampak melalui urutan aktivitas yang berulang, seperti menyiapkan media sebelum makan, mempertahankan media selama makan berlangsung, hingga munculnya perasaan bahwa aktivitas makan belum lengkap ketika media tidak dihadirkan. Temuan ini memperlihatkan bahwa media telah dimaknai sebagai bagian dari struktur pengalaman makan yang dijalani oleh para informan.

Dalam perspektif **Media Ritual Theory** (Couldry, 2003) ritual media tidak hanya dipahami sebagai aktivitas yang dilakukan secara berulang, tetapi sebagai praktik yang memperoleh makna tertentu bagi pelakunya. Berdasarkan temuan penelitian ini, praktik makan sambil bermedia memperlihatkan karakteristik tersebut, yaitu adanya pengulangan, keteraturan praktik, serta makna yang dilekatkan informan terhadap kehadiran media dalam aktivitas makan. Oleh karena itu, penelitian ini tidak menyimpulkan bahwa setiap aktivitas makan sambil menggunakan media merupakan ritual media, melainkan menunjukkan bahwa praktik yang ditemukan pada informan **memperlihatkan karakteristik ritual media** karena dilakukan secara konsisten dan dimaknai sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pengalaman makan mereka.

Dengan demikian, media dalam aktivitas makan mahasiswa kos tidak hanya dimaknai sebagai pendamping, pembentuk suasana, ataupun kehadiran yang menyertai aktivitas makan, tetapi juga sebagai bagian dari ritual personal yang membentuk cara informan menjalani pengalaman makan sehari-hari. Makna tersebut lahir bukan semata-mata karena frekuensi penggunaan media, melainkan karena praktik tersebut telah memperoleh arti khusus dalam kehidupan informan dan terus dipertahankan sebagai bagian dari keseharian mereka.

D. Dinamika Praktik Bermedia di Sekitar Waktu Makan

Temuan penelitian pada bab sebelumnya menunjukkan bahwa media tidak hanya hadir sebagai perangkat digital yang digunakan selama aktivitas makan, tetapi telah dimaknai

sebagai pendamping, pembentuk suasana, kehadiran yang menyertai pengalaman makan, hingga bagian dari ritual personal informan. Pemaknaan tersebut memperlihatkan bahwa hubungan mahasiswa kos dengan media tidak lagi berhenti pada aktivitas menggunakan media, melainkan berkembang menjadi praktik keseharian yang terus dilakukan dan dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam perspektif **Ritual Media Theory**, praktik yang dilakukan secara berulang dan dimaknai oleh pelakunya tidak hanya membentuk rutinitas individual, tetapi juga berpotensi membentuk cara individu memahami serta mengatur aktivitas kesehariannya (Couldry,2003). Ritual media bukan sekadar menjelaskan adanya pengulangan penggunaan media, melainkan bagaimana praktik tersebut secara perlahan menjadi sesuatu yang dianggap wajar (*taken for granted*) dan memperoleh posisi penting dalam kehidupan sehari-hari. Ketika praktik tersebut terus diulang, media tidak lagi hanya menjadi alat yang digunakan individu, tetapi mulai menjadi bagian yang ikut menata ritme, urutan, serta pengalaman dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa dinamika tersebut tampak dalam praktik bermedia mahasiswa kos di sekitar waktu makan. Meskipun para informan memaknai media sebagai sesuatu yang menghadirkan kenyamanan, praktik tersebut juga memperlihatkan berbagai perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas makan tidak lagi berlangsung secara independen, tetapi mulai disusun mengikuti kehadiran media, misalnya melalui kebiasaan menyiapkan media sebelum makan, memperpanjang durasi makan karena mengikuti alur konten, hingga munculnya perasaan bahwa aktivitas makan belum lengkap ketika media tidak dihadirkan. Dengan demikian, media tidak hanya menyertai aktivitas makan, tetapi mulai membentuk cara informan mengorganisasi praktik keseharian mereka.

Dalam perspektif Couldry, kondisi tersebut menunjukkan bahwa ritual media tidak hanya menghasilkan pengalaman yang bermakna bagi individu, tetapi juga membentuk hubungan yang semakin erat antara individu dengan media. Hubungan tersebut tampak ketika kehadiran media mulai dianggap sebagai sesuatu yang wajar dan diperlukan dalam menjalankan aktivitas makan. Pada titik inilah ritual media bekerja bukan hanya sebagai praktik yang dilakukan secara berulang, tetapi juga sebagai mekanisme yang membuat keberadaan media diterima sebagai bagian yang "normal" dalam kehidupan sehari-hari. Akibatnya, mahasiswa tidak selalu menyadari bahwa berbagai keputusan dalam aktivitas makan, seperti kapan mulai makan, berapa lama makan berlangsung, maupun bagaimana pengalaman makan dijalani, secara perlahan telah disusun mengikuti kehadiran media

digital.

Berdasarkan temuan penelitian, dinamika tersebut tercermin dalam beberapa aspek, yaitu perubahan ritme waktu makan, munculnya distraksi selama aktivitas makan, keterikatan terhadap media, perluasan praktik bermedia ke aktivitas lain, pembentukan kemampuan komunikasi, serta perubahan bentuk interaksi sosial. Keenam aspek tersebut tidak hanya menunjukkan perubahan perilaku, tetapi juga memperlihatkan bagaimana media secara perlahan menjadi bagian yang mengorganisasi praktik keseharian mahasiswa kos melalui ritual bermedia yang terus dipertahankan dalam aktivitas sehari-hari.

1. Ritme Waktu dalam Praktik Bermedia di sekitar Waktu Makan

Salah Salah satu dinamika yang ditemukan dalam penelitian ini adalah **perubahan ritme waktu makan** setelah media menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas makan mahasiswa kos. Temuan penelitian menunjukkan bahwa ritme makan tidak lagi sepenuhnya mengikuti kebutuhan biologis, tetapi mulai dipengaruhi oleh praktik bermedia yang dilakukan secara bersamaan. Kehadiran media tidak hanya menyertai aktivitas makan, tetapi juga membentuk cara informan mengatur awal, durasi, maupun akhir dari aktivitas tersebut. Dengan demikian, ritme makan tidak lagi ditentukan semata oleh proses menghabiskan makanan, melainkan juga oleh praktik bermedia yang telah terintegrasi ke dalam pengalaman makan sehari-hari.

Temuan tersebut terlihat pada pengalaman Mutiara yang mengungkapkan bahwa aktivitas makan dapat berlangsung jauh lebih lama ketika dilakukan sambil menonton media.*"Yang harusnya aku makan paling lama 30 menit sendiri, karena sambil nonton, aku bisa sampai 1,5 jam. Makanannya selesai sejam, terus 30 menitnya lanjut nonton."* (Mutiara, Wawancara, 7 Desember 2025). Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa batas antara aktivitas makan dan aktivitas bermedia menjadi semakin kabur. Aktivitas makan tidak lagi berakhir ketika makanan telah habis, tetapi mengikuti alur media yang sedang dikonsumsi. Hal ini menunjukkan bahwa media tidak hanya hadir sebagai pendamping aktivitas makan, tetapi mulai memengaruhi bagaimana ritme aktivitas tersebut dijalankan. Dengan kata lain, waktu makan tidak lagi sepenuhnya diorganisasi oleh kebutuhan makan, tetapi juga oleh keberlangsungan praktik bermedia.

Namun demikian, perubahan ritme waktu makan tidak selalu dipahami sebagai sesuatu yang merugikan. Sebagian informan justru memandang perubahan tersebut sebagai cara untuk membangun pengalaman makan yang lebih sesuai dengan kebutuhan mereka. Sabrina, misalnya, menjelaskan, *"Jujur aku fast eater banget, makanya aku butuh tontonan supaya lebih pelan makannya. Kalau tanpa nonton, aku bisa lebih cepat lagi."* (Sabrina,

Wawancara, 29 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa Sabrina secara sadar mempertahankan kehadiran media karena media telah menjadi bagian dari cara ia mengatur ritme makannya. Dalam konteks ini, perubahan ritme bukan semata-mata dipicu oleh media, tetapi merupakan hasil dari praktik bermedia yang telah terintegrasi dengan cara informan menjalankan aktivitas makan sehari-hari.

Temuan serupa juga ditemukan pada Reshita yang mengungkapkan: *"Aku ngerasa bisa memperpanjang durasi makanku, supaya nggak terlalu cepat makannya."* (Reshita, Wawancara, 9 Desember 2025). Bagi Reshita, kehadiran media tidak dipandang sebagai penghambat aktivitas makan, tetapi sebagai bagian dari pengalaman makan yang membuat aktivitas tersebut berlangsung lebih santai. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa kos tidak sekadar mengikuti media secara pasif, tetapi mengintegrasikan media ke dalam praktik makan sesuai dengan kebutuhan dan pengalaman mereka. Temuan ini sekaligus memperlihatkan adanya proses apropriasi sebagaimana dijelaskan oleh de Certeau (1984), yaitu ketika individu memanfaatkan media sebagai *tactic* untuk mengatur pengalaman kesehariannya.

Meskipun demikian, temuan penelitian juga memperlihatkan bahwa praktik tersebut secara perlahan membentuk perubahan dalam cara informan mengorganisasi aktivitas makan. Dalam perspektif *Ritual Media Theory*, praktik yang dilakukan secara berulang dan dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari dapat berkembang menjadi ritual media yang secara perlahan membentuk struktur aktivitas keseharian (Couldry, 2003). Pada konteks penelitian ini, perubahan tersebut tampak ketika ritme makan mulai mengikuti keberadaan media. Informan tidak lagi hanya menggunakan media ketika makan, tetapi mulai menyesuaikan durasi dan alur aktivitas makan dengan praktik bermedia yang telah menjadi bagian dari rutinitas mereka.

Temuan ini menunjukkan bahwa ritual media tidak bekerja melalui bentuk dominasi yang bersifat langsung, melainkan melalui proses yang halus ketika kehadiran media diterima sebagai sesuatu yang wajar dalam aktivitas makan. Akibatnya, ritme makan yang sebelumnya terutama ditentukan oleh kebutuhan biologis secara perlahan ikut disusun mengikuti keberadaan media. Kondisi tersebut memperlihatkan bagaimana media tidak hanya hadir sebagai bagian dari aktivitas makan, tetapi mulai mengorganisasi cara mahasiswa kos menjalankan praktik keseharian mereka.

Dengan demikian, dinamika ritme waktu makan dalam penelitian ini tidak hanya menunjukkan perubahan durasi makan, tetapi juga memperlihatkan bagaimana praktik

bermedia yang dilakukan secara berulang membentuk cara mahasiswa kos mengatur aktivitas makan dalam kehidupan sehari-hari. Temuan tersebut menguatkan pandangan Couldry bahwa ritual media tidak sekadar ditandai oleh pengulangan praktik, tetapi juga oleh kemampuannya membentuk cara individu menjalani dan mengorganisasi kehidupan sehari-hari.

2. Keterikatan terhadap Media dalam Praktik Bermedia di Sekitar Waktu Makan

Salah satu dinamika yang paling menonjol dalam penelitian ini adalah munculnya **keterikatan terhadap media** dalam praktik bermedia di sekitar waktu makan mahasiswa kos. Temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia tidak lagi dipahami sebagai aktivitas yang bersifat insidental ataupun sekadar pelengkap ketika makan berlangsung. Sebaliknya, media telah menempati posisi yang semakin penting dalam praktik makan sehari-hari sehingga kehadirannya menjadi bagian yang hampir selalu menyertai aktivitas tersebut. Keterikatan ini tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan terbentuk melalui praktik yang dilakukan secara berulang, dipertahankan dalam keseharian, dan kemudian memperoleh makna bagi para informan. Akibatnya, media tidak lagi hadir sebagai sesuatu yang berada di luar aktivitas makan, tetapi telah menjadi bagian dari cara mahasiswa kos menjalankan pengalaman makan mereka.

Temuan ini memperlihatkan bahwa keterikatan terhadap media tidak semata-mata dapat dipahami melalui tingginya intensitas penggunaan media digital. Lebih dari itu, keterikatan tersebut tampak ketika informan mulai menyesuaikan praktik makan mereka dengan keberadaan media. Dengan kata lain, media tidak hanya digunakan ketika makan berlangsung, tetapi mulai memengaruhi bagaimana aktivitas makan direncanakan, dijalankan, hingga diselesaikan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa praktik makan dan praktik bermedia tidak lagi diposisikan sebagai dua aktivitas yang terpisah, melainkan telah membentuk satu rangkaian praktik keseharian yang saling berkaitan.

Temuan tersebut terlihat pada pengalaman Mutiara yang mengungkapkan bahwa makan tanpa media sebenarnya masih dapat dilakukan. Namun demikian, pengalaman tersebut dirasakan berbeda dibandingkan ketika makan dilakukan sambil mengakses media,*"Bisa sih makan tanpa nonton, tapi rasanya nggak lengkap dan hampa banget."* (Mutiara, Wawancara, 7 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa media telah memperoleh posisi yang penting dalam pengalaman makan Mutiara. Ungkapan *"tidak lengkap"* mengindikasikan

bahwa aktivitas makan tidak lagi dipahami sebagai aktivitas yang cukup dilakukan dengan mengonsumsi makanan saja. Sebaliknya, kehadiran media telah menjadi bagian yang membentuk pengalaman makan sehingga ketidakhadirannya menghadirkan perasaan kehilangan terhadap sesuatu yang selama ini menyertai praktik tersebut. Dalam konteks ini, keterikatan terhadap media tidak muncul karena adanya kewajiban untuk menggunakan media, melainkan karena praktik tersebut telah menjadi bagian dari pengalaman makan yang terus dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan serupa juga ditemukan pada pengalaman Annisa yang menjelaskan bahwa media telah menjadi bagian yang selalu hadir dalam aktivitas makannya, *"Kebutuhan yang wajib banget ada di setiap makanku, tanpa itu rasanya nggak lengkap."* (Annisa, Wawancara, 7 Desember 2025).

Penggunaan istilah *"wajib"* menunjukkan bahwa media telah memperoleh posisi yang semakin sentral dalam praktik makan informan. Pernyataan tersebut tidak hanya memperlihatkan adanya preferensi terhadap penggunaan media, tetapi juga menunjukkan bagaimana media telah menjadi bagian dari struktur aktivitas makan yang dijalankan secara berulang. Aktivitas makan tidak lagi dipahami sebagai praktik yang berdiri sendiri, melainkan telah terintegrasi dengan praktik bermedia sehingga keberadaan media dipersepsikan sebagai bagian yang melengkapi pengalaman makan sehari-hari.

Tingkat keterikatan yang lebih kuat tampak pada pengalaman Sabrina. Berbeda dengan informan lain yang masih melihat media sebagai sesuatu yang melengkapi aktivitas makan, Sabrina menunjukkan bahwa keberadaan media telah menjadi pertimbangan utama sebelum aktivitas makan dilakukan. Hal tersebut terlihat dari pernyataannya: *"Kalau mati lampu pun, mending aku nggak makan daripada makan tanpa nonton."* (Sabrina, Wawancara, 29 Desember 2025).

Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa keberadaan media mulai memengaruhi keputusan informan dalam menjalankan aktivitas makan. Aktivitas makan yang secara biologis merupakan kebutuhan dasar justru ditunda ketika media tidak dapat diakses. Temuan ini menunjukkan bahwa media tidak lagi hanya menyertai aktivitas makan, tetapi telah memperoleh posisi yang cukup penting sehingga keberadaannya menjadi salah satu pertimbangan dalam menentukan kapan aktivitas makan dilakukan. Kondisi tersebut mengindikasikan adanya perubahan dalam cara informan mengorganisasi aktivitas kesehariannya, di mana praktik makan secara perlahan mulai disusun mengikuti keberadaan media.

Hasil observasi penelitian semakin memperkuat temuan tersebut. Peneliti menemukan bahwa beberapa informan cenderung menghentikan aktivitas makan ketika media mengalami gangguan, seperti buffering atau koneksi internet terputus. Pada situasi tersebut, perhatian informan tidak lagi tertuju pada makanan yang sedang dikonsumsi, melainkan beralih pada upaya untuk memulihkan akses media. Aktivitas makan baru kembali dilanjutkan setelah media dapat diputar secara normal. Temuan observasi ini menunjukkan bahwa keberlangsungan praktik makan tidak lagi sepenuhnya ditentukan oleh aktivitas makan itu sendiri, tetapi juga dipengaruhi oleh keberadaan media yang menyertainya.

Dalam perspektif Michel de Certeau (1984), kondisi tersebut pada awalnya dapat dipahami sebagai bentuk *tactic*, yaitu cara individu mengapropriasi media digital sesuai dengan kebutuhan dan konteks kehidupannya. Mahasiswa kos secara aktif memanfaatkan media untuk menemani aktivitas makan, menghadirkan suasana yang lebih nyaman, maupun membangun pengalaman makan yang dianggap lebih menyenangkan. Pada tahap ini, media masih diposisikan sebagai sesuatu yang dimanfaatkan oleh individu untuk memenuhi kebutuhan dalam kehidupan sehari-hari.

Namun demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa praktik tersebut berkembang lebih jauh daripada sekadar bentuk apropriasi individu. Ketika praktik bermedia terus dilakukan secara berulang, dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari, serta memperoleh makna bagi para informan, praktik tersebut mulai membentuk hubungan baru antara individu dengan media. Hubungan tersebut tampak ketika media tidak lagi diposisikan sebagai alat yang digunakan pada saat-saat tertentu, tetapi telah menjadi bagian yang secara konsisten menyertai aktivitas makan. Dengan demikian, praktik yang awalnya merupakan bentuk *tactic* berkembang menjadi praktik yang semakin terstruktur dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam perspektif **Ritual Media Theory**, kondisi tersebut menunjukkan karakteristik ritual media sebagaimana dijelaskan oleh Couldry (2003; 2012). Couldry memandang bahwa ritual media tidak hanya berkaitan dengan pengulangan suatu aktivitas, tetapi juga dengan proses ketika praktik tersebut memperoleh legitimasi dalam kehidupan sehari-hari sehingga diterima sebagai sesuatu yang wajar (*taken for granted*). Ritual bekerja bukan melalui paksaan yang bersifat langsung, melainkan melalui proses yang perlahan menjadikan media sebagai bagian yang tidak lagi dipertanyakan keberadaannya dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Temuan penelitian ini memperlihatkan mekanisme tersebut. Keterikatan

terhadap media tidak terbentuk karena informan dipaksa untuk menggunakan media ketika makan. Sebaliknya, keterikatan tersebut muncul melalui praktik keseharian yang terus diulang hingga media memperoleh posisi yang semakin penting dalam pengalaman makan mereka. Seiring berjalannya waktu, kehadiran media diterima sebagai sesuatu yang normal sehingga aktivitas makan mulai disusun mengikuti keberadaan media. Dalam konteks ini, ritual media tidak hanya menghasilkan pengalaman yang bermakna, tetapi juga secara perlahan membentuk cara individu mengorganisasi aktivitas kesehariannya.

Dengan demikian, gagasan mengenai keterikatan terhadap media dalam penelitian ini tidak hanya memperlihatkan tingginya frekuensi penggunaan media digital, tetapi juga menunjukkan bagaimana media memperoleh posisi yang semakin sentral dalam praktik keseharian mahasiswa kos. Aktivitas makan yang sebelumnya terutama diorganisasi oleh kebutuhan biologis mulai menyesuaikan diri dengan keberadaan media sebagai bagian dari pengalaman makan. Temuan ini memperlihatkan bahwa ritual media bekerja melalui proses yang halus, yaitu ketika media diterima sebagai sesuatu yang normal, diperlukan, dan tidak lagi dipertanyakan dalam kehidupan sehari-hari. Pada titik inilah media tidak hanya menjadi bagian dari praktik makan, tetapi mulai berperan dalam mengorganisasi cara mahasiswa kos menjalankan aktivitas makan mereka.

3. Ekspansi Praktik Bermedia ke Aktivitas Sehari-hari

Temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan tidak berhenti sebagai praktik yang terbatas pada satu konteks aktivitas, tetapi berkembang menjadi praktik yang meluas ke berbagai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Praktik yang pada awalnya dilakukan untuk menyertai aktivitas makan secara perlahan direplikasi dalam aktivitas lain, seperti belajar, mengerjakan tugas, beristirahat, hingga menjelang tidur. Temuan ini menunjukkan bahwa praktik bermedia tidak lagi dipahami sebagai aktivitas yang bersifat situasional, melainkan telah berkembang menjadi bagian dari rutinitas keseharian yang terus dipertahankan oleh para informan.

Ekspansi tersebut memperlihatkan bahwa praktik bermedia tidak hanya berpindah dari satu aktivitas ke aktivitas lain, tetapi juga menunjukkan adanya kesinambungan praktik dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, praktik bermedia yang semula dibangun dalam konteks makan kemudian menjadi pola yang kembali dihadirkan dalam berbagai aktivitas lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa media telah memperoleh posisi

yang semakin penting dalam kehidupan informan sehingga kehadirannya tidak lagi bergantung pada jenis aktivitas yang sedang dilakukan.

Kondisi tersebut tampak pada pengalaman Annisa yang menjelaskan bahwa kebutuhan menghadirkan media tidak hanya muncul ketika makan, tetapi juga dalam berbagai aktivitas lainnya.*"Gak cuma makan aja, bahkan kalau mau tidur pun aku butuh suara buat nemenin. Atau kalau lagi ngerjain tugas, wajib banget sambil dengerin media, entah podcast atau musik."* (Annisa, Wawancara, 7 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa praktik bermedia telah melampaui konteks aktivitas makan. Kehadiran media tidak lagi diposisikan sebagai sesuatu yang hanya diperlukan dalam situasi tertentu, tetapi telah menjadi bagian yang secara konsisten menyertai berbagai aktivitas keseharian. Pengalaman Annisa memperlihatkan bahwa praktik yang awalnya dilakukan ketika makan kemudian direproduksi kembali dalam aktivitas lain sehingga membentuk pola penggunaan media yang relatif konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil observasi penelitian turut memperkuat temuan tersebut. Peneliti menemukan bahwa penggunaan media tidak berhenti ketika aktivitas makan selesai. Sebagian besar informan tetap melanjutkan aktivitas bermedia, baik dengan menyelesaikan konten yang sedang ditonton maupun berpindah pada konten lain tanpa menghentikan penggunaan media. Temuan ini menunjukkan bahwa aktivitas makan hanya menjadi salah satu bagian dari rangkaian praktik bermedia yang berlangsung lebih panjang. Dengan demikian, batas antara aktivitas makan dan aktivitas lain menjadi semakin kabur karena seluruh aktivitas tersebut dihubungkan oleh praktik bermedia yang terus berlanjut.

Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa media tidak lagi hadir mengikuti aktivitas tertentu, melainkan aktivitas sehari-hari justru mulai disusun bersama kehadiran media. Praktik bermedia menjadi semacam benang penghubung yang menyertai berbagai aktivitas sehingga pengalaman keseharian informan tidak lagi dipisahkan berdasarkan jenis aktivitasnya, tetapi dijalani dalam satu rangkaian praktik yang terus berhubungan dengan media.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa perluasan praktik tersebut berlangsung secara bertahap dan sering kali tidak disadari oleh para informan. Dalam beberapa wawancara, informan baru menyadari bahwa media hampir selalu hadir dalam berbagai aktivitas setelah mereka diminta merefleksikan kebiasaan sehari-harinya. Kondisi ini menunjukkan bahwa praktik bermedia telah mengalami proses internalisasi sehingga dijalankan secara otomatis tanpa melalui pertimbangan sadar pada setiap kesempatan.

Dalam perspektif Michel de Certeau (1984), kondisi tersebut memperlihatkan bagaimana mahasiswa kos mengapropriasi media digital sebagai *tactic* untuk menjalankan berbagai aktivitas keseharian sesuai dengan kebutuhan dan konteks kehidupannya. Pada awalnya media dimanfaatkan sebagai cara untuk menemani aktivitas makan, menghadirkan kenyamanan, maupun mengurangi kesunyian ketika menjalani aktivitas secara mandiri. Namun seiring berjalannya waktu, praktik tersebut tidak berhenti pada konteks makan, tetapi terus direproduksi dalam berbagai aktivitas lain sehingga membentuk pola praktik yang lebih luas.

Temuan ini kemudian dapat dipahami lebih jauh melalui perspektif *Ritual Media Theory*. Couldry (2003) menjelaskan bahwa ritual media bekerja ketika praktik tertentu terus dilakukan, memperoleh makna, dan akhirnya diterima sebagai bagian yang wajar dalam kehidupan sehari-hari. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa praktik bermedia yang semula hadir pada aktivitas makan secara perlahan meluas ke berbagai aktivitas lain melalui proses pengulangan yang konsisten. Akibatnya, media tidak lagi dipahami sebagai sesuatu yang digunakan hanya pada situasi tertentu, tetapi telah menjadi bagian yang secara rutin menyertai kehidupan sehari-hari mahasiswa kos.

Dalam konteks tersebut, ekspansi praktik bermedia tidak sekadar menunjukkan bertambahnya frekuensi penggunaan media, tetapi memperlihatkan bagaimana ritual bermedia mulai mengorganisasi berbagai aktivitas keseharian. Kehadiran media tidak lagi mengikuti aktivitas, tetapi aktivitas sehari-hari mulai disusun dengan mempertimbangkan keberadaan media. Kondisi ini tampak ketika informan menghadirkan media secara konsisten saat belajar, beristirahat, mengerjakan tugas, maupun menjelang tidur. Dengan demikian, praktik bermedia berkembang dari praktik yang bersifat kontekstual menjadi praktik yang melintasi berbagai ruang dan waktu dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan tersebut juga menunjukkan bagaimana ritual media bekerja melalui proses yang bersifat halus. Mahasiswa kos tidak merasa sedang dipengaruhi ataupun diarahkan untuk selalu menggunakan media. Sebaliknya, praktik tersebut berkembang secara perlahan melalui pengulangan yang terus dipertahankan hingga akhirnya kehadiran media diterima sebagai sesuatu yang normal dalam menjalankan berbagai aktivitas sehari-hari. Pada titik inilah media tidak lagi sekadar hadir sebagai perangkat digital, tetapi mulai menjadi bagian yang mengorganisasi ritme kehidupan informan.

Dengan demikian, dinamika yang ditemukan dalam penelitian ini tidak hanya menunjukkan perluasan penggunaan media ke berbagai aktivitas lain, tetapi juga

memperlihatkan ekspansi ritual bermedia dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Praktik yang semula dibangun dalam konteks makan kemudian direproduksi pada berbagai aktivitas lain sehingga membentuk pola keseharian yang semakin terintegrasi dengan media. Temuan ini menguatkan pandangan Couldry bahwa ritual media tidak hanya mempertahankan praktik yang telah ada, tetapi juga memungkinkan praktik tersebut meluas dan memperoleh legitimasi dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari.

4. Praktik Bermedia Sebagai Ruang Belajar Komunikasi dalam Kehidupan Sehari-hari

Temuan Temuan penelitian menunjukkan bahwa dinamika praktik bermedia di sekitar waktu makan tidak hanya memengaruhi cara mahasiswa kos menjalankan aktivitas sehari-hari, tetapi juga memperluas pengalaman belajar yang mereka peroleh melalui media. Praktik bermedia yang dilakukan secara berulang menghadirkan paparan terhadap berbagai bentuk komunikasi, mulai dari penggunaan bahasa, dialek, pilihan kosakata, hingga cara membangun percakapan. Akibatnya, praktik bermedia tidak lagi dipahami hanya sebagai aktivitas untuk memperoleh hiburan, tetapi juga berkembang menjadi ruang belajar komunikasi yang berlangsung secara informal dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa proses belajar tersebut tidak berlangsung melalui situasi belajar yang dirancang secara formal, melainkan muncul sebagai konsekuensi dari praktik bermedia yang terus dilakukan dalam keseharian. Paparan terhadap berbagai konten media memungkinkan informan mengamati cara berbicara, gaya penyampaian, maupun bentuk interaksi yang kemudian secara perlahan dipahami, diingat, bahkan digunakan kembali dalam komunikasi sehari-hari. Dengan demikian, praktik bermedia tidak hanya menghadirkan pengalaman menikmati media, tetapi juga memperluas pengalaman komunikasi para informan.

Pengalaman tersebut tampak pada Sabrina yang mengungkapkan bahwa kebiasaannya mengonsumsi media membuat dirinya lebih memahami bahasa dan dialek yang sebelumnya tidak dikenalnya.

"Jujur ada banget, aku kan orang Sumatera, tapi sekarang aku jadi paham Bahasa Jawa, karena aku juga sering ikutin dialek mereka di kehidupan sehari-hari ku. Aku juga suka ikutin medok-medoknya mereka gitu, kayak 'eh kon iku ngopo'. Seru aja gitu jadinya." (Sabrina, Wawancara, 29 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa praktik bermedia memberikan kesempatan bagi Sabrina untuk mengenal bentuk komunikasi yang berasal dari latar budaya yang berbeda. Proses tersebut tidak diperoleh melalui pembelajaran formal, melainkan melalui

paparan media yang terus berulang sehingga bahasa dan dialek yang sebelumnya asing menjadi lebih akrab dan kemudian digunakan dalam komunikasi sehari-hari.

Temuan serupa juga ditemukan pada pengalaman Saniyya, *"Ada. Lebih ke komunikasi. Aku jadi belajar bahasa baru dan kosakata baru. Nonton drama Korea lebih gampang buat belajar dibanding belajar langsung."* (Saniyya, Wawancara, 23 Desember 2025).

Bagi Saniyya, praktik bermedia membuka ruang belajar yang berlangsung secara alami dalam kehidupan sehari-hari. Melalui paparan yang terus dilakukan, media menjadi sumber pengalaman berbahasa yang memperkaya kemampuan komunikasinya. Temuan ini menunjukkan bahwa praktik bermedia tidak hanya menghasilkan pengalaman konsumsi media, tetapi juga memperluas pengetahuan komunikasi yang diperoleh informan.

Pengalaman belajar tersebut tidak hanya berkaitan dengan bahasa, tetapi juga dengan cara membangun komunikasi. Hal tersebut tampak pada pengalaman La Alina yang mengungkapkan:

"Dialeknya sih nggak kebawa ya, tapi karena aku anak Ilkom, aku jadi ikutan belajar dan paham gimana cara mereka ngobrol. Karena yang aku tonton itu obrolan, jadi aku lebih merhatiin cara si Radit communicate atau reach out narasumber biar lebih interaktif." (La Alina, Wawancara, 24 Desember 2025).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa praktik bermedia menjadi ruang observasi terhadap berbagai strategi komunikasi. Informan tidak hanya menikmati isi konten, tetapi juga mengamati bagaimana seorang komunikator membangun percakapan, mengelola interaksi, serta menciptakan komunikasi yang lebih efektif. Dengan demikian, media menjadi sumber referensi yang secara tidak langsung memperkaya pengalaman komunikasi informan.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa hasil dari proses belajar tersebut tidak berhenti pada tahap pengamatan, tetapi terbawa ke dalam praktik komunikasi sehari-hari. Hal tersebut terlihat pada pengalaman Pelangi yang mengungkapkan:*"Sekarang kalau ngomong, dialeknya Nadia Omara suka kebawa ke kehidupan sehari-hari ku, kayak ngomong 'iya, Wak' atau 'kenapa, Wak', khas Nadia Omara gitu deh."* (Pelangi, Wawancara, 30 Desember 2025). Temuan serupa juga ditemukan pada Salma yang mengatakan,*"Yang ku tonton kan livestream game-nya Bang Windah Basudara, dan dia identik banget ngomong 'GG abis', eh sekarang malah kebawa banget ke obrolan sehari-hari ku, dikit-dikit bilang 'GG abis'."* (Salma, Wawancara, 2 Januari 2026).

Kedua pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa praktik bermedia tidak hanya memperkenalkan bentuk komunikasi tertentu, tetapi juga memengaruhi cara informan

berkomunikasi dalam kehidupan sehari-hari. Kosakata, ungkapan, maupun gaya bahasa yang awalnya diperoleh melalui media kemudian direproduksi kembali dalam interaksi sosial mereka. Hal ini menunjukkan bahwa praktik bermedia menjadi ruang pembelajaran komunikasi yang berlangsung secara berkelanjutan.

Dalam perspektif Michel de Certeau (1984), kondisi tersebut memperlihatkan bagaimana mahasiswa kos secara aktif mengapropriasi media sebagai sumber pengetahuan yang relevan dengan kehidupan sehari-harinya. Informan tidak menerima isi media secara pasif, tetapi memilih, mengamati, serta mengadaptasi berbagai bentuk komunikasi yang dianggap sesuai dengan kebutuhan maupun pengalaman mereka. Dengan demikian, praktik bermedia menjadi bentuk *tactic* yang dimanfaatkan untuk memperkaya kemampuan komunikasi melalui pengalaman sehari-hari.

Lebih jauh, dalam perspektif **Ritual Media Theory**, temuan ini menunjukkan bahwa praktik bermedia yang dilakukan secara berulang tidak hanya membentuk kebiasaan menggunakan media, tetapi juga membentuk cara individu memperoleh pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari (Couldry, 2003). Ketika praktik tersebut terus dipertahankan, media secara perlahan memperoleh legitimasi sebagai ruang belajar yang dianggap wajar. Mahasiswa kos tidak lagi secara sadar memisahkan antara aktivitas mengakses media dengan aktivitas belajar karena keduanya telah berlangsung secara bersamaan dalam praktik keseharian. Dengan demikian, ritual bermedia tidak hanya mengorganisasi cara individu menggunakan media, tetapi juga membentuk cara mereka memperoleh pengalaman dan pengetahuan komunikasi.

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan berkembang melampaui fungsi hiburan dan menjadi bagian dari proses belajar komunikasi yang berlangsung secara informal dalam kehidupan sehari-hari. Praktik yang dilakukan secara berulang memungkinkan media memperoleh posisi sebagai ruang belajar yang terus menyertai aktivitas keseharian mahasiswa kos. Temuan ini memperlihatkan bahwa ritual media tidak hanya membentuk pola penggunaan media, tetapi juga memengaruhi bagaimana individu membangun pengetahuan komunikasi melalui praktik keseharian yang terus dipertahankan.

5. Praktik Bermedia dan Perubahan Bentuk Interaksi Sosial dalam Aktivitas Makan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan tidak hanya memengaruhi pengalaman individual mahasiswa kos, tetapi juga menghadirkan perubahan dalam cara mereka membangun interaksi sosial selama aktivitas makan.

Aktivitas makan yang secara konvensional dipahami sebagai ruang untuk bercakap-cakap dan membangun kebersamaan kini memperlihatkan pola yang lebih beragam. Kehadiran media tidak menghilangkan interaksi sosial, tetapi mengubah cara interaksi tersebut berlangsung. Dalam konteks ini, kebersamaan tidak lagi selalu diwujudkan melalui percakapan yang berlangsung sejak awal aktivitas makan, melainkan dapat terbentuk melalui pengalaman bersama dalam mengonsumsi media digital.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa aktivitas makan bersama teman kos tidak selalu diikuti oleh keterlibatan sosial yang intens. Dalam banyak situasi, masing-masing informan tetap berfokus pada media yang digunakan secara personal meskipun berada dalam ruang yang sama. Setiap individu mengakses konten yang berbeda dengan perangkat masing-masing sehingga percakapan selama makan berlangsung relatif terbatas. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberadaan fisik dalam satu ruang tidak secara otomatis menghasilkan interaksi sosial yang aktif.

Kondisi tersebut memperlihatkan adanya perubahan dalam praktik makan bersama. Jika sebelumnya aktivitas makan identik dengan percakapan yang berlangsung sepanjang proses makan, pada penelitian ini aktivitas tersebut justru lebih sering dijalankan secara berdampingan dengan praktik bermedia yang bersifat individual. Dengan demikian, praktik makan bersama tidak lagi berpusat pada komunikasi tatap muka, tetapi memberi ruang bagi pengalaman bermedia yang dijalankan secara personal oleh masing-masing individu.

Namun demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa keterbatasan percakapan tersebut tidak berarti menghilangkan interaksi sosial sepenuhnya. Sebaliknya, media justru menghadirkan bentuk interaksi yang berbeda. Dalam beberapa situasi, percakapan muncul sebagai respons terhadap konten yang sedang dikonsumsi. Komentar spontan seperti *"gila seru banget"* atau *"sumpah geregetan"* memancing respons dari teman yang berada di ruang yang sama sehingga percakapan berkembang secara alami tanpa direncanakan sebelumnya. Temuan ini menunjukkan bahwa media tidak hanya menjadi objek konsumsi individual, tetapi juga dapat menjadi pemicu munculnya komunikasi di antara mahasiswa kos.

Perubahan tersebut tampak lebih jelas pada hasil observasi terhadap informan Mutiara. Pada awalnya, aktivitas makan berlangsung secara individual meskipun dilakukan dalam ruang yang sama. Masing-masing individu berfokus pada media yang diakses melalui perangkatnya sendiri tanpa banyak percakapan. Akan tetapi, situasi tersebut berubah ketika salah satu teman kos selesai makan dan mulai memperhatikan konten yang sedang ditonton oleh Mutiara. Ketertarikan terhadap konten tersebut mendorong terjadinya peralihan dari aktivitas menonton secara individual menuju aktivitas menonton bersama. Mutiara

kemudian menghentikan tayangan sejenak untuk mengajak temannya ikut menyaksikan konten tersebut. Selanjutnya, aktivitas tersebut berkembang menjadi pengalaman bermedia yang bersifat komunal dan disertai dengan percakapan, komentar spontan, tawa, serta berbagai respons terhadap isi konten.

Observasi tersebut memperlihatkan bahwa media dapat menghadirkan dinamika interaksi sosial yang bersifat situasional. Pada awal aktivitas makan, media cenderung memfasilitasi pengalaman yang bersifat individual. Namun, ketika terdapat ketertarikan terhadap konten yang sama, media justru menjadi titik temu yang mempertemukan individu dalam pengalaman bersama. Dengan demikian, media tidak hanya berpotensi membatasi percakapan selama makan, tetapi juga mampu memunculkan bentuk interaksi sosial yang baru melalui pengalaman berbagi konten.

Temuan penelitian ini sejalan dengan konsep **digital commensality** yang menjelaskan bahwa praktik makan bersama pada era digital mengalami transformasi dari bentuk kebersamaan yang semata-mata dibangun melalui percakapan langsung menuju bentuk kebersamaan yang dimediasi oleh teknologi digital. Dalam konteks penelitian ini, kebersamaan tidak lagi hanya dibentuk melalui aktivitas berbicara selama makan, tetapi juga melalui pengalaman bersama dalam mengakses, mengomentari, dan menikmati konten media. Dengan demikian, praktik makan bersama tidak kehilangan dimensi sosialnya, melainkan mengalami perubahan dalam cara kebersamaan tersebut dibangun.

Lebih jauh, dalam perspektif Michel de Certeau (1984), kondisi tersebut memperlihatkan bagaimana mahasiswa kos secara aktif mengapropriasi media sebagai bagian dari praktik sosial kesehariannya. Informan tidak hanya menggunakan media untuk memenuhi kebutuhan individual, tetapi juga memanfaatkan media sebagai sarana membangun kembali interaksi sosial ketika terdapat kesempatan yang memungkinkan. Hal ini menunjukkan bahwa media tidak selalu memisahkan individu dari lingkungan sosialnya, melainkan dapat diapropriasi menjadi ruang yang mempertemukan pengalaman bersama.

Apabila dianalisis melalui **Ritual Media Theory**, temuan ini menunjukkan bahwa ritual bermedia tidak hanya membentuk hubungan individu dengan media, tetapi juga secara perlahan membentuk cara individu membangun relasi sosial dalam kehidupan sehari-hari (Couldry, 2003). Praktik bermedia yang terus dilakukan menjadikan media sebagai bagian yang dianggap wajar dalam aktivitas makan. Akibatnya, bentuk kebersamaan yang dibangun selama makan pun ikut mengalami perubahan. Interaksi sosial tidak lagi selalu diawali melalui percakapan, tetapi dapat berawal dari pengalaman bermedia yang kemudian berkembang menjadi komunikasi antarpengguna media.

Temuan ini memperlihatkan bahwa ritual media bekerja bukan dengan menggantikan relasi sosial secara langsung, melainkan dengan mereorganisasi cara relasi tersebut dibentuk. Media secara perlahan menjadi ruang bersama (*shared space*) yang memungkinkan mahasiswa kos membangun pengalaman kolektif melalui konten yang mereka konsumsi. Dengan demikian, ritual bermedia tidak hanya mengorganisasi praktik individual, tetapi juga mengorganisasi praktik sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keseluruhan, dinamika yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan tidak menghilangkan interaksi sosial, tetapi mentransformasikan bentuknya. Kebersamaan tidak lagi semata-mata diwujudkan melalui percakapan tatap muka, melainkan juga melalui pengalaman bersama dalam mengakses media digital. Temuan ini memperlihatkan bahwa ritual media tidak hanya membentuk hubungan individu dengan media, tetapi juga menghadirkan cara-cara baru dalam membangun kebersamaan di tengah kehidupan mahasiswa kos yang semakin terintegrasi dengan media digital.

Sintesis Dinamika Praktik Bermedia dalam Kehidupan Sehari-hari Mahasiswa Kos

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan tidak dapat dipahami hanya sebagai aktivitas mengakses media digital ketika makan berlangsung. Praktik tersebut berkembang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari mahasiswa kos yang memengaruhi cara mereka menjalankan aktivitas, membangun pengalaman makan, hingga membentuk relasi sosial. Melalui praktik yang dilakukan secara berulang, media tidak lagi hadir sebagai perangkat digital yang digunakan pada situasi tertentu, tetapi menjadi bagian dari praktik keseharian yang secara perlahan terintegrasi dalam berbagai aspek kehidupan informan.

Berbagai dinamika yang ditemukan dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa praktik bermedia menghadirkan perubahan pada berbagai dimensi kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Perubahan tersebut tampak pada bergesernya ritme waktu makan yang mulai menyesuaikan dengan keberadaan media, munculnya keterikatan terhadap media dalam aktivitas makan, meluasnya praktik bermedia ke berbagai aktivitas lain di luar konteks makan, berkembangnya media sebagai ruang belajar komunikasi secara informal, hingga berubahnya bentuk interaksi sosial yang semakin dimediasi oleh pengalaman bermedia. Kelima dinamika tersebut saling berkaitan dan menunjukkan bahwa praktik bermedia tidak berhenti pada aktivitas konsumsi media, tetapi berkembang menjadi praktik sosial yang terus dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa kos tidak hanya menggunakan media sebagai sarana hiburan, tetapi secara aktif mengintegrasikan media ke dalam praktik keseharian sesuai dengan kebutuhan, pengalaman, serta konteks kehidupan mereka. Dalam perspektif Michel de Certeau (1984), kondisi tersebut menunjukkan adanya proses appropriation melalui *tactic*, yaitu cara individu memanfaatkan media digital untuk membangun kenyamanan, mengurangi kesunyian, mengatur ritme aktivitas, hingga menciptakan pengalaman makan yang lebih sesuai dengan kondisi kehidupan sebagai mahasiswa kos yang tinggal jauh dari keluarga. Pada tahap ini, media diposisikan sebagai sumber daya yang secara kreatif dimanfaatkan oleh individu dalam menjalankan kehidupan sehari-harinya.

Namun demikian, penelitian ini juga menunjukkan bahwa praktik tersebut berkembang melampaui sekadar bentuk apropriasi individu. Ketika praktik bermedia terus dilakukan, diulang, dan dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari, praktik tersebut mulai memperoleh makna yang lebih mendalam serta menjadi bagian dari rutinitas yang diterima sebagai sesuatu yang wajar. Dalam perspektif Ritual Media Theory, kondisi tersebut memperlihatkan karakteristik ritual media sebagaimana dijelaskan oleh Couldry (2003; 2012), yaitu ketika suatu praktik tidak hanya dilakukan secara berulang, tetapi juga memperoleh legitimasi dalam kehidupan sehari-hari sehingga keberadaannya tidak lagi dipertanyakan oleh pelakunya.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa ritual media bekerja melalui proses yang berlangsung secara perlahan. Media tidak hadir sebagai kekuatan yang secara langsung mengendalikan perilaku mahasiswa kos, melainkan memperoleh posisi yang semakin penting melalui praktik yang terus dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari. Akibatnya, berbagai aktivitas yang sebelumnya terutama diorganisasi oleh kebutuhan individu mulai disusun dengan mempertimbangkan keberadaan media. Hal tersebut tampak ketika informan menyiapkan media sebelum makan, memperpanjang durasi makan mengikuti konten yang sedang dikonsumsi, menunda aktivitas makan ketika media tidak dapat diakses, menghadirkan media dalam berbagai aktivitas lain, hingga membangun interaksi sosial melalui pengalaman bermedia bersama. Kondisi ini menunjukkan bahwa media tidak lagi sekadar menyertai praktik keseharian, tetapi mulai menjadi bagian yang mengorganisasi praktik tersebut.

Dalam perspektif Couldry, proses tersebut memperlihatkan bagaimana ritual media bekerja melalui mekanisme normalisasi, yaitu ketika kehadiran media diterima sebagai sesuatu yang alami (*taken for granted*) dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa kos tidak

lagi mempertanyakan mengapa media selalu hadir ketika makan ataupun ketika menjalankan aktivitas lainnya, karena praktik tersebut telah menjadi bagian dari rutinitas yang terus direproduksi dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, ritual media tidak bekerja melalui bentuk dominasi yang bersifat langsung, melainkan melalui proses yang halus ketika media memperoleh legitimasi sebagai bagian yang dianggap normal dalam menjalankan praktik keseharian.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian, dapat dipahami bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan bukan hanya mencerminkan perubahan dalam cara mahasiswa menggunakan media, tetapi juga menunjukkan transformasi dalam cara mereka mengorganisasi kehidupan sehari-hari. Aktivitas makan tidak lagi berdiri sebagai praktik yang terpisah, melainkan menjadi bagian dari rangkaian praktik bermedia yang terhubung dengan berbagai aktivitas lain, seperti belajar, beristirahat, hingga membangun relasi sosial. Dengan demikian, media tidak hanya menjadi objek yang dikonsumsi, tetapi berkembang menjadi bagian dari struktur kehidupan sehari-hari mahasiswa kos.

Melalui sintesis ini, penelitian menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan merupakan praktik sosial yang terus berkembang melalui pengulangan, pemaknaan, dan integrasi ke dalam kehidupan sehari-hari. Praktik tersebut tidak hanya memperlihatkan bagaimana mahasiswa kos mengapropriasi media sesuai dengan kebutuhannya, tetapi juga menunjukkan bagaimana media secara perlahan memperoleh posisi yang semakin sentral dalam mengorganisasi pengalaman, aktivitas, dan relasi sosial mereka. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan memperlihatkan karakteristik ritual media, yaitu praktik yang tidak hanya dilakukan secara berulang, tetapi juga menjadi bagian yang dianggap wajar dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos.

BAB IV
PENUTUP

A. Kesimpulan

Sebagai penegasan atas keseluruhan temuan penelitian yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Aktivitas mengakses media tidak lagi dipahami sebagai aktivitas tambahan yang dilakukan ketika makan, tetapi telah terintegrasi ke dalam praktik makan sejak sebelum aktivitas makan dimulai, selama proses makan berlangsung, hingga setelah aktivitas makan selesai. Temuan ini menunjukkan bahwa aktivitas makan dan aktivitas bermedia tidak lagi dijalankan sebagai dua aktivitas yang berdiri sendiri, melainkan telah menyatu dalam satu rangkaian praktik keseharian yang terus dipertahankan oleh mahasiswa kos.

Penelitian ini juga menemukan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan dimaknai secara beragam oleh mahasiswa kos sesuai dengan pengalaman dan konteks kehidupannya. Media tidak hanya dipahami sebagai sarana hiburan, tetapi dimaknai sebagai pendamping dalam pengalaman makan, pembentuk suasana makan, kehadiran yang menyertai aktivitas makan, hingga bagian dari ritual personal. Berbagai pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa media memperoleh arti yang lebih luas daripada sekadar perangkat digital, yaitu sebagai bagian yang membentuk pengalaman makan mahasiswa kos, baik secara emosional maupun sosial.

Lebih lanjut, penelitian ini menunjukkan bahwa pemaknaan tersebut kemudian melahirkan berbagai dinamika dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Praktik bermedia tidak hanya memengaruhi ritme waktu makan, tetapi juga membentuk keterikatan terhadap media, meluas ke berbagai aktivitas keseharian, berkembang menjadi ruang belajar komunikasi secara informal, serta mentransformasikan bentuk interaksi sosial dalam aktivitas makan. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa media tidak hanya hadir sebagai pendamping aktivitas makan, tetapi mulai mengorganisasi berbagai praktik keseharian mahasiswa kos melalui praktik bermedia yang terus dilakukan secara berulang.

Dalam perspektif Michel de Certeau (1984), temuan penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa kos merupakan aktor yang secara aktif mengapropriasi media digital sebagai bagian dari *tactic* untuk membangun kenyamanan, mengelola suasana,

menjalankan aktivitas sehari-hari, serta membentuk pengalaman makan sesuai dengan konteks kehidupannya. Akan tetapi, penelitian ini juga menunjukkan bahwa praktik tersebut berkembang melampaui sekadar bentuk apropriasi individu. Ketika praktik bermedia dilakukan secara berulang, dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari, serta memperoleh makna bagi para informan, praktik tersebut memperlihatkan karakteristik **ritual media** sebagaimana dijelaskan oleh Nick Couldry (2003; 2012). Ritual media dalam penelitian ini tidak dipahami semata-mata sebagai aktivitas yang dilakukan secara berulang, melainkan sebagai praktik yang secara perlahan diterima sebagai sesuatu yang wajar (*taken for granted*) dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut tampak ketika mahasiswa kos mulai mengorganisasi aktivitas makan, ritme keseharian, hingga berbagai aktivitas lain dengan mempertimbangkan keberadaan media sebagai bagian yang menyertai praktik tersebut.

Temuan penelitian ini juga memperkaya kajian **Digital Commensality** dengan menunjukkan bahwa praktik makan bersama pada era digital tidak selalu diwujudkan melalui percakapan tatap muka yang intens, tetapi juga melalui pengalaman bersama dalam mengakses media digital. Dalam konteks mahasiswa kos, media tidak sepenuhnya menggantikan interaksi sosial, melainkan menghadirkan bentuk kebersamaan yang baru, di mana pengalaman bermedia dapat menjadi titik awal munculnya komunikasi, percakapan, maupun aktivitas menonton bersama secara situasional.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, penelitian ini menyimpulkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan merupakan praktik sosial yang telah terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Praktik tersebut tidak hanya memperlihatkan bagaimana mahasiswa kos memanfaatkan media sesuai dengan kebutuhan dan konteks kehidupannya, tetapi juga menunjukkan bagaimana media secara perlahan memperoleh posisi yang semakin sentral dalam mengorganisasi pengalaman makan, aktivitas keseharian, serta relasi sosial mereka. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan memperlihatkan karakteristik ritual media, yaitu praktik yang terus direproduksi, dimaknai, dan diterima sebagai bagian yang wajar dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa kos.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta temuan-temuan yang diperoleh melalui proses observasi dan wawancara mendalam, penelitian ini menunjukkan bahwa praktik penggunaan media dalam aktivitas makan memiliki implikasi yang cukup luas, baik dalam aspek perilaku, pengalaman sehari-hari, maupun

dalam konteks sosial dan komunikasi. Oleh karena itu, diperlukan beberapa saran yang tidak hanya bersifat reflektif, tetapi juga konstruktif, baik untuk pengembangan kajian akademis di bidang Ilmu Komunikasi maupun untuk praktik penggunaan media dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di kalangan mahasiswa kos. Adapun saran yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Saran Akademis

Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik bermedia di sekitar waktu makan tidak hanya berkaitan dengan aktivitas penggunaan media, tetapi juga dengan proses pemaknaan dan pembentukan praktik keseharian yang memperlihatkan karakteristik ritual media. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian mengenai praktik media sehari-hari dengan menggunakan konteks aktivitas yang lebih beragam, seperti praktik bermedia dalam aktivitas belajar, bekerja, beribadah, maupun aktivitas domestik lainnya. Dengan demikian, dapat diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana media diintegrasikan ke dalam berbagai praktik keseharian masyarakat.

Selain itu, penelitian berikutnya dapat memperluas subjek penelitian pada kelompok sosial yang berbeda, seperti keluarga, pekerja, pasangan suami istri, maupun kelompok usia lain. Perbedaan konteks sosial tersebut memungkinkan munculnya variasi praktik bermedia yang dapat memperkaya kajian mengenai ritual media dan praktik kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga masih berfokus pada pengalaman mahasiswa kos dalam satu konteks budaya. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat melakukan studi komparatif antardaerah, antargenerasi, ataupun antarbudaya untuk melihat bagaimana konteks sosial dan budaya memengaruhi terbentuknya praktik bermedia dalam kehidupan sehari-hari.

Dari sisi teoritis, penelitian ini menggunakan perspektif **The Practice of Everyday Life** dari Michel de Certeau, **Ritual Media Theory** dari Nick Couldry, dan **Digital Commensality** sebagai landasan analisis. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian dengan mengombinasikan teori tersebut dengan perspektif lain, seperti **Media Practice Theory**, **Uses and Gratifications**, atau pendekatan mengenai **digital well-being**, sehingga mampu menghasilkan pemahaman yang lebih beragam mengenai hubungan antara media digital dan praktik kehidupan sehari-hari.

2. Saran Praktis

Bagi Hasil penelitian menunjukkan bahwa media telah menjadi bagian yang terintegrasi dalam aktivitas makan mahasiswa kos. Kehadiran media mampu

menghadirkan kenyamanan, membangun suasana makan, mengurangi kesunyian, bahkan menjadi ruang belajar komunikasi. Namun, penelitian ini juga memperlihatkan bahwa praktik bermedia dapat memengaruhi ritme aktivitas, memperpanjang durasi makan, serta membentuk keterikatan terhadap media dalam kehidupan sehari-hari.

Oleh karena itu, mahasiswa kos diharapkan dapat lebih reflektif dalam menjalankan praktik bermedia, khususnya ketika aktivitas tersebut mulai memengaruhi pengelolaan waktu maupun aktivitas lainnya. Kesadaran terhadap bagaimana media diintegrasikan dalam kehidupan sehari-hari menjadi penting agar media tetap memberikan manfaat tanpa mengurangi kualitas aktivitas sehari-hari maupun kemampuan individu dalam mengelola waktu dan membangun interaksi sosial secara langsung.

3. Saran Sosial

Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik bermedia telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari mahasiswa kos. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran bersama bahwa media tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga membentuk cara individu menjalani aktivitas, membangun kenyamanan, serta mengalami kebersamaan. Dalam konteks tersebut, lingkungan sosial, seperti teman sebaya maupun komunitas mahasiswa, dapat menciptakan ruang-ruang interaksi yang tetap memberikan kesempatan bagi komunikasi tatap muka, tanpa menghilangkan peran media sebagai bagian dari praktik keseharian. Dengan demikian, praktik bermedia dapat dijalankan secara lebih reflektif sehingga media tidak hanya menjadi pendamping aktivitas sehari-hari, tetapi juga mendukung terbangunnya relasi sosial yang bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

Bertran, F. A., Alhasan, K., Ceccaldi, & Covaci, A. (2022). Playful Potential of Digital Commensality: Interaction, Enjoyment, and Social Connectedness in Virtual Dinner Parties. *Human–Computer Interaction*, 123–145.

Bovill, M., & Livingstone, S. M. (2001). Bedroom culture and the privatization of media use. In L. c. series. London: Lawrence Erlbaum Associates.

Budiono, S., Hidayatullah, A., & Purnama, A. (2024, Maret 1). Tayangan Kuliner di Media Sosial: Faktor Pemicu Nafsu Makan pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Indonesia Maju. *Jurnal Teknologi Kesehatan (Journal of Health Technology)*, 28-35.

Carey, J. W. (1989). Communication as Culture: Essays on Media and Society. In Routledge. New York and London.

Couldry, N. (2003). Media Rituals: A Critical Approach . In Routledge.

Couldry, N. (2014). *Mediatized rituals: Understanding the media in the age of deep mediatization.* Palgrave Macmillan.

Jihad, F., Paradhiba, M., & J, M. (2024, April 1). Pengaruh Media Sosial Terhadap Preferensi Makanan Sehat dan Bergizi Pada Remaja: Studi di Kalangan Siswa SMA. *Journal of Healthcare Technology and Medicine, 10*.

Lincoln, S. (2015). *'My Bedroom Is Me': Young People, Private Space, Consumption and the Family Home.* London: Palgrave Macmillan.

Livingstone, S. (2009). Half a Century of Television in the Lives of Our Children. *The Annals of American Academy of Political and Social Science*, 151-163.

McRobbie, A., & Garber, J. (1981). *Culture, Ideology and Social Proccess.*

Routledge: Bastfords Academic and Educational .

Mensah, D. O., & Tuomainen, H. (2024). Eating alone or together: Exploring university students' eating patterns before and during the COVID-19 pandemic. *Food and Foodways*, 163–185. doi:https://doi.org/10.1080/07409710.2024.2333119

MR, P. C., Pinto , A., Caixeta, T., Monteiro , R., & Bermúdez, X. (2022). Digital Forms of Commensality in the 21st Century: A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*.

Nareswari, A. (2022). GAMBARAN ADIKSI INTERNET DAN PRAKTIK MAKAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UIN SYARIF HIDAYATULLAH JAKARTA. *repository*, 46-50.

Nurchayati, M.S, Khoirunnisa, R., & Darmawanti, I. (2021). Strategi Coping Mahasiswa dalam Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 247-248.

Nurchayati, Syafiq, M., Khoirunnisa, R. N., & Darmawanti, I. (2021). Strategi Coping Mahasiswa dalam Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa Pandemi COVID-19 Students' Strategies for Coping with the Emergency Transition to Online Learning under the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 247-266.

Saraswati, D., & Lubis, I. (2025, Februari 1). Analisis Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Pola Konsumsi Makanan pada Mahasiswa di Kota Medan. *Jurnal Penelitian Inovatif (JUPIN), 5*, 521-528. doi:https://doi.org/10.54082/jupin.1290

Sihvonen, J. (2015). Media Consumption and the Identity Projects of the Young. *SAGE Publication*, 171-189.

Silverstone, R. (1994). Television and Everyday Life. In Routledge. USA: Taylor & Francis e- Library.

Spence , C., Mancini, M., & Huisman, G. (2019). Digital Commensality: Eating and Drinking in the Company of Technology. *Frontiers in Psychology* , 1-16.

Wahyudi, R., & Nughroho, H. (2022). Mengaburnya Ruang Publik dan Ruang Privat dalam Praktik Konsumsi Media Baru. *Jurnal Komunikasi* , 101-112.

Wang, C., Peng, Y., Qiu, L., & Wan, X. (2021). Cloud-Based Commensality: Enjoy the Company of Co-diners Without Social Facilitation of Eating. *Reseach Gate, 12*.

Wu, Y., Kemps, E., & Prichard. (2024, March). Digging into digital buffets: A systematic review of eating-related social media content and its relationship with body image and eating behaviours. Body Image. *Elsevier, 48*.

doi:https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.101650

De Certeau, M. (1984). *The Practice of Everyday Life.* London, England: University Of California Press.

Altman, I. (1975). *The environment and social behavior : privacy, personal space, territory, crowding.* Monterey, California: Wadsworth Publishing Company.

Blumler, J. G., & Katz, E. (1974). *The Uses of mass communications : current perspectives on gratifications research.* Beverly Hills : Sage Publications.

Hall, E. T. (1966). *The Hidden Dimension.* Gardencity, New York: doubleday & company, inc.

Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other.* New York: Basic Books.

Verma , A., Islam, S. N., Moghaddam, V., & Anwar, A. (2023). Digital Emotion Regulation on Social Media. *Cornell University* .

Lampiran 1 : Transkip Laporan Observasi dan Wawancara

Identitas Observasi

Tanggal: Minggu, 7 Desember 2025

Waktu: 19.30-20.15

Lokasi: Kos Putri Azzahra

Nama informan: Mutiara Mirza (21 tahun)

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok meja belajar)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan malam (makan utama), dijam 19:30-20.15
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Suasana ruang: Terang, bersih, Ipad ditaruh diatas Kasur, suara ac kamar terdengar lembut, namun ada orang lain di dalam ruangan yang juga menyalakan media.

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	Makan bersama teman kos (ada orang lain didalam ruangan)
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Ipad ditaruh dikasur, disandarkan pada bantal yang menjadi stand mobile ipad. Layar dihadapkan kewajah dan M duduk dilantai bawah.
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Ipad
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	Netflix, dan sedang menonton Stanger Things
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke media secara serius, ke makanan 30%, ke layar media 70%
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, bahkan sampai selesai makan media masih terus diputar.
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Antusias dan serius, sesekali tertawa dan memberikan komentar. M merupakan tipekal yang menonton sambil memberikan reaction (komentator)
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Sangat terlihat saat makan berlangsung, M terlihat sangat ketergantungan dengan media. Bahkan ketika sedang minum pun, pandangan nya tidak lepas dari media yang sedang

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	berlangsung. Seakan akan tidak ingin melewati satu scene sedikitpun. Pun, handphone M ditaruh jauh dari Ipad. Sehingga M benar-benar memfokuskan dirinya untuk menonton sambil makan tanpa adanya interupsi dari nada notifikasi handphone.
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Selama proses makan dan bermedia berlangsung, M banyak memberikan reaksi terhadap apa yang ditontonannya. Berupa komentar-komentar
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Video sempat buffering 5 menit. Respon M jadi kesal, bahkan beberapa kali melontarkan makian kecil, sambil ngetuk ngetuk layar ipad, bolak balik menyala dan mematikan jaringan WiFi Kost. Selama 5 menit, makanan tidak disentuh sama sekali, lalu setelah jaringan tiba tiba kembali, aktivitas makan nya berlanjut seperti biasa
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Menatap layar terus menerus, sesekali membenarkan posisi ipad agar tidak terlalu kebelakang.
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	Di awal fokus ke media masing-masing, saat teman M selesai makan, teman M mendatangi M dan berakhir menonton bersama
Catat jika ada komentar spontan	“gila seru banget”

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	“sumpah geregetannn, meski kepo gaakan gue skip” “kayanya yang berani nonton kaya gini si nasywa deh” “nahkan dia bikin lubang”
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	Teman kos M yang melihat reaksi M sangat antusias, tertarik untuk melihat film yang di tonton oleh si M, M mempause media nya sebentar, lalu mengajak teman nya untuk ikut nonton bersama. Yang peneliti lihat, mereka berdua jadi sangat antusias, bahkan saling memberi reaction satu sama lain mengenai film yang mereka lihat. Temen kos M, sesekali memberi spoiler yang membuat M jadi tambah antusias
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	Saat menunggu wifi kos kembali menyala, mereka banyak memberikan reaction terhadap tontonan yang mereka, dan saat video kembali menyala, mereka kembali menonton
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Lanjut nonton lagi sampai selesai
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai “teman makan”, bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	• Media berfungsi sebagai **ritual pembuka makan**. M tidak akan mulai makan sebelum membuka netflix • Media juga menjadi pemicu mood, terlihat dari ekspresi M ketika tertawa dan memberikan komentar komentar spontan.

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	• Ternyata media mempengaruhi speed makan si M, bukan hanya sekedar peneman makan biasa. Dia jauh berperan lebih dari itu. • Ada unsur **digital commensality**, dimana meski berada diruangan yang sama dengan oranglain saat makan, mereka sibuk dengan media masing masing, dengan tontonan masing-masing. Tanpa merasa terganggu satu sama lain. • Ada dan tidak adanya seseorang tidak mempengaruhi kualitas bermedia nya.
Peran Media saat Makan	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	F. Konteks Sosial & Ruang ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Catatan reflektif:

1. Mereka diruangan yang sama saat makan, tapi mereka sibuk dengan media masing-masing dengan tontonan masing-masing
2. Ternyata media mempengaruhi speed makan seseorang, bukan hanya sekedar peneman makan, media berperan jauh dari itu.
3. M merupakan tipe yang slow eater, kalau tontonan media nya bagus, M akan menjadi sangat slow eater, tapi kalau media yang ditonton terkesan boring dan tidak bagus, biasanya M menjelma menjadi fast eater.

Identitas Narasumber		
Nama	:	Mutiara Mirza
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Umur	:	21 Tahun
Asal Instansi	:	UII
Angkatan	:	2022
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Di meja depan
Pertanyaan 2	:	Meja depan, berarti di luar kamar? berarti kamu gak suka makan didalam kamar?
Jawaban	:	Jarang, kecuali kalau misalnya di depan meja itu ada orang gitu, baru deh aku makan di kamar
Pertanyaan 3	:	Jadi, ada dan tiadanya orang itu memengaruhi kamu juga ya?

Jawaban	:	Betul, kalau ada orang dimeja depan aku lebih prefer makan di kamar kos depends on table
Pertanyaan 4	:	Kamu lebih sering makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Sendiri sih
Pertanyaan 5	:	Biasanya kamu makan sambil ngapain? Nonton? Atau ada kegiatan atau kebiasaan tertentu sebelum makan?
Jawaban	:	Nonton top tier aku sih ma
Pertanyaan 6	:	Nonton biasanya pake media apa saat makan?
Jawaban	:	Ipad, aku pasti pakai ipad
Pertanyaan 7	:	Platform apa yang paling sering kamu buka saat makan?
Jawaban	:	Youtube, Netflix, Ganti gantian aja
Pertanyaan 8	:	Kenapa kamu suka pake platform itu?
Jawaban	:	Karena enak, durasi mereka kan cenderung lama tuh, jadi gaperlu repot-repot ganti channel, jadi proses makan ku gak terganggu
Pertanyaan 9	:	di platform Youtube/ Netflix kamu sering buka apa saat makan? Ada konten wajib gak tiap kali makan? Atau genre tertentu?
Jawaban	:	Kalau youtube aku lebih sering nonton podcast, podcastnya titik kumpul. Sebenernya aku punya 3 channel yang aku attach banget sama mereka, dan pasti akan aku ulang-ulang tiap makan. Pertama dari Titik Kumpul, Ria SW, sama dua pengacara
Pertanyaan 10	:	Kamu fully nonton, atau sekedar scroll aja?
Jawaban	:	Nonton sih ma, nonton. Karena aku gabisa makan sambil ngescroll konten gonta ganti gitu, gaenak
Pertanyaan 11	:	Kamu biasanya nyalain media sebelum makan, atau saat makan?
Jawaban	:	Sebelum, jadi urutannya aku nyalain media

		dulu, buka makanan ku, play, baru nonton.
Pertanyaan 12	:	Pas kamu makan sambil bermedia, kamu lebih fokus ke makanan nya atau ke kontennya?
Jawaban	:	Sebenernya depends on the media sih ma, kaya tadi tuhkan aku nonton stranger things, seru banget tuh dia, aku akan lebih fokus ke tontonan ku. Tapi kalau kontennya boring, kayanya aku bakal lebih fokus ke makan ku sih
Pertanyaan 13	:	Kamu biasanya pegang Ipad terus? Disandarin? Atau ditaruh di posisi tertentu? Kenapa?
Jawaban	:	Ditaruh di posisi tertentu, aku lebih suka di sandarin tapi posisinya tuh tegak, dan layarnya ngarah ke muka, jadi menurut aku lebih comfort
Pertanyaan 14	:	Kalau lagi makan, terus videonya buffering-buffering gitu, atau tiba tiba ipad jatuh terus koneksinya jelek, reaksi kamu biasanya gimana?
Jawaban	:	Kesel banget sih jujur, apalagi jogja lately suka banget mati lampu tiba tiba. Kalau seandainya nih video mati gara gara mati lampu, aku bakal lanjut makan meski dalam keadaan bete, tapi kalau seandainya kaya Cuma buffering tiba tiba gitu, aku bakal nunggu dulu, kalau sampe 2-3 menit gak bisa, aku bakal langsung cek wifi kos.
Pertanyaan 15	:	Ada nggak ekspresi atau perasaan tertentu yang kamu rasakan kalau kontennya seru atau enggak?
Jawaban	:	Ada dongg, ya kalau videonya seru atau lucu pasti aku bakal ketawa, tapi lebih sering ngomen sih hehehe
Pertanyaan 16	:	Kenapasih kamu lebih nyaman makan sambil nonton atau buka media?
Jawaban	:	Karena udah kebiasaan sih ma, jadi kalau misalnya gak nonton atau liat media rasanya boring banget, apalagi aku kan makan nya juga sendiri,

		ngapain lagi coba,sekalian aja biar fokus ku juga gak ke makanan doang
Pertanyaan 17	:	Tapi, kamu bisa gak makan tanpa nonton?
Jawaban	:	Bisa, tapi gak lengkap dan rasanya gaenak. Hampa banget
Pertanyaan 18	:	Menurut kamu sendiri, apa peran media bagi kamu saat makan? Jadi teman makan, penghibur, ngisi sepi, atau sudah jadi kebiasaan?
Jawaban	:	Jujur, ini sudah adapted jd kebiasaan sih ma, dan penghibur banget, kaya jadi media penghibur, entertain. Apalagi gak ada temen gitu kan, si media ini berperan banget sih jadi teman makan ku juga.
Pertanyaan 19	:	Kapan kamu pertama kali sadar bahwa kamu selalu butuh media saat makan?
Jawaban	:	Sekarang, jujur baru aku realize sekarang
Pertanyaan 20	:	Setelah?
Jawaban	:	Setelah wawancara ini, setelah kamu nanya-nanya, aku baru sadar kalau aku seketergantungan itu ya sama media. Gacuma di kos aja, aku juga ngerasa mau dirumah, mau di kosan, aku gaakan bisa jauh dari Ipad kalau makan. Karena pasti even aku gak buka ipad, aku akan buka hape ku untuk scroll tiktok. Pokoknya, literally yang harus berbau media dan pengalih. Ya, harus ada suara lain lah kasarannya gitu
Pertanyaan 21	:	Kalau makan bareng teman kos, biasanya kalian ngobrol atau tetap fokus sama media masing- masing?
Jawaban	:	Ngobrol, tapi gini ma. Misalnya si maisya ke kos ku, terus kita makan. Walaupun kita nonton film, kita tetap interaction. Kaya saling ngomen gitu, kaya “tapi ini gak sih, itu gak sih”, kaya gitu masih ada interaksi, gak yang literally diem.

Pertanyaan 22	:	Tapi yang aku lihat tadi, ketika kamu makan sama caca, aku gak lihat kamu interaksi sama caca. Kamu fokus makan sendiri dan caca fokus makan sendiri?
Jawaban	:	Nah kalau itu karena film yang mau kita tonton beda ma, tadi si caca kan mau nonton drakor, sedang aku mau nonton stranger things, series yang sudah caca tonton duluan. Jadi, kita sepakat untuk nonton sendiri-sendiri, hehehe
Pertanyaan 23	:	Tapi nih, misalnya kalian diruangan yang sama. Si caca tiba-tiba ketawa, sedangkan kamu lagi tegang sama film yang kamu tonton. Kamu terganggu sama suara caca?
Jawaban	:	Jujur enggak, justru aku bakal kepo banget sama apa yang caca tonton. Dan aku gak terganggu sama sekalii, bahkan aku bisa bilang ke dia "mundurin lagi donggg, lu ketawain apasih"
Pertanyaan 24	:	Kamu pernah gak nonton bareng, satu konten saat makan? Menurut kamu suasana nya gimana?
Jawaban	:	Pernah dan sering, dan jujur aku gak fokus kalau misalnya nonton nya tuh bareng, karena fokus aku tuh bakal kepecah banget karena respon dari orang yang disebelahku.
Pertanyaan 25	:	Gimana suasanannya?
Jawaban	:	Suasananya yaaa.. sebenernya happy, cuman aku kadang masih butuh gini, "kayanya gue harus re-watch ini lagi deh" soalnya aku kayak kehilangan part ini, part boomnya. Jadi ngerasa kurang klimaks aja
Pertanyaan 26	:	Kamu ngerasa gak, ada pengaruh media terhadap kedekatan atau jarak kamu dengan teman saat makan?
Jawaban	:	Kalau konteksnya hari ini, ya ada dong, karena

		kan beda tontonan. Jadi kayak, kok kita gak bonding gini sih. Apalagi konten yang kita nonton beda, kerasa banget sih jaraknya
Pertanyaan 27	:	Setelah selesai makan, kamu biasanya lanjut nonton atau langsung tutup media?
Jawaban	:	Lanjut nonton dong, apalagi kalau konten dan filmnya belum selesai,
Pertanyaan 28	:	Setelah kamu mkan, dan tontonan nya sudah selesai. Kamu akan lanjut cari channel lain atau enggak?
Jawaban	:	Cari channel lain
Pertanyaan 29	:	Masih di platform yang sama?
Jawaban	:	Yup betul, aku akan tetep buka youtube lagi tapi dengan channel konten yang berbeda
Pertanyaan 30	:	Menurut kamu, kebiasaan bermedia saat makan ini berdampak gak ke aktivitas harianmu?
Jawaban	:	Iya, berdampak banget. Jujur ya ma, aku inikan slow eater banget yaa, dan sering tuh yang harusnya aku ngerjain hal yang lebih penting, semuanya jadi ketunda, gara gara filmya seru. Bukannya ngerjain deadline lain, aku malah lanjut nonton. Otomatis itu jadi menhambat kegiatan sehari-sehari ku kan. Kayak misalnya aku harusnya tuh makan paling lama 30 menit sendiri, karena nonton, aku bisa tuh spending sampe 1,5 jam, karena makanannya selesai sejam terus 30 menitnnya lanjut nonton. Menurut ku itu sama aja mengambat waktu-waktuku untuk kegiatan yang lain
Pertanyaan 31		Menurut kamu kebiasaan ini lebih banyak sisi positif nya atau negatifnya?
Jawaban	:	Negatifnya sih, karena kaya tadi, yang harusnya ngerjain ini itu, kaya ngerjain transkrip untuk

		skripsi, aku malah choose lanjut nonton. Dan plus, aku ngerasanya, aku jadi lebih susah kenyang, kan sebenernya nonton sambil makan tuh bikin gendut karena otak kita gak respon ke makanan.
Pertanyaan 32		Kalau suatu hari nanti kamu diminta makan tanpa media selama seminggu, apa yang bakal kamu rasain
Jawaban	:	Mungkin awalnya bete ya, kaya sesimpel yang biasanya makan ada nasi terus tiba tiba gak ada nasi kan pasti kaya kecarian-kecarian dulu, tapi mungkin bisa dicoba juga sih, challenge juga untuk aku, kayaknya udah terlalu kecanduan banget deh.
Pertanyaan 33	:	Jadi kebiasaan bermedia saat makan itu lebih ke kebutuhan, kenyamanan, atau ritual jadinya?
Jawaban		Ritual pribadi
Pertanyaan 34	:	Kamu ngerasa gak kebiasaan ini berubah sejak tinggal di kos? Atau sama saja dari sebelum ngekos?
Jawaban	:	Dari dulu, ini kebiasaan dari rumah. Cuman kalau di rumah aku meskipun aku sebenarnya nonton, masih ada Sesi kayak “oh ternyata keluarga aku lagi kumpul makan aku gak nonton dulu deh” tapi kalau misalnya emang keluarga aku, papah aku kerja dan mamah aku masih di toko, yaudah aku nonton, karena gak ada temen gitu. Cuman bedanya kalau di Kos kan fully Almost sendirian kan, Gak makan sama tetangga kos juga, jadi aku ngerasa kalau ini makin memperkuat habbit aku jadi makin kecanduan.
Pertanyaan 35	:	Terimakasih atas waktunya Mutiara
Jawaban	:	Sama sama Alma

Identitas Observasi

Tanggal: Minggu, 7 Desember 2025

Waktu: 19.20-19.50

Lokasi: Kos Putri Azzahra

Nama informan: Annisa Adelya (21 tahun)

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok meja belajar)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan malam (makan utama), dijam 19:20-19.50
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Kamar cukup terang, dan ruangan bersih. A makan di lantai, Laptop nya ia sandarkan di dinding dekat meja. Suasana kamar tenang, hanya terdengar suara lembut AC dan audio dari video Netflix yang sedang ia putar. Namun, hari itu ada orang lain selain A, namun peneliti tidak melihat A merasa terganggu. Dan tetap fokus pada media yang sedang ia gunakan
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	Makan bersama teman kos (ada orang lain didalam ruangan)
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Laptop nya ia sandarkan di dinding dekat meja yang menjadi stand mobile laptop. Layar dihadapkan kewajah dan A duduk dilantai bawah.

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Laptop
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	Netflix, dan sedang menonton Would You Marry Me
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke media secara serius, ke makanan 20%, ke layar media 80%
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, bahkan sampai selesai makan media masih terus diputar.
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	A sangat responsif terhadap apa yang ditontonnya, banyak melontarkan celetukan-celetukan selama film berlangsung, bahkan tak jarang tertawa selama film berlangsung
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Sangat terlihat saat makan berlangsung, M terlihat sangat ketergantungan dengan media. Bahkan ketika sedang minum pun, pandangan nya tidak lepas dari media yang sedang berlangsung. Seakan akan tidak ingin melewati satu scene sedikitpun. Pun, handphone M ditaruh jauh dari Ipad. Sehingga M benar-benar memfokuskan dirinya untuk menonton sambil makan tanpa adanya interupsi dari nada notifikasi

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	handphone.
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Selama proses makan dan bermedia berlangsung, M banyak memberikan reaksi terhadap apa yang ditontonannya. Berupa komentar-komentar
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Video sempat buffering di 2-3 menit. Tanpa berlama-lama, A langsung menghentikan makannya,keluar dari kamar dan langsung merestart wifi kossan. Jelang 4 menit kemudian, wifi sudah berjalan seperti semula. Selama proses menunggu, A terlihat lebih gelisah dari biasanya, karena dia juga tidak punya paket data, sehingga tidak bisa menggunakan hostpot. Terlihat perubahan mimic wajah yang kesal dari raut wajahnya. Mood makannya pun berkurang.
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Menatap layar terus menerus, sesekali membenarkan posisi ipad agar tidak terlalu kebelakang.
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	Di awal fokus ke media masing-masing, saat A selesai makan, A mendatangi temannya dan berakhir menonton bersama
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”,	“kenapasih susah banget pekanya” “lah kan tinggal bilang”

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
"bosen", "lagi trending nih") yang muncul saat makan	"apaansih pake malu malu gitu, gemes banget" "seru seruu
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	Setelah selesai makan, A melihat teman diseberangnya (berada diruangan yang sama) terlihat tertawa dan memberi banyak reaction terhadap apa yang ditontonnya. Akhirnya A memutuskan untuk ikut menonton bersama dengan teman kosnya. Yang peneliti lihat, mereka berdua jadi sangat antusias, bahkan saling memberi reaction satu sama lain mengenai film yang mereka lihat. Dan teman kos A juga terlihat sangat senang dengan kehadiran A, tidak terlihat terngganggu.
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	Mereka lebih banyak memberikan reaksi satu sama lain dengan series yang ditontonnya. Bahkan saling menimpali review series tsb yang beredar di tiktok.
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Lanjut nonton lagi sampai selesai
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai "teman makan", bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	• Media berfungsi sebagai **ritual pembuka makan**. A tidak akan mulai makan sebelum membuka netflix • Media juga menjadi pemicu mood, terlihat dari ekspresi A ketika tertawa dan memberikan komentar komentar spontan. Tak jarang memberikan reaksi-reaksi nyata terhadap apa yang ditontonnya

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	• Ada unsur **digital commensality**, dimana meski berada diruangan yang sama dengan oranglain saat makan, mereka sibuk dengan media masing masing, dengan tontonan masing-masing. Tanpa merasa terganggu satu sama lain. • Ada dan tidak adanya seseorang tidak mempengaruhi kualitas bermedia nya.
Peran Media saat Makan	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih**

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	Perhatian ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber Nama Jenis Kelamin Umur Asal Instansi Angkatan	 : : : : :	 Annisa Adelya Perempuan 21 Tahun UII 2022
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Di kamar kos, dimeja dalam kamar kos
Pertanyaan 2	:	Kamu lebih sering makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Sendiri
Pertanyaan 3	:	Biasanya kalau lagi makan kamu sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu gak yang kamu lakuin?
Jawaban	:	Akusih biasanya sambil nonton, pasti sambil nonton
Pertanyaan 4	:	Kamu biasanya pake media apa saat makan? Pake laptop? Hape? Atau ipad?
Jawaban	:	Laptop
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang biasanya kamu buka saat makan?
Jawaban	:	Youtube, Netflix, Disney
Pertanyaan 6	:	Kenapa?
Jawaban	:	Kalau Youtube biasanya aku pake untuk nonton podcast, kalau Netflix tergantung, ada film apa nih yang lagi hype disitu, kalau Disney sama

		aja kaya Netflix, Cuma kalau emang berlangganan ku lagi habis di Netflix, aku biasanya ngehabisin yang di Disney dulu. Atau misalnya ada film film yang gak keluar di Netflix, baru aku buka Disney.
Pertanyaan 7	:	Kalau Youtube, Tiktok, IG dsb, biasanya kamu pake untuk full nonton atau sekedar scroll aja?
Jawaban	:	Kalau Tiktok IG aku selalu pake untuk scroll aja, kecuali ada drama china yang biasanya lewat gitu, biasanya aku akan stay lebih lama di sana. Tapi kalau Youtube, Netflix seperti yang aku sebutin diawal tadi, aku tonton dari awal sampe akhir.
Pertanyaan 8	:	Kamu ada konten tertentu atau genre tertentu gak saat nonton?
Jawaban	:	Kadang kalau aku lagi boring banget untuk nonton film, aku biasanya aku choosing nonton podcast. Podcastnya biasanya dari agak laen sama Nadia omara.
Pertanyaan 9	:	Kamu biasanya nyalain media saat sebelum makan? Atau saat makan?
Jawaban	:	Sebelum dong
Pertanyaan 10	:	Saat kamu makan sambil buka media, kamu lebih fokus ke makanan atau ke media nya?
Jawaban	:	Lebih fokus ke media kontennya sih
Pertanyaan 11	:	Kamu biasanya naruh laptopnya di pegang, disandarin atau ada posisi tertentu yang bikin kamu nyaman?
Jawaban	:	Dibuka dan disandarin ke dinding meja ku, yang dibawah TV, itu super comfort sih.
Pertanyaan 12	:	Kalau lagi makan terus videonya buffering, atau media yang sedang kamu pake tiba tiba jatuh, kira kira apa reaction kamu dan apa yang akan kamu lakuin?

Jawaban	:	Sebel, dan aku akan langsung restart wifi. Kadang kalau misalnya aku udah sebel banget, aku bisa langsung switch media sih, aku bisa langsung ganti media ke HP untuk scrolling Tiktok sambil makan. Atau tetep nonton Youtube tapi pake Tiktok
Pertanyaan 13	:	Ada gak ekspresi tertentu saat kamu buka media, misalnya kaya kontennya lucu, atau justru kamu tipekal yang datar aja
Jawaban	:	Ketawa sih, dan aku seneng banget komen komen konten yang lagi aku tonton gitu
Pertanyaan 14	:	Kenapasih kamu lebih seneng nonton sambil buka media?
Jawaban	:	Karena udah kebiasaan, kebiasaan dari lama sih, aku kan dari dulu udah ngekos, even makan nya sama temen pun, aku sama mereka akan nonton bareng bareng gitu. Dan pun kalau dirumah, gak ada mama ku, aku sama adekku bakal di kamar masing masing makan nya, dan nonton sesuai keinginan masing masing alias gak bareng.
Pertanyaan 15	:	Menurut kamu makan tanpa media rasanya gimana?
Jawaban	:	Kalau sendiri aneh, tapi kalau makan sama temen temen ya biasa aja
Pertanyaan 16	:	Jadi ini tergantung suasana ya, kalau kamu sendirian rasanya awkward tapi kalau sama temen ya fun aja
Jawaban	:	Betul banget
Pertanyaan 17	:	Apa peran media buat kamu saat makan?
Jawaban	:	Jujur, sebagai teman makan dan juga menurut aku hal ini sudah beranjak menjadi habbit aku
Pertanyaan 18	:	Kapan kamu pertama kali sadar bahwa kamu akan selalu butuh media saat makan?

Jawaban	:	Udah lama sih, karena aku SMA nya juga ngekos, aku makin ngerasa gabisa lepas dari habbit makan sambil nonton ini. Gacuma makan aja, bahkan in another context, misalnya aku mau tidur pun, aku butuh suara untuk nemenin aku. Atau kaya misalnya aku lagi ngerjain tugas, wajib banget sambil dengerin media, entah buka podcast or music. As background noise
Pertanyaan 19	:	Kalau makan sama temen kos, kalian biasanya buka media bareng atau malah masing masing?
Jawaban	:	Tergantung, kalau misalnya memang lagi ada topik yang mau kita bahas kita akan cenderung ngobrol, depends on saw the media. Tapi kalau misalnya memang lagi gak ada yang kita bahas, yaudah kita prefer liat media masing masing, di device masing masing.
Pertanyaan 20	:	Cenderung ngobrol? Atau liat media masing masing?
Jawaban	:	Nah itu tergantung seberapa banyak yang ada di kos aku, misalnya temen nya Cuma 1, alias kita berdua aja, ya bakal fokus ke media masing masing. Tapi kalau yang datang ke kos aku lebih dari 2 orang ya pasti bakal ngobrol.
Pertanyaan 21	:	Berarti itu tergantung dari kuantitas orang yang ada didalam kamar kamu ya?
Jawaban	:	Betul sekali
Pertanyaan 22	:	Pernah gak makan dengan 1 konten bareng saat makan? Suasananya gimana?
Jawaban	:	Kalau aku sih ngerasanya seneng aja dan gak ngerubah fokus ku
Pertanyaan 23	:	Kamu ngerasa gak ada pengaruh/ gap antara kedekatan kamu dengan teman kos kamu saat

		bermedia sambil makan?
Jawaban	:	Enggasih kalau menurut aku, karena aku lebih seneng kalau kita fokus ke media masing masing dulu saat makan, nanti setelah makan baru ngobrol lagi.
Pertanyaan 24	:	Setelah selesai makan, kamu tetep lanjut nonton atau media nya kamu matikan?
Jawaban	:	Lanjut nonton sih
Pertanyaan 25	:	Menurut kamu, makan sambil bermedia ini berdampak ke aktivitas harian kamu nggak?
Jawaban	:	Iya, aku jadi sering menunda-nunda sesuatu gitu
Pertanyaan 26	:	Hal ini lebih banyak sisi positif nya apa negatifnya?
Jawaban	:	Negatif sih, jadinya aku kalau mau ngelakuin sesuatu harus nunggu tontonan ku selesai dulu, dan itu ngehambat aktivitasku, banyak hal yang ending nya gak selesai. Dan nambah ketergantungan ku sama media tiap kali makan sih
Pertanyaan 27	:	Kalau suatu hari nanti kamu diminta untuk gak bermedia selama satu minggu, apa yang bakal kamu rasain?
Jawaban	:	Jujur ya, gabisa ngebayangin, karena pastinya bakal hampa dan kosong banget, karena udah jadi habbit.
Pertanyaan 28	:	Menurut kamu, makan sambil nonton ini cuma jadi temen makan kamu, ngatur mood kamu, kebutuhan atau udah jadi habit and rituals kamu sebelum makan?
Jawaban	:	Kebutuhan yang wajib banget ada disetiap makan ku, yang kurasain sejauh ini justru malah jadi new habbit buat aku, yang kayanya udah gabisa lepas dari rutinitas harianku dan tanpa itu

		rasanya gak lengkap
Pertanyaan 29	:	Kamu ngerasa kebiasaan ini sudah ada dari dulu? Atau pas kamu mulai ngekos?
Jawaban	:	Kalau perasaan aku sih, sama aja, karena dari SD aku juga makan depan TV, cuma aku ngerasanya makin parah semenjak aku ngekos dari saat mulai SMA dulu. sekarang jadi makin ketergantungan banget sama media, apalagi pas waktu makan, makin addict lah kesannya.
Pertanyaan 30	:	Baik, thankyou caa
Jawaban	:	Sama samaa alma!

Identitas Observasi

Tanggal: Selasa, 9 Desember 2025

Waktu: 10.11- 11.00

Lokasi: Kos Oechil

Nama informan: Reshita (20 tahun)

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok lemari)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan Pagi-Siang (makan utama), dijam 10:11-11.00
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Kamar cukup redup, karena mengandalkan Cahaya matahari dari luar jendela, dan ruangan bersih juga harum. R makan di atas kursi, HP nya ia sandarkan pada botol tumblr di atas meja belajarnya. Suasana kamar tenang, hanya terdengar

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	suara lembut AC dan audio dari video YouTube yang sedang ia putar sebagai teman makan nya sehari-hari
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	Makan sendiri
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	HP ia taruh diatas meja belajar dan ia senderkan pada botol tumbler. Ia duduk diatas kursi dan menghadapkan wajahnya didepan layar HP
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	HP
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	YouTube (Menonton Nadia Omara)
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke makanan, ke makanan 60%, ke layar media 40%. Beberapa kali memberi respon dengan anggukan
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, bahkan sampai selesai makan media masih terus diputar sampai 1 konten channel itu selesai.
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	R (subjek) cukup responsive, sesekali bergidik seram (karena podcast yang ditontonnya), tidak begitu banyak berkomentar, tapi menyimak apa yang ditontonnya

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Subjek menyalakan media saat sebelum mulai makan, selain itu media tetap dibiarkan menyala meski fokus lebih banyak ke makanan
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Subjek hanya sesekali memberikan komentar kecil terhadap konten yang ia tonton
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Ketika ada notifikasi muncul, subjek langsung meng-swipe notifikasi itu agar tidak menganggu kegiatan makannya
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Karena ada notifikasi yang membuat si media bergetar, subjek memperbaiki posisi media agar sesuai dengan posisi semula, menyentuh hp berulang agar sesuai dengan posisi makan
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	Selama proses penelitian, subjek tidak makan bersama teman kosnya. Subjek hanya sendirian.
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	“gila serem sih” “sumpah, kok bisa dia kepikiran gitu” (reaction terhadap konten)
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media	Tidak ada yang terganggu (cuek)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
— apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	Tidak ada ritual sosial, karena tidak ada yang hadir selain subjek di dalam kamar tersebut
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Lanjut nonton lagi sampai selesai, dengan keadaan duduk sampai kurang lebih 30 menit, dengan posisi yang sama.
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai "teman makan", bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Karena subjek merupakan golongan *fast eater* dan memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan dalam kondisi panas, subjek menyiasati pola makannya dengan **menyalakan media selama aktivitas makan berlangsung**. Kehadiran media dimanfaatkan untuk membantu memperlambat ritme makan agar tidak terburu-buru, terutama ketika makan dilakukan pada jam makan utama. Dalam konteks ini, subjek menunjukkan kebutuhan yang kuat terhadap kehadiran media sebagai bagian dari pengalaman makan sehari-hari. Peneliti mengamati bahwa media tidak hanya berfungsi sebagai peneman pasif, melainkan telah menjadi **elemen yang dirasa perlu** dalam mengatur ritme makan subjek. Media berperan sebagai pengalih

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	fokus yang secara tidak langsung membantu subjek mengontrol kecepatan makan. Bahkan, berdasarkan pengalaman subjek sendiri, kehadiran media dirasakan mampu menciptakan jeda-jeda alami dalam aktivitas makan, sehingga subjek tidak lagi makan secara tergesa-gesa.
Peran Media saat Makan:	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber Nama Jenis Kelamin Umur Asal Instansi Angkatan	 : : : : :	 Reshita Perempuan 20 Tahun UII 2023
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Almost of the time aku di dalam kamar kos, kadang kalau lagi mood masak aku makan di meja depan kos
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Kalau makan nya di kos pasti aku sendiri.
Pertanyaan 3	:	Biasanya kalau lagi makan kamu sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu gak yang kamu lakuin?
Jawaban	:	Akusih biasanya sambil nonton
Pertanyaan 4	:	Kamu biasanya pake media apa saat makan? Pake laptop? Hape? Atau ipad?
Jawaban	:	Aku lebih sering pake HP sih, lebih compact aja gitu
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang biasanya kamu buka saat makan?
Jawaban	:	Youtube
Pertanyaan 6	:	Kenapa?
Jawaban	:	Karena Youtube itu punya video panjang, dan aku ngerasa gak ribet aja buat ganti-ganti channel.
Pertanyaan 7	:	Kalau Youtube, Tiktok, IG dsb, biasanya kamu pake untuk full nonton atau sekedar scroll aja?
Jawaban	:	Semuanya aku pasti pake untuk nonton
Pertanyaan 8	:	Kamu punya channel tertentu gak? yang selalu kamu pake untuk nemenin kamu makan?

Jawaban	:	Ada dong, ada banget. Aku kalau makan pasti nonton Nadia omara.
Pertanyaan 9	:	Kenapa kamu suka sama channel Nadia omara?
Jawaban	:	Karena menurut aku pribadi, channel ini beda sih dari channel-channel yang lain. Karena ada beberapa creator yang menurut aku pembawaaan nya kurang cocok. Nah, kalau Nadia omara ini, lately mereka punya ilutrasi yang tim mereka buat sendiri, dan itu bantu aku banget untuk ngebayangin cerita yang lagi dia sampaikan. Tapi sebenernya gak selalu Nadia omara sih, karena Nadia omara ini kontennya kan sering ngangkat cerita mistis gitu, nah kadang aku sendirinya juga takut, jadi aku Cuma berani nonton Nadia omara kalau siang aja. Kalau aku lagi makan malam, biasanya aku switch ke Netflix untuk nonton yang lebih ringan kaya nonton drama korea.
Pertanyaan 10	:	Kamu biasanya nyalain media itu, sebelum makan? Atau saat makan?
Jawaban	:	Sebelum mulai makan, jadi sebelum mulai makan semuanya itu harus udah siap. Nah kalau tontonannya udah ready, baru deh aku makan
Pertanyaan 11	:	Pas kamu makan sambil bermedia, kamu lebih fokus ke makanan nya? Atau ke konten nya?
Jawaban	:	Ke makanannya! That’s why aku prefer naruh video panjang, depends on short video. Supaya mataku tetep fokus ke makanan. Let say aku akan fokus 70% ke makanan. Dan sisanya aku pakai untuk dengerin isi kontennya.
Pertanyaan 12	:	Biasanya hape nya kamu sandarin, atau kamu punya posisi tertentu yang bikin kamu nyaman?
Jawaban	:	Taruh hp dan disandarin dengan barang tertentu

		yang ada di meja belajar
Pertanyaan 13	:	Kenapa?
Jawaban	:	Karena aku ngerasa lebih leluasa aja untuk bergerak pada saat makan, karena aku tipekal yang kalau makan, sendok garpu ku harus lengkap. Jadi tangan kanan kiri ku pasti akan Gerak. Kalau hapenya disandari kan enak, aku gaperlu pegang pegang hape
Pertanyaan 14	:	Kalau misalnya lagi makan, terus tiba tiba video yang lagi kamu tonton buffering, atau hape kamu jatuh tiba tiba. Apa yang akan kamu lakuin?
Jawaban	:	Kalau video nya buffering, aku bakal ngecek dulu, ini beneran buffering dari videonya atau emang karena jaringan? Aku akan cari tau. Kalau handphone kan biasanya suka geter karena notif, terus tiba tiba jatuh gitu, biasanya aku akan refleks baikin, apalagi kalau misalnya ada iklan, aku akan otomatis ngeskip iklannya gitu.
Pertanyaan 15	:	Ada gak ekspresi tertentu atau perasaan tertentu yang kamu rasain ketika kontennya lucu, seru, sedih? Atau kamu malah biasa aja?
Jawaban	:	Kalau aku tetep bereaksi sesuai kontennya sih, misalnya kaya Nadia omara nih, dia kan memang base nya mistis horror gitukan, terus aku dan temenku tuh gaberani ngeliat ilustrasinya, biasanya kita ngalihin takut nya dengan saling liat liatan dan saling nebak nebak satu sama lain.
Pertanyaan 16	:	Kenapasih kamu lebih nyaman untuk makan sambil liat media?
Jawaban	:	Karena aku ngerasa, aku bisa memperpanjang durasi makanku, supaya gak terlalu cepet makannya. Apalagi aku juga seringnya gak ngapa-ngapain kan di kos. Sama halnya kaya kalau kita ke kamar mandi,

		terus gabawa hape, rasanya tuh kaya pengen cepet-cepet selesai aja gitu. Sedangkan kita tau kalau makan terlalu cepat itu kan juga gabagus, dan most of the time pun aku makannya sendiri.
Pertanyaan 17	:	So, kalau suatu hari kamu diminta untuk makan tanpa media, gimana perasaan kamu?
Jawaban	:	Tergantung tempat sih, kalau konteksnya di kos, kalau aku gabuka media saat aku makan, tandanya aku lagi memang lagi sedih dan mood aku lagi jelek banget. Dan mungkin saat itu aku ngerasa, aku gapunya energy lagi untuk mentranslate maksud dari konten-konten yang sedang aku tonton. Jadi better makan dalam keheningan, karena isi kepalaku udah cukup berisik.
Pertanyaan 18	:	Menurut kamu, apa peran media buat kamu saat makan?
Jawaban	:	Kayanya, it's kinda important sih, karena itu jadi suatu hal yang akan ditunggu tunggu saat makan. Kaya nambah moodku saat makan, sambil mikirin, nanti nonton apa yaaa buat makan, dan biasanya akan aku play dulu kontennya baru aku mulai makan.
Pertanyaan 19	:	Menurut kamu, media sekarang jadi temen makan kamu, penghibur, pengisi kesepian atau sekarang sudah jadi new habbit buat kamu?
Jawaban	:	I guess, sekarang jadi habbit sih. Awal awal karena aku nyoba nyoba kan, dan dulu pun aku bukan yang suka banget makan sambil nonton. Tapi seiring berjalannya waktu, plus karena aku banyak sendiri nya di kos, entah kenapa tiap makan jadi langsung automatic klik Youtube dan nonton Nadia omara.
Pertanyaan 20	:	Kapan kamu pertama kali sadar kalau kamu selalu butuh media sebelum kamu makan?

Jawaban	:	Semenjak kuliah, semenjak hidup sendiri. Kalau dirumah kan seringnya makan bareng ya, kaya breakfast rame rame sebelum pada berangkat kerja atau sekolah, nah kalau malam udah pada pulang dan spending time buat ngobrol di meja makan. Dan aku ngerasanya, semenjak kuliah dan ngekos, aku malah jadi punya kebiasaan baru, ya makan sambil nonton ini
Pertanyaan 21	:	Kalau kamu makan sama temen kos biasanya kalian ngobrol atau tetep fokus sama media masing-masing?
Jawaban	:	Sebenernya kalau banyak ngobrol sih, banyak. Cuma karena kita sering ngerasa punya banyak waktu selain ketika kita lagi makan, kita lebih prefer untuk ngobrol diluar jam makan. Kalau untuk media nya sendiri, kita lebih seneng 1 untuk sharing dibandingkan nonton pake media masing-masing. Jadi kita ngereaction konten itu ya berdua
Pertanyaan 22	:	Menurut kamu, nonton konten bareng dengan 1 device, suasana dan rasanya gimana?
Jawaban	:	Menurut aku, malah sebuah keharusan sih dan bahkan jadi new habbit untuk kita berdua. Misal aku habis masak, nah temen aku pasti udah langsung nyiapin piring dan 1 device yang disenderin ke barang tertentu untuk kita pakai bareng bareng saat makan.
Pertanyaan 23	:	Kamu ngerasa gak ada pengaruh media terhadap kedekatan / jarak kamu dengan teman kos?
Jawaban	:	Enggak sih, gak ngebuat jarak sama sekali. Karena kita gak masing masing, nontonnya sharing dengan konten yang sama juga, ngereaction nya pun juga bareng-bareng. Bahkan setelah nonton, tontonan itu bisa jadi bahan diskusi dan anlyze kita dan makin

		mupuk rasa penasaran kita. Itu yang ngebuat nonton bareng saat makan jadi kerasa fun, karena mikirnya gak sendirian.
Pertanyaan 24		Justru, karena ada media ini, kalian jadi makin bisa ngebuilding kedekatan kalian lewat media ini yaa. Yang awalnya kalian biasanya gapunya topik, karena ada media ini, kalian jadi punya bahan untuk diobrolin
Jawaban	:	Betul banget
Pertanyaan 25		Setelah selesai makan, kamu biasanya lanjut nonton, atau langsung matiin medianya?
Jawaban	:	Biasanya nunggu 1 konten itu selesai
Pertanyaan 26	:	Menurut kamu kebiasaan bermedia sambil makan ini berdampak gak ke kehidupan harian kamu?
Jawaban	:	Sebenenrnya gak begitu berdampak yang signifikan, karena aku ngelakuinnya pun dijam makan yang memang sudah porsinya, bukan yang akan ngeganggu kegiatan ku yang lain
Pertanyaan 27	:	Menganggu dalam artian, apakah bermedia saat makan ini berpengaruh terhadap pola makan kamu pada akhirnya?
Jawaban	:	Enggaksih, aku tetep bisa makan tanpa nonton, cuman disituasi situasi tertentu aja. But, most of the time aku ngelakuin
Pertanyaan 28	:	Menurut mu, lebih banyak sisi positifnya apa negatifnya?
Jawaban	:	Sisi positif, karena aku ngerasa punya temen, ada yang aku perhatiin. Kan selama ngekos aku banyak sendirinya, dengan aku bermedia sambil makan ini, justru aku ngerasa ditemenin.
Pertanyaan 29	:	Kalau suatu hari nanti kamu diminta untuk tidak bermedia sambil makan selama satu minggu, apa yang akan kamu rasain? Tanpa scrolling hp, fokus

		bener bener makan
Jawaban	:	Menurut aku, itu akan ngebentuk habbit baru lagi gak sih? Mungkin akan susah awalnya, kaya suatu hal yang sudah lama kita lakuin terus tiba tiba hilang, rasanya aneh. Tapi, sepertinya aku tidak akan seterganggu itu. Meski rasanya diawal akan hampa dan aneh banget.
Pertanyaan 30	:	Menurut kamu pribadi, kebiasaan makan sambil bermedia itu lebih ke kebutuhan, kenyamanan, atau sekarang itu sudah jadi ritual kamu sendiri sebelum makan?
Jawaban	:	Lebih ke kebutuhan sih, dan mungkin aja sudah mulai beranjak ke ritual pribadi, apalagi kalau aku lagi sendirian di kos. Aku ngerasa butuh temen ketika lagi makan sendirian.
Pertanyaan 31	:	Menurut kamu kebiasaan ini sudah ada sejak dulu, atau mulai ada semenjak kamu tinggal sendiri?
Jawaban	:	Sejak aku tinggal sendiri, karena aku bebas nentuin waktuku, aku mau makan apa, sama siapa, jam berapa, jadi kaya sesuka aku.
Penutup	:	Oke, thankyou recita
Jawaban	:	Welcome

Identitas Observasi

Tanggal: Selasa, 29 Desember 2025

Waktu: 12:58- 13.19

Lokasi: Kost Putri Rahma

Nama informan: Sabrina (22 tahun)

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok pintu)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan Pagi-Siang (makan utama), dijam 12:58 – 13.19
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Kamar terang dan bersih, posisi duduk dilantai, kaki diangkat satu keatas, sambil menonton menggunakan device Laptop yang ia taruh sejajar dilantai. Tidak ada gangguan, pintu kamar ditutup, jendela dibiarkan terbuka agar Cahaya sinar matahari ikut masuk
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	Makan sendiri
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Laptop ia taruh dilantai, tubuh menghadap laptop, Laptop tidak disandarkan dimanapun, Pandangan nya lurus kebawah, mengikuti posisi layar (tidak sejajar)
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Laptop
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	YouTube (Menonton Mama Lela)
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke makanan, ke makanan 40% dan tontonan nya 60%. Beberapa kali memberi respon dengan anggukan
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias,	Di awal makan subjek cukup datar dalam melihat konten yang dia putar,

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
dll.)	terlihat seperti teman makan saja, karena dia tidak begitu interact dengan apa yang ia tonton.
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Subjek menyalakan media saat sebelum mulai makan, selain itu media tetap dibiarkan menyala meski fokus lebih banyak ke makanan.
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Subjek hanya sesekali memberikan komentar kecil terhadap konten yang ia tonton
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Selama iklan berlangsung, subjek meninggalkan tempat duduknya, dengan mencuci tangan, membuang sampah, mengambil tissue. Setelah makan, dia menyesuaikan kembali layar ketubuhnya, intensitasnya mulai berubah, yang awalnya fokus menonton, jadi berubah karena sembari bermain handphone
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Meskipun sambil bermain handphone, atensi nya juga cukup mengarah kepada apa yang ditontonnya. 10 menit diawal, memang dihabiskan untuk bermain handphone, setelahnya, fokusnya kembali mengarah kepada media (laptop) sambil mengambil lauk lagi untuk di cemil.
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	Selama proses penelitian, subjek tidak makan bersama teman kosnya. Subjek hanya sendirian.

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	“kok malah fany anjay” “enak deh kayanya kue kaya gitu”
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	Tidak ada yang terganggu (cuek)
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	Tidak ada ritual sosial, karena tidak ada yang hadir selain subjek di dalam kamar tersebut
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Subjek sangat fast eater, ia menghabiskan makan utamanya dalam kurun waktu 6 menit, tapi setelah makan utamanya selesai, dia beralih sebentar ke media lainnya (HP), lalu fokus lagi ke media awal (Laptop), dengan kondisi media tersebut masih menyala hingga habis satu konten. Intensitasnya cukup berubah-rubah, yang awalnya ke laptop lalu ke hp lalu kembali lagi ke laptop sambil memakan lauk pauknya.
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai “teman makan”, bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Kebiasaan Sabrina menonton YouTube saat makan menunjukkan praktik ritual media digital yang intensitasnya tidak statis. Pada awal makan, perhatian terbagi antara makanan dan layar, sehingga media berfungsi sebagai teman makan untuk menciptakan suasana agar tidak sepi.

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	Namun, setelah makanan utama selesai dan sempat terdistraksi oleh ponsel, intensitas kembali beralih ke laptop ketika ia melanjutkan makan lauk. Hal ini menunjukkan bahwa **media tidak sepenuhnya pasif, melainkan kembali menjadi fokus sesuai kebutuhan dan ritme makan**. Media tidak hanya hadir sebagai latar, tetapi juga ikut membingkai momen makan lanjutan, terutama saat perhatian terhadap makanan sudah berkurang. Ritual ini juga berlangsung di ruang kos sebagai ruang pribadi, di mana subjek bebas mengatur kapan media menjadi fokus utama dan kapan hanya menjadi pendamping.
Peran Media saat Makan:	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	F. Konteks Sosial & Ruang ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber		
Nama	:	Sabrina
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Umur	:	22 Tahun
Asal Instansi	:	UII
Angkatan	:	2022
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Kalau di kos, aku biasanya makan di kamar. Karena tidak punya ruang makan atau meja makan, jadi setiap makan selalu di dalam kamar, biasanya di atas kasur atau di lantai.
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Kalau di dalam kos aku lebih sering makan sendiri.
Pertanyaan 3	:	Biasanya kalau lagi makan kamu sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu gak yang kamu lakuin?
Jawaban	:	Aku biasanya sambil nonton. Aku tipe orang yang tidak bisa makan kalau tidak ada tontonan. Bahkan kalau WiFi jelek, aku akan langsung pakai paket data karena makan jadi tidak masuk kalau

		tidak ada tontonan.
Pertanyaan 4	:	Kamu biasanya pake media apa saat makan? Pake laptop? Hape? Atau ipad?
Jawaban	:	Biasanya aku selalu pakai laptop, karena hp selalu aku cas tiap aku makan
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang biasanya kamu buka saat makan?
Jawaban	:	Selalu Youtube dan tidak pernah membuka platform lain
Pertanyaan 6	:	Kenapa memilih Youtube?
Jawaban	:	Karena kalau platform lain seperti TikTok atau Instagram harus scrolling, sedangkan YouTube tinggal klik dan langsung bisa dinikmati.
Pertanyaan 7	:	Kalau Youtube, Tiktok, IG dsb, biasanya kamu pake untuk full nonton atau sekedar scroll aja?
Jawaban	:	Aku selalu pakai nonton, bukan sekadar scroll.
Pertanyaan 8	:	Kamu punya channel tertentu gak? yang selalu kamu pake untuk nemenin kamu makan?
Jawaban	:	Wajib banget aku nonton Mama Lela sm Marukhochan
Pertanyaan 9	:	Kenapa kamu suka sama Marukhocan atau MamaLela?
Jawaban	:	Mama Lela menurut aku seru banget. Kontennya cowok-cowok Malang yang cosplay jadi emak-emak, bawaan kontennya fun dan bikin mood makan naik. Durasinya sekitar 30 menit, jadi pas untuk nemenin makan.
Pertanyaan 10	:	Kamu biasanya nyalain media itu sebelum makan atau pas udah makan?
Jawaban	:	Sebelum makan. Urutannya, setelah selesai masak, makanan ditaruh dulu, aku ambil laptop, buka YouTube, channel sudah di-play, dan saat opening mulai, baru aku ambil nasi dan mulai

		makan.
Pertanyaan 11	:	Pas kamu makan sambil bermedia kamu lebih fokus ke makanan nya atau ke konten nya?
Jawaban	:	Lebih fokus ke kontennya. Aku sudah tahu lauknya apa, tinggal makan saja. Jadi fokus bisa ke konten, dan sering juga ketawa karena kontennya lucu.
Pertanyaan 12	:	Untuk media yang kamu pakai, biasanya kamu pegangin, kamu sandarin atau gimana? Ada posisi tertentu gak yang bikin kamu ngerasa comfort?
Jawaban	:	Aku biasanya duduk di lantai karena meja kecil dan tidak muat. Laptop dan makanan sama-sama di lantai. Pandanganku ke bawah ke arah laptop, biasanya satu kaki dinaikkan, mirip seperti makan di warteg.
Pertanyaan 13	:	Kalau kamu lagi makan terus video kamu tiba tiba mucul iklan, buffering, wifi jelek atau sebagainya, bisanya reaction kamu gimana?
Jawaban	:	Aku bakal marah marah dulu sih, kaya “ishh wifinya ini jelek banget sih”, dan akhirnya makan ku tertunda. Dan kalau emang wifi udah gak bisa diharap, aku bakal langsung move pake jaringan data di handphone ku.
Pertanyaan 14	:	Ada gaksih ekspresi tertentu atau perasaan tertentu yang kamu rasain kalau misalnya videonya seru, lucu, sedih? Atau kamu tipekal yang kalau nonton gak ada ekspresinya, alias no komen?
Jawaban	:	Tergantung kontennya. Kalau lucu aku ketawa, kalau sedih aku ikut sedih.
Pertanyaan 15	:	Kira kira, mood kamu mempengaruhi preferensi tontonan kamu gaksih? Atau meskipun kamu lagi sedih, kamu akan tetep nonton mamalela?

Jawaban	:	Sebenernya gak melulu nonton mama lela sih, kadang juga aku selingi dengan nonton marukochan atau ria sw yang lainnya seperti yang aku sampaikan diawal, supaya nambah nafsu makan ku. Cuma memang presentase nya lebih banyak nonton mamalela. Aku lebih seneng nonton yang variety show.
Pertanyaan 16	:	Kenapasih kamu lebih nyaman makan sambil buka media?
Jawaban	:	Jujur aku tuh tipekal yang gabisa makan sendiri ya, nah aku di kossan kan sendirian, jadi aku butuh sesuatu yang bisa berinteraksi sama aku, jadi aku kalau makan tanpa ada yang di tonton dan di ajak ngobrol tuh kayak ada yang kurang. Makan kaya gak ada hiburan
Pertanyaan 17	:	Kalau seandainya kamu diminta makan tanpa bermedia, rasanya gimana?
Jawaban	:	Kalau dikossan, misalnya tanpa media nya karena mati lampu. Aku prefer ngemil dulu atau nahan laper, dibandingkan aku makan tapi gak ada yang ku tonton.
Pertanyaan 18	:	Jadi kamu sangat mengusahakan, disetiap kegiatan makan kamu harus ada media ya?
Jawaban	:	Iya betul banget!
Pertanyaan 19	:	Menurut kamu sendiri, apasih peran media buat kamu saat makan? Kamu menganggap media itu sebagai apa?
Jawaban	:	Sebagai hiburan supaya makan tidak monoton dan tidak terlalu cepat.
Pertanyaan 20	:	Tapi kalau boleh tau kamu tipe yang fast eater atau slow eater ya?
Jawaban	:	Jujur ku fast eater banget, makanya aku butuh tontonan supaya lebih slowly, lebih enak dikit

		makannya. Kalau aku makan tanpa nonton, aku bisa lebih cepet lagi.
Pertanyaan 21	:	Kapan pertama kali kamu ngerasa kalau kamu akan selalu butuh media saat makan?
Jawaban	:	Semenjak aku ngekos dan hidup sendiri
Pertanyaan 22	:	Kalau kamu makan sama temen kos, biasanya kamu ngobrol atau tetep fokus sama media masing-masing saat makan?
Jawaban	:	Tetep fokus sama media masing-masing sih, karena kan tipe preferensi tontonan orang kan beda-beda. Aku dengan tontonan mamalela ku yang berbahasa jawa dan temanku dengan tontonan lain yang dia suka
Pertanyaan 23	:	Pernah gak nonton media yang sama saat makan bareng temen?
Jawaban	:	Pernah, Cuma ya karena preferensi dari awal udah beda. Ujung ujungnya jadi buka media masing-masing, nonton sendiri-sendiri.
Pertanyaan 24	:	Menurut kamu sendiri, rasanya gimana?
Jawaban	:	Canggung sih, karena aku mikirnya, tontonan yang menurut aku lucu, freak bagi dia. Jadi better nonton masing-masing aja.
Pertanyaan 25	:	Kamu ngerasa gaksih ada pengaruh / gap antara kedekatan kamu sama teman kamu saat makan?
Jawaban	:	Ada banget, kan selera orang tuh beda beda ya saat nonton. Kalau aku maksain mereka untuk nonton mama lela juga, dan mereka gak comfort pastikan selera makan jadi berkurang kan.
Pertanyaan 26	:	Kira-kira dari konten yang kamu tonton ini, ada gak sih yang kamu adapt didalam kehidupan kamu sehari-hari? Kaya tiba-tiba kamu jadi bisa bahasa jawa, faham kalau orang ngomong bahasa jawa? Apalagi asal kamu dari lampung

Jawaban	:	Jujur ada banget, aku jadi paham Bahasa jawa, aku juga sering ikutin dialeg mereka di kehidupan sehari-hari ku. Aku juga suka ikutin *medog medog* nya mereka gitu. Kaya "*ehh kon iku ngopo"*. Seru ajaa gitu jadinyaa
Pertanyaan 27	:	Setelah kamu selesai makan, kamu lanjut nonton atau langsung tutup media nya?
Jawaban	:	Karena aku habis makan suka makan yang manis manis, aku biasanya tetep lanjut nonton lagi. Tapi, fokusku akan terbelah, aku biasanya buka media lain selain laptop, kaya buka hp gitu. Tapi si laptop ini akan tetep nyala, even fokus ku gak lagi ke laptop tadi. Tapi kalau seandainya konten nya masih seru dan lucu banget, aku akan tetep fokus ke media pertama ku sampe 1 konten itu selesai,
Pertanyaan 28	:	Menurut kamu, bermedia sambil makan ini berdampak gak ke aktivtas harian kamu?
Jawaban	:	Berdampak banget, aku jadi lebih mudah menyepelekan waktuku, yang harusnya buru-buru malah waktunya aku pake buat nonton dulu, karena ngerasa konten yang aku tonton lagi seru banget
Pertanyaan 29	:	Kira kira ada gak sisi positif atau negatif yang kamu rasain ketika makan sambil bermedia ini?
Jawaban	:	Untuk sisi positifnya sendiri, aku ngerasa lebih punya temen saat makan, ngerasa ditemenin walau lagi sendirian. Untuk sisi negatifnya, aku jadi gampang nyepelein waktu yang ada sih, jadi kurang bisa manage waktu yang ada, akhirnya ada beberapa hal yang jadinya berantakan

Pertanyaan 30	:	Kalau menurut kamu, kebiasaan kamu ini lebih condong ke sisi positifnya apa sisi negatif nya?
Jawaban	:	Menurut aku lebih ke sisi positifnya sih,

		walaupun aku ngerasa aku menyepelekan waktu, tapi aku juga gaakan yang setelat itu, karena aku tetep tau tanggung jawabku. Nah, kenapa aku bilang sisi positifnya, karena aku lebih seneng kalau makan itu ada yang nemenin, dan media sangat berperan untuk menemani aku saat makan dan bikin nafsu makan aku bertambah.
Pertanyaan 31	:	Kalau suatu hari nanti kamu diminta untuk makan tanpa bermedia, apa yang akan kamu rasain?
Jawaban	:	Kayanya aku akan bingung deh tiap masuk waktu makan, karena hal ini kan sudah jadi kebiasaan aku, jadi rutinitas aku, aneh aja kalau tiba tiba hilang.
Pertanyaan 32	:	Buat kamu pribadi, kebiasaan bermedia saat makan ini lebih ke kebutuhan, kenyamanan, atau sudah menjadi ritual ditiap waktu makan kamu?
Jawaban	:	Bahkan menurut aku, sekarang sudah jadi kebutuhan primer sih, pokok gitu. Karena aku snedirian, gapunya temen ngobrol, harus bener-bener ada media. Even kalau mati lampu pun mending aku gak makan daripada makan tanpa nonton.
Pertanyaan 33	:	Kamu ngerasa gak kebiasaan ini berubah sejak tinggal di kos atau sama aja kaya dulu?
Jawaban	:	Berubah di kos, kalau dirumah kan ada yang nemenin, ada yang diajak ngobrol, tapi kalau di kos kita sendirian gak ada temen, apa apa sendiri, jadi harus cari problem solving atas rasa kesepian kita.
Penutup	:	Okay thankyou sabrina
Jawaban	:	Sama sama Alma

Identitas Observasi

Tanggal: Rabu, 30 Desember 2025

Waktu: 12:11-12:41

Lokasi: Kost Alodia

Nama informan: Fauziyah Amanah (23 tahun)

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok pintu)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan Pagi-Siang (makan utama), dijam 12:11 – 13.41
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Ruangan redup terang (karena hanya mengandalkan cahaya matahari dari luar). Subjek duduk dilantai, media ia sandarkan ke Kasur yang menjadi stand mobile nya. Badannya agak bungkuk, dan matanya lurus kebawah menatap layar
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	Makan sendiri
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Hp disandarkan ke kasur
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Handphone
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	YouTube (konten agak laen games)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Menatap layar terus menerus, fokus ke makanan di 30% dan media di 60%
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Banyak tertawa dan responsive terhadap media yang sedang ia tonton
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau**	Subjek menyalakan media saat sebelum mulai makan,
ketergantungan misalnya merasa canggung kalau media mati	Ketika iklan datang, subjek langsung mengskip iklan yang ada, tidak berlama lama menghabiskan waktunya melihat iklan
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Subjek juga sangat responsive, ia banyak melontarkan komentar-komentar, juga sering berekspresi kaget karena karakter yang ada di konten agak laen. Bahkan subjek juga ikut tertawa dan ikut tepuk tangan
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Karena hp disandarkan di kasur, saat notifikasi muncul dan sempat membuat media bergetar dan membuat media jatuh. Subjek langsung menaruh makanannya, dan memperbaiki posisi medianyua.
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Ketika layar media nya agak zoom out, dengan sigap subjek langsung meng-zoomin kan layarnya supaya lebih jelas. Juga sering memperbaiki posisi duduknya, agar nyaman sambil menonton.
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan	Subjek tidak makan bersama teman

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
media masing-masing.	
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	Karena konten yang ia tonton merupakan konten games, subjek sering ikut menyahut ketika konten tersebut memberikan pertanyaan. “dolar” “rupee” “lira” “Australia” “ih inggris” “india” “brazil” “mesir” “turki”
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	Tidak ada teman saat ia makan
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	-
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Lanjut nonton, yang awalnya duduk dilantai, setelah cuci tangan, subjek move ke Kasur dan melanjutkan tontonannya dengan duduk diatas kasurnya.
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai “teman makan”, bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Selain peneliti melihat yang dilakukan seperti kebiasaan yang berulang, peneliti juga melihat bahwa subjek menganggap media sebagai teman makan dan media penghibur, karena selama proses makan, terlihat bahwa subjek memilih referensi konten yang seru dan fun seperti konten agak laen. Tak jarang peneliti mendengar,

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	subjek juga ikut berpartisipasi terhadap konten yang ia tonton bahkan memberikan tepuk tangan disela-sela makannya. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memaknai media sebagai teman makan sekaligus sumber hiburan utama. Media tidak hanya berfungsi sebagai latar saja, tetapi juga sebagai bagian aktif dalam pengalaman makannya. Selain itu, respon yang diberikan subjek menunjukkan bahwa subjek tidak sekedar nonton secara pasif, melainkan berpartisipasi secara emosional. Secara simbolik, media berperan sebagai pengganti interaksi sosial, yang menghadirkan suasana kebersamaan dan kesenangan ketika subjek makan, terutama dalam kondisi makan seorang diri.
Peran Media saat Makan:	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan**

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber Nama Jenis Kelamin Umur Asal Instansi Angkatan	 : : : : :	 Fauziyah Amanah Perempuan 23 Tahun UIN Sunan Kalijaga 2022
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Di kamar, di lantai bawah.
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Kalau di kos, aku makan sendiri.
Pertanyaan 3	:	Biasanya kalau lagi makan kamu sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu gak yang kamu lakuin?
Jawaban	:	Awalnya nyari kecap dulu, soalnya nggak bisa makan tanpa kecap. Maklum, aku orang Banjar. Terus sambil nonton

Pertanyaan 4	:	Kamu biasanya pake media apa saat makan? Pake laptop? Hape? Atau ipad?
Jawaban	:	Paling sering HP, kadang laptop.
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang biasanya kamu buka saat makan?
Jawaban	:	YouTube, karena durasinya panjang dibanding TikTok atau Instagram.
Pertanyaan 6	:	Kalau YouTube, kamu fokus nonton atau scroll?
Jawaban	:	Nonton konten. Bukan YouTube Shorts.
Pertanyaan 7	:	Kalau TikTok dan Instagram?
Jawaban	:	Instagram cuma buat story. TikTok biasanya scroll, kecuali kalau ada video yang ceritanya panjang.
Pertanyaan 8	:	Kamu punya channel wajib tertentu gak? yang selalu kamu pake untuk nemenin kamu makan?
Jawaban	:	Nggak wajib sih, tergantung mood. Tapi akhir-akhir ini sering nonton *Agak Lain*, baik podcast maupun games-nya. Aku lebih sering nonton yang games karena seru banget.
Pertanyaan 9	:	Kamu nyalain media sebelum atau sesudah mulai makan?
Jawaban	:	Pas mulai makan. Makanannya sudah siap, terus aku cari konten dulu. Aku cek dulu, dicepatin sebentar, lihat seru atau nggak. Kalau nggak seru, aku skip dan cari yang lain.
Pertanyaan 10	:	Jadi mulai makan setelah video nyala?
Jawaban	:	Iya. Video di-play dulu, baru makan
Pertanyaan 11	:	Pas kamu makan sambil bermedia kamu lebih fokus ke makanan nya atau ke konten nya?
Jawaban	:	Setengah-setengah, 50–50. Kalau rasa makanan kurang, misalnya kurang kecap atau sambel, aku pasti fokus ke makanan juga.

Pertanyaan 12	:	Untuk media yang kamu pakai, biasanya kamu pegangin, kamu sandarin atau gimana? Ada posisi tertentu gak yang bikin kamu ngerasa comfort?
Jawaban	:	Biasanya disandarin, tergantung ada benda apa di sekitar, bisa di kasur, kipas, atau benda lain.
Pertanyaan 13	:	Kalau kamu lagi makan terus video kamu tiba tiba mucul iklan, buffering, wifi jelek atau sebagainya, bisanya reaction kamu gimana?
Jawaban	:	Berhenti makan dulu, benerin WiFi. Tapi kalau lapar banget, lanjut makan.
Pertanyaan 14	:	Kalau iklan muncul?
Jawaban	:	Jarang sih, mungkin karena YouTube aku sempet berlangganan premium, Cuma memang dibeberapa konten ada iklannya.
Pertanyaan 15	:	Ada ekspresi tertentu kalau kontennya seru?
Jawaban	:	Ada. Ketawa. Aku juga kaget sama diriku sendiri, sekarang bisa ketawa ngakak kalau nontonnya lucu banget.
Pertanyaan 16	:	Kenapasih kamu lebih nyaman makan sambil buka media?
Jawaban	:	Karena gabut. Masa makan doang sendirian. Nggak ada temennya.
Pertanyaan 17	:	Kalau seandainya kamu diminta makan tanpa bermedia, rasanya gimana?
Jawaban	:	Biasa aja. Tapi kalau di kamar rasanya hampa. Kayak kasihan gitu, masa makan cuma diem.
Pertanyaan 18	:	Menurut kamu, peran media saat makan itu apa?
Jawaban	:	Temen makan dan penghibur. Soalnya aku sendirian di kos.
Pertanyaan 19	:	Sejak kapan kamu sadar selalu butuh media sebelum makan?
Jawaban	:	Sejak 2021
Pertanyaan 20	:	Kalau makan bareng teman kos, tetap pegang

		HP?
Jawaban	:	Nggak. Kalau bareng teman, ngobrol.
Pertanyaan 21	:	Setelah makan, kamu lanjut nonton atau tutup media?
Jawaban	:	Tergantung. Kadang ditungguin sampai jeda, terus pause, cuci tangan, lanjut nonton lagi.
Pertanyaan 22	:	Kebiasaan ini berdampak ke aktivitas harian kamu?
Jawaban	:	Iya. Jadi nunda-nunda. Harusnya habis makan ngapain, malah lanjut nonton.
Pertanyaan 23	:	Lebih banyak dampak positif atau negatif?
Jawaban	:	Negatif. Karena multitasking itu nggak bagus buat otak.
Pertanyaan 24	:	Ada sisi positifnya?
Jawaban	:	Dari sisi psikologis aja, biar nggak kesepian.
Pertanyaan 25	:	Kalau diminta makan tanpa media seminggu?
Jawaban	:	Pasti sedih sih, karena seperti yang aku bilang tadi, Nampak seperti orang kasihan, Tapi mungkin efeknya lebih kerasa makanannya, aku jadi lebih aware sama tekstur dan rasa dari makanan yang aku makan.
Pertanyaan 26	:	Ada hal dari konten *Agak Lain* yang kamu adapt ke kehidupan sehari-hari, seperti logat mereka yang seperti orang batak?
Jawaban	:	Nggak ke logatnya, tapi lebih ke pengetahuan. Karena yang aku tonton itu versi games cerdas cermat, jadi nambah wawasan.
Pertanyaan 27	:	Pernah makan sambil nonton bareng? Suasana nya gimana?
Jawaban	:	Pernah, tapi jarang. Biasanya tontonan malah nggak ditonton karena fokus ngobrol.
Pertanyaan 28	:	Menurut kamu, media mempengaruhi kedekatan kamu dengan teman kos?

Jawaban	:	Nggak terlalu. Ada atau nggaknya media nggak terlalu mempengaruhi kedekatan.
Pertanyaan 29	:	Menurut kamu, ini kebutuhan, kenyamanan, atau ritual?
Jawaban	:	Kalau di kos, ini sudah jadi ritual. Makan ya harus sambil nonton

Pertanyaan 30	:	Kebiasaan ini berubah sejak tinggal di kos?
Jawaban	:	Iya. Kalau di rumah makan bareng keluarga dan ngobrol, jadi kebiasaan ini muncul sejak tinggal di kos.
Penutup	:	Okay thankyou fauziah
Jawaban	:	Sama sama Alma

Identitas Observasi

Tanggal: 20 Desember 2025

Waktu: 10:12 – 11.00

Lokasi: Kost Ibu Nung 1

Nama informan: Nimatun Muthaminnah (23 tahun)

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok lemari)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan Pagi-Siang (makan utama), dijam 10:12 – 11.00
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Ruangan terang, bersih, tidak begitu berisik, tidak ada yang mengganggu maupun yang menginterupsi makannya
Catat **siapa yang hadir** di ruang	Makan sendiri

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Hp disandarkan pada barang yang ada diatas meja belajarnya, subjek duduk dikursi
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Handphone
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	YouTube nonton podcast
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Fokus lebih banyak ke makanan, sesekali melihat layar, tapi atensi terhadap kontennya sedikit sekali
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Ekspresi wajah **datar**, respons emosional minimal, sesekali mengangguk kecil; tidak menunjukkan antusiasme berlebih terhadap konten
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau**	Media dinyalakan **sebelum makan** sebagai pendamping suasana. Media berfungsi sebagai **teman makan dan pemberi kenyamanan**, bukan fokus utama,
ketergantungan misalnya merasa canggung kalau media mati	Ketika iklan datang, subjek langsung mengskip iklan yang ada, tidak berlama lama menghabiskan waktunya melihat iklan
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Tidak terdapat reaksi spontan seperti tertawa atau komentar, cenderung flat

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Saat buffering atau gangguan teknis, subjek **melanjutkan makan** dan tidak menunjukkan kegelisahan; media dapat dilanjutkan kembali setelahnya.
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Subjek tidak terus-menerus menatap layar (hanya sesekali) interaksi bersifat **pasif**, media hanya menjadi pengisi suasana
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	Saat observasi subjek makan sendirian saat makan. Namun berdasarkan wawancara, subjek lebih memilih ngobrol daripada fokus ke media
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	Tidak terdapat komentar spontan terkait konten selama proses makan
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	Tidak ditemukan karena aktivitas makan dilakukan **sendirian**
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	Tidak ditemukan ritual sosial, karena aktivitas makan dilakukan **sendirian**
Catat perilaku setelah makan:	Karena menitnya tinggal sedikit,

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	subjek menyelesaikan tontonannya dahulu diatas kursi. Setelah selesai, baru melanjutkan aktivitas lain.
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai "teman makan", bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Kebiasaan bermedia saat makan dimaknai sebagai **ritual kenyamanan pribadi**. Media berfungsi sebagai **pengisi suasana, mood booster, dan pengganti kehadiran sosial** ketika makan sendirian, serta membantu subjek merasa lebih santai dan tidak tertekan saat makan.
Peran Media saat Makan:	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih**

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	Perhatian ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber		
Nama	:	Ni'matul Muthmainnah
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Umur	:	23 Tahun
Asal Instansi	:	Universitas Gadjah Mada
Angkatan	:	2021
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Di kamar, biasanya di meja belajar.
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Lebih sering makan sendiri, meskipun sebenarnya aku juga suka makan bareng teman.
Pertanyaan 3	:	Kenapa lebih sering makan sendiri?
Jawaban	:	Lebih ke preferensi pribadi. Kalau makan sendiri, aku bisa lebih fokus ke makannya
Pertanyaan 4	:	Biasanya saat makan di kos, kakak sambil ngapain?
Jawaban	:	Biasanya wajib ada tontonan. Aku nonton konten ringan, seperti podcast atau video YouTube yang santai.
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang biasanya kamu buka saat makan? Dan kenapa?
Jawaban	:	YouTube. Karena secara visual dan audio lebih lengkap. Kalau makan sendiri, YouTube bikin waktu makan terasa lebih santai dan tidak terasa lama.
Pertanyaan 6	:	Device apa yang biasanya kakak pakai saat makan?

Jawaban	:	HP
Pertanyaan 7	:	Kenapa lebih sering pakai HP?
Jawaban	:	Supaya lebih nyaman dan fokus. Ada hiburan, jadi makan bisa sampai habis tanpa terasa terburu-buru.
Pertanyaan 8	:	Biasanya kakak nonton penuh atau sekadar scroll?
Jawaban	:	Lebih ke nonton.
Pertanyaan 9	:	Ada konten atau channel wajib setiap kali makan?
Jawaban	:	Tidak ada, biasanya random, tergantung mood.
Pertanyaan 10	:	Kakak nyalain media sebelum makan atau setelah makan?
Jawaban	:	Sebelum makan. Aku siapin tontonan dulu, baru mulai makan.
Pertanyaan 11	:	Saat makan sambil bermedia, kakak lebih fokus ke makanan atau ke konten?
Jawaban	:	Lebih fokus ke makan. Tontonan cuma sebagai pendamping.
Pertanyaan 12	:	Jadi media itu lebih ke pengisi suasana?
Jawaban	:	Iya, supaya ada yang didengar dan dilihat, jadi nggak terlalu sepi karena makan sendiri
Pertanyaan 13	:	Posisi HP saat makan biasanya gimana?
Jawaban	:	Kadang dipegang, kadang disandarin. Nggak ada posisi khusus.
Pertanyaan 14	:	Kalau video buffering, koneksi jelek, atau HP jatuh, apa yang kakak lakukan?
Jawaban	:	Aku lanjut makan dulu. Kalau sudah selesai atau kondisi memungkinkan, baru lanjut nonton lagi.
Pertanyaan 15	:	Ada reaksi tertentu saat nonton, seperti ketawa atau senyum?
Jawaban	:	Nggak terlalu. Aku cenderung datar, fokus ke isi kontennya saja

Pertanyaan 16	:	Makan jadi lebih cepat atau lebih lambat kalau sambil nonton?
Jawaban	:	Lebih lambat, karena fokus terbagi.
Pertanyaan 17	:	Kenapa kakak lebih nyaman makan sambil nonton?
Jawaban	:	Karena lebih no pressure. Makan itu waktunya istirahat, jadi butuh suasana yang santai.
Pertanyaan 18	:	Kalau makan tanpa media, rasanya gimana?
Jawaban	:	Kurang bisa menikmati. Jadi bengong dan kurang santai.
Pertanyaan 19	:	Menurut kakak, peran media saat makan itu apa?
Jawaban	:	Sebagai mood booster. Tergantung kondisi, misalnya lagi capek atau sedih, aku pilih tontonan yang ringan supaya makan tetap nyaman.
Pertanyaan 20	:	Kapan pertama kali kakak merasa butuh media saat makan?
Jawaban	:	Sejak semester 5
Pertanyaan 21	:	Apa pemicunya?
Jawaban	:	Karena aktivitas kuliah lagi sibuk-sibuknya, jadi butuh cara supaya tetap bisa menikmati waktu makan.
Pertanyaan 22	:	Kebiasaan ini berdampak ke aktivitas harian kamu?
Jawaban	:	Nggak terlalu. Aku nggak punya keterikatan sama konten, jadi nggak sampai mengganggu aktivitas lain.
Pertanyaan 23	:	Kalau lagi capek, galau, atau overthinking, pilihan konten berubah?
Jawaban	:	Iya. Kadang aku pakai dua device, satu buat musik, satu buat nonton YouTube biar mood aku balik cepet.
Pertanyaan 24	:	Kalau makan bareng teman kos, biasanya ngobrol atau fokus ke media?

Jawaban	:	Kalau sama teman dekat, lebih banyak ngobrol daripada lihat media
Pertanyaan 25	:	Pernah nonton satu konten bareng sambil makan?
Jawaban	:	Pernah. Sometimes media justru jadi pembuka obrolan.
Pertanyaan 26	:	Setelah makan, kakak lanjut nonton atau tutup media?
Jawaban	:	Biasanya langsung tutup media. Meskipun videonya belum selesai, aku matiin. Nanti bisa dilanjutkan di waktu makan berikutnya.
Pertanyaan 27	:	Menurut kakak, kebiasaan ini lebih banyak sisi positif atau negatif?
Jawaban	:	Lebih ke negatif, karena makan sambil nonton itu bikin otak multitasking, padahal makan seharusnya jadi waktu istirahat.
Pertanyaan 28	:	Ada perubahan dalam diri kakak sejak kebiasaan ini terbentuk?
Jawaban	:	Aku jadi lebih selektif memilih konten, yang benar-benar ringan dan bikin rileks.
Pertanyaan 29	:	Apakah kebiasaan ini sudah jadi bagian dari identitas kakak?
Jawaban	:	Bisa dibilang iya. Orang-orang di sekitar tahu kalau aku biasanya makan sambil nonton supaya bisa menghabiskan makanan dengan nyaman.
Pertanyaan 30	:	Kalau diminta makan tanpa media selama seminggu, apa yang kakak rasakan?
Jawaban	:	Pasti terasa ada yang hilang, meskipun mungkin bisa dijalani.
Pertanyaan 31	:	Menurut kakak, kebiasaan ini lebih ke kebutuhan, kenyamanan, atau ritual?
Jawaban	:	Lebih ke kenyamanan.
Pertanyaan 32	:	Kebiasaan ini muncul sejak tinggal di kos?
Jawaban	:	Iya, sejak semester 5, sejak tinggal di kos.

Penutup	:	Terimakasih kak Ima
Jawaban	:	Sama sama alma

Identitas Observasi

Tanggal: 23 Desember 2025

Waktu: 11:20 – 12:10

Lokasi: Kos Nurmadina

Nama informan: Saniyya Alya

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok meja belajar)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan pagi-siang (utama)
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Suasana kamar dingin, tidak begitu rapi, AC menyala, ada Cahaya dari luar kamar, duduk di lantai, dengann Ipad yang sudah dibuka dengan sandaran casing, duduk tegak dan tenang
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	-
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Ipad di sandarkan pada casing, ditaruh dilantai. Mata mengarah kebawah, kearah ipad yang terbuika
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Ipad
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify,	Netflix, dan sedang menonton Taxi Driver

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Netflix, film, podcast, atau game dll.	
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke media secara serius, ke makanan 15% ke layar media 85%
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, bahkan sampai selesai makan media masih terus diputar.
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Terlihat sangat antusias, sesekali menunjukkan ekspresi tegang dan tertawa
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Media mati membuat proses makannya terganggu. Subjek akan sepenuhnya berenti makan jika media nya terganggu
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Semua reaksi diberikan subjek
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Netflix sempat buffering karena kendala jaringan, subjek tidak banyak berkomentar, namun dengan sigap mengecek jaringannya, dan sat aini seluruh intensitas makan nya terhenti sampai media kembali seperti semula

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Menatap layar terus menerus, sesekali membenarkan posisi ipad agar sesuai dengan pandangannya.
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	-
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	Jarang berkomentar, subjek lebih banyak menunjukkan ekspresi “udah Kocak” *“jinjja”(*Bahasa korea)
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	-
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	-
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Setelah selesai makan, subjek duduk dulu selama kurang lebih satu jam kurang, dengan bersender dan menyelesaikan tontonannya.
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu —	Kebiasaan bermedia saat makan pada subjek menunjukkan bahwa media

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
misalnya sebagai “teman makan”, bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	memiliki peran penting dalam pengalaman makan. Media tidak hanya menjadi teman makan, tetapi juga menjadi pusat perhatian yang membentuk kenyamanan dan keterlibatan emosional subjek. Ketika media terganggu, aktivitas makan ikut terhenti, yang menandakan bahwa media telah menjadi bagian dari ritual makan personal di ruang privat subjek.
Peran Media saat Makan	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian**

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber		
Nama	:	Saniyya Alya Azzahra
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Umur	:	22 Tahun
Asal Instansi	:	Universitas Muhammadiyyah Jogja
Angkatan	:	2023
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Di lantai, duduk di kamar kos
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Sendiri
Pertanyaan 3	:	Biasanya kamu makan sambil ngapain?
Jawaban	:	Sambil nonton Netflix.
Pertanyaan 4	:	Itu pasti ya? Tidak ada kegiatan lain?
Jawaban	:	Iya, pasti nonton.
Pertanyaan 5	:	Media apa yang biasanya kamu pakai saat makan?
Jawaban	:	iPad. Kadang HP atau laptop, tapi paling sering iPad.
Pertanyaan 6	:	Platform apa yang paling sering kamu buka saat makan?
Jawaban	:	Netflix.
Pertanyaan 7	:	Kenapa Netflix?
Jawaban	:	Karena aku suka nonton drama. Durasinya panjang, jadi bisa benar-benar ditonton selama makan.
Pertanyaan 8	:	Kalau platform lain seperti YouTube, TikTok,

		atau Instagram biasanya kamu pakai untuk nonton atau scroll?
Jawaban	:	Kalau TikTok biasanya scroll, YouTube jarang aku buka. Tapi kalau pas makan, aku lebih pilih Netflix.
Pertanyaan 9	:	Kamu punya konten wajib setiap kali makan?
Jawaban	:	Tergantung apa yang lagi ditonton di Netflix. Biasanya drama Korea, tergantung yang lagi hype.
Pertanyaan 10	:	Kamu nyalain media sebelum mulai makan atau setelah makan?
Jawaban	:	Sebelum makan.
Pertanyaan 11	:	Saat makan sambil bermedia, kamu lebih fokus ke makanan atau ke konten?
Jawaban	:	Ke kontennya
Pertanyaan 12	:	Kenapa?
Jawaban	:	Karena aku suka nonton. Jadi lebih fokus ke filmnya, tapi makannya tetap santai dan nyaman.
Pertanyaan 13	:	Posisi iPad-nya gimana saat makan?
Jawaban	:	Disandarin pakai casing, jadi tinggal ditaruh menghadap ke muka.
Pertanyaan 14	:	Kalau videonya buffering, iPad jatuh, atau koneksi jelek, reaksimu gimana?
Jawaban	:	Biasa aja. Langsung dibenerin atau dicek jaringannya
Pertanyaan 15	:	Ada ekspresi tertentu saat kontennya seru atau tidak seru?
Jawaban	:	Ada. Kalau lucu ya ketawa, kalau tegang ya ikut takut.
Pertanyaan 16	:	Kenapa kamu lebih nyaman makan sambil nonton?
Jawaban	:	Lebih lambat, karena fokus terbagi.
Pertanyaan 17	:	Kenapa kakak lebih nyaman makan sambil nonton?

Jawaban	:	Awalnya karena nyaman. Lama-lama jadi kebiasaan dan akhirnya keterusan. Sekarang rasanya susah dilepas..
Pertanyaan 18	:	Kalau kamu makan tanpa HP atau iPad, rasanya gimana?
Jawaban	:	Nggak bisa. Apalagi kalau sendirian, benar-benar nggak bisa.
Pertanyaan 19	:	Menurut kamu peran media saat makan itu apa?
Jawaban	:	Penting. Media itu buat nemenin aku selama makan, bikin nyaman, jadi teman makan juga.
Pertanyaan 20	:	Kapan pertama kali kamu sadar butuh media sebelum makan?
Jawaban	:	Sejak kuliah, sejak tinggal di kos.
Pertanyaan 21	:	Kenapa saat itu mulai butuh media?
Jawaban	:	Awalnya sering makan bareng teman sambil nonton. Dari situ keterusan, sampai akhirnya terbiasa nonton sendiri.
Pertanyaan 22	:	Kalau makan bareng teman kos, biasanya ngobrol atau fokus ke media masing-masing?
Jawaban	:	Fokus ke media masing-masing
Pertanyaan 23	:	Pernah nonton satu konten bareng sambil makan?
Jawaban	:	Pernah. Suasananya seru, malah banyak reaksi bareng.
Pertanyaan 24	:	Menurut kamu, media mempengaruhi kedekatan dengan teman saat makan?
Jawaban	:	Iya, justru ngebangun bonding. Media bisa jadi bahan obrolan, bukan bikin jarak.
Pertanyaan 25	:	Setelah selesai makan, kamu lanjut nonton atau tutup media?
Jawaban	:	Lanjut nonton sampai selesai.
Pertanyaan 26	:	Kamu suka nonton drama Korea. Ada gak

		pengaruh nya ke kehidupan kamu?
Jawaban	:	Ada. Lebih ke komunikasi. Aku jadi belajar bahasa baru dan kosakata baru. Nonton drama korea lebih gampang buat belajar dibanding belajar langsung.
Pertanyaan 27	:	Menurut kamu, kebiasaan bermedia saat makan ini berdampak ke aktivitas harian kamu?
Jawaban	:	Lumayan berdampak. Kadang suka nunda kerjaan karena nunggu nonton selesai.
Pertanyaan 28	:	Lebih banyak positif atau negatif?
Jawaban	:	Negatif kalau keterusan
Pertanyaan 29	:	Apa negatifnya?
Jawaban	:	Kebiasaan ini kebawa ke luar, misalnya lagi rame sama orang tapi masih nonton. Terus jadi suka menunda pekerjaan
Pertanyaan 30	:	Ada sisi positifnya?
Jawaban	:	Ada. Makan jadi lebih nyaman, nggak sepi.
Pertanyaan 31	:	Kalau kamu diminta makan tanpa media selama seminggu, gimana rasanya?
Jawaban	:	Kayaknya nggak bisa. Paling kalau mau dikurangin pelan-pelan, tapi kalau langsung hilang rasanya nggak mungkin
Pertanyaan 32	:	Buat kamu pribadi, ini kebutuhan, kenyamanan, atau ritual?
Jawaban	:	Kebutuhan. Awalnya nyaman, lama-lama jadi butuh dan akhirnya jadi kebiasaan baru.
Penutup	:	Thankyou saniyya
Jawaban	:	Sama sama Alma

Identitas Observasi

Tanggal: 24 Desember 2025

Waktu: 13.02-14.00

Lokasi: Kost Bunda May

Nama informan: La Alina Futayhatu Madiha

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok lemari)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan siang (utama)
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Susana kamar terang redup, karena hanya mengandalkan Cahaya matahri dan satu lampu kamaryang berwarna kuning. Subjek duduk di lantai (diatas karpet), duduk sila dengan laptop didepannya
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	-
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Laptop dibiarkan terbuka, tidak ada sandaran, pandangan subjek lurus kebawah,
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Laptop
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	Youtube (podcast agak laen)
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke media secara serius, ke makanan 20% ke layar media 80%. Namun masih memungkinkan interaksi sosial

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, bahkan sampai selesai makan media masih terus diputar.
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Terlihat sangat antusias, banyak sekali tertawa saat menonton, ekspresiftetapi tidak banyak komentar verbal
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Media mati membuat proses makannya terganggu. Subjek akan sepenuhnya berenti makan jika media nya terganggu, dan merasa canggung selama media terhenti. Dan media berfungsi sebagai teman makan dan hiburan
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Reaksi berupa tawa dan ekspresi lucu
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Saat media mati, subjek **berhenti makan dan menyalakan kembali media**
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Menatap layar terus menerus,tubuhnya tetap santai, dan beberapa kali menyesuaikan posisi tubuhnya agar tetap nyaman

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	- Tidak ada teman kos selama makan berlangsung, namun menurut wawancara, jika bersama teman dekat memilih untuk mengobrol dan media bisa jadi satu perangkat bersama
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media ("lucu banget", "bosen", "lagi trending nih") yang muncul saat makan	*"Lucu kaliiii"* *"Kocak dah"*
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	-
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	-
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Setelah selesai makan, subjek menyelesaikan konten terlebih dahulu, sebelum melanjutkan ke aktivitas yang lain
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai "teman makan", bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Pada subjek ini, media dimaknai sebagai **teman makan dan sumber hiburan** yang membuat aktivitas makan terasa lebih santai dan menyenangkan. Media membantu menciptakan suasana yang tidak sepi, meskipun subjek tetap menyadari keberadaan orang lain dan masih membuka ruang interaksi sosial.

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	Secara simbolik, media berfungsi sebagai pengisi suasana dan penambah kenyamanan saat makan, tanpa sepenuhnya menggantikan interaksi sosial.
Peran Media saat Makan	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber		

Nama Jenis Kelamin Umur Asal Instansi Angkatan	: : : : :	La Alina Futayhatu Madiha (Lala) Perempuan 21 Tahun Universitas Muhammadiyyah Jogja 2023
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Di kamar, di atas karpet, duduk di lantai
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Sendiri
Pertanyaan 3	:	Biasanya kamu makan sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu?
Jawaban	:	Sambil nonton podcast di Youtube
Pertanyaan 4	:	Kamu biasanya pakai media apa saat makan? HP atau laptop?
Jawaban	:	Laptop.
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang paling sering kamu buka saat makan?
Jawaban	:	YouTube.
Pertanyaan 6	:	Kenapa YouTube?
Jawaban	:	Karena cepat dibukanya, terus kalau nggak berlangganan juga aman. Isinya juga banyak yang insightful, karena aku biasanya nonton podcast.
Pertanyaan 7	:	Kalau YouTube, TikTok, atau Instagram, biasanya kamu pakai buat nonton atau sekadar scroll?
Jawaban	:	Kalau YouTube pasti buat nonton. Kalau TikTok atau Instagram, pas lagi makan itu nggak sih. TikTok kadang buat bikin konten, IG juga, tapi kalau lagi makan nggak kepikiran buat buka itu
Pertanyaan 8	:	Kamu ada nggak konten wajib setiap kali makan, kayak channel atau genre tertentu?
Jawaban	:	Ada, *Agak Lain dan Raditya Dika*

Pertanyaan 9	:	Kenapa kamu suka *Agak Lain*?
Jawaban	:	Karena dia lucu, hiburan dapet, tapi di sisi lain dia juga kayak mengupas kehidupan di balik artis-artis. Jadi bukan cuma yang kelihatan di cover-nya aja, tapi perjalanan hidupnya juga.
Pertanyaan 10	:	Kamu nyalain media sebelum mulai makan atau setelah makan?
Jawaban	:	Sebelum makan.
Pertanyaan 11	:	Bisa ceritain rutinnya atau ritualnya gimana?
Jawaban	:	Biasanya aku gelar karpet dulu, terus buka laptop, nyalain laptop, ready. Setelah itu cuci tangan, siapin makanannya. Habis itu pencet play, baru langsung makan
Pertanyaan 12	:	Pas kamu makan sambil buka media, kamu lebih fokus ke makanan atau ke kontennya?
Jawaban	:	Di awal aku fokus ke makanan. Tapi setelah flow-nya udah jalan, aku sambil nonton dan akhirnya lebih fokus ke tontonannya.
Pertanyaan 13	:	Laptopnya biasanya disandarin atau ada posisi tertentu?
Jawaban	:	Laptop kan sudah bisa berdiri sendri, yang penting pokoknya ditaruh aja sampai kelihatan jelas sama mataku.
Pertanyaan 14	:	Kalau lagi makan terus videonya buffering atau koneksinya jelek, reaksi kamu gimana?
Jawaban	:	Kalau lagi sendiri terus buffering itu sebel banget. Aku cek koneksi dan berusaha semaksimal mungkin. Aku nggak bakal lanjut makan kalau videonya belum nyala lagi.
Pertanyaan 15	:	Bakal langsung switch ke HP nggak?
Jawaban	:	Nggak. Aku bakal usaha semaksimal mungkin pakai laptop. Kalau udah mentok banget baru aku lanjut makan tanpa media.

Pertanyaan 16	:	Ada nggak ekspresi atau perasaan tertentu kalau kontennya seru? Kayak ketawa atau senyum?
Jawaban	:	Ada, pasti bereaksi.
Pertanyaan 17	:	Selama kamu nonton Raditya Dika atau *Agak Lain*, ada nggak dialek atau gaya bicara mereka yang kebawa ke kehidupan kamu?
Jawaban	:	Dialeknya nggak kebawa, tapi aku jadi paham cara mereka ngobrol. Karena yang aku tonton itu obrolan, jadi aku lebih memperhatiin cara mereka komunikasi sama narasumber
Pertanyaan 18	:	Jadi lebih ke cara mereka ngobrol, bukan dialeknya?
Jawaban	:	Iya, lebih ke cara ngobrolnya.
Pertanyaan 19	:	Kenapa sih kamu lebih nyaman makan sambil nonton atau buka media?
Jawaban	:	Karena rasanya kalau makan diem aja tuh kayak ngapain gitu. Jadi pengennya sambil mikir atau sambil ngelakuin sesuatu. Jadi berasa ada kegiatan
Pertanyaan 20	:	Kalau makan tanpa media, rasanya gimana?
Jawaban	:	Hampa. Hampa banget.
Pertanyaan 21	:	Menurut kamu, apa peran media bagi kamu saat makan?
Jawaban	:	Teman makan.
Pertanyaan 22	:	Jadi meskipun nggak ada orang, kamu tetap bisa makan karena ada media yang nemenin?
Jawaban	:	Iya
Pertanyaan 23	:	Kapan kamu pertama kali sadar kalau kamu butuh media sebelum makan?
Jawaban	:	Sejak ngekos.
Pertanyaan 24	:	Jadi ngekos mempengaruhi kamu buat butuh media?
Jawaban	:	Iya

Pertanyaan 25	:	Kalau makan bareng teman kos, biasanya kalian ngobrol atau tetap fokus sama media?
Jawaban	:	Ngobrol sambil nonton
Pertanyaan 26	:	Pernah nonton satu konten bareng sambil makan?
Jawaban	:	Pernah
Pertanyaan 27	:	Suasananya gimana?
Jawaban	:	Seru.
Pertanyaan 28	:	Kamu tetap bisa fokus atau harus nonton ulang?
Jawaban	:	Tetap bisa fokus, tetap happy.
Pertanyaan 29	:	Menurut kamu, ada nggak pengaruh media terhadap kedekatan atau jarak dengan teman saat makan?
Jawaban	:	Ada pengaruh ke arah lebih dekat. Karena nonton bareng jadi ada obrolan.
Pertanyaan 30	:	Setelah selesai makan, kamu lanjut nonton atau langsung tutup media?
Jawaban	:	Biasanya lanjut sampai selesai, kecuali kalau dikejar jam kampus.
Pertanyaan 31	:	Menurut kamu, kebiasaan bermedia saat makan ini berdampak ke kualitas aktivitas harian kamu atau nggak? Kalau iya dampaknya seperti apa?
Jawaban	:	Berdampak, kadang waktu yang harusnya dipakai buat ngerjain deadline malah kepakai buat nonton. Atau habis makan harusnya langsung sholat atau ngelakuin hal lain, tapi nunggu podcastnya selesai dulu.
Pertanyaan 32	:	Menurut kamu, kebiasaan ini lebih banyak sisi positif atau negatif?
Jawaban	:	Positif.
Pertanyaan 33	:	Kenapa positif?
Jawaban	:	Karena waktu makan jadi lebih produktif. Bisa

		nonton podcast dan nambah insight.
Pertanyaan 34	:	Kalau suatu hari kamu diminta makan tanpa media selama seminggu, apa yang kamu rasain?
Jawaban	:	Pertama hampa, kedua sepi. Awalnya mungkin berat, tapi lama-lama bisa terbiasa.
Pertanyaan 35	:	Buat kamu pribadi, kebiasaan bermedia saat makan ini lebih ke kebutuhan, kenyamanan, atau ritual?
Jawaban	:	Kenyamanan.
Pertanyaan 36	:	Kamu ngerasa kebiasaan ini berubah sejak tinggal di kos atau sama aja kayak dulu?
Jawaban		Berubah sejak tinggal di kos.
Penutup	:	Thankyou Lala
Jawaban	:	Sama sama Alma

Identitas Observasi

Tanggal: 26 Desember 2025

Waktu: 11:30- 11:50

Lokasi: Kos Maison 48

Nama informan: Pelangi Izzati

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok lemari)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan siang (utama)
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain	Suasana kamar nya redup, remang", agak sedikit kotor namun bagi subjek tetap comfort (nyaman), duduk diatas Kasur dan

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
ataupun gangguan dari luar	tidak menyender.
Catat **siapa yang hadir** di ruang tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	-
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Posisi tubuh menghadap TV, duduk diatas Kasur, dan tidak menyender, TV di dinding
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	TV
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	Youtube podcast Nadia omara
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak fokus ke makanan 80% ke layar media 20%. Interaksi lebih banyak ke makanan
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, sampai makan selesai. Ketika podcast itu sudah selesai, baru subjek melanjutkan dengan mengganti device
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Lebih flat, media sebagai noise background
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Media mati membuat proses makannya terganggu. Subjek akan sepenuhnya berenti makan jika media nya terganggu, dan merasa canggung selama media terhenti. Dan media berfungsi sebagai teman makan dan hiburan

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Reaksi berupa tawa dan ekspresi lucu
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Ketika sedang iklan, dia tetap melanjutkan makannya tanpa stop, sampai ada thumb "next" di konten tersebut.
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Hanya fokus ke makanan, sesekali menatap media nya
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	- Tidak ada teman kos selama makan berlangsung, namun menurut wawancara, jika bersama teman dekat memilih untuk mengobrol dan media bisa jadi satu perangkat bersama
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media ("lucu banget", "bosen", "lagi trending nih") yang muncul saat makan	*"ini wifi lama kali"* *"aneh pulak orang itu"*
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	Temen kos subjek tiba tiba masuk kekamar untuk meminjam sisir, dan itu cukup menganggu kenyamanan subjek. Dan respon temen kos subjek hanya "ewh" "ish" melihat subjek menonton
Catat apakah muncul **ritual sosial**	-

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
kecil — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Setelah selesai makan, subjek menyelesaikan konten terlebih dahulu, baru mengganti device yang lain
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai "teman makan", bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Bagi subjek, media digital saat makan tidak dimaknai sebagai tontonan utama, melainkan sebagai '*noise background'* yang menghadirkan suasana hidup. Kehadiran suara ini berfungsi sebagai pengganti kehadiran sosial dan penyangga emosional, sehingga makan tidak dirasakan sebagai aktivitas yang sunyi. media **mengganti kehadiran orang lain** karena suara yang ciptakan media seakan mensimulasi kehidupan sosial.
Peran Media saat Makan	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	B. Media sebagai Teman Makan ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten ☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan "kurang lengkap" tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening **F. Konteks Sosial & Ruang** ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber		
Nama	:	Pelangi Izzati
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Umur	:	22 Tahun
Asal Instansi	:	STI Pram Jogja
Angkatan	:	2023
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Aku biasanya makan di kamar, diatas kasur
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Sendiri
Pertanyaan 3	:	Biasanya kamu makan sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu?
Jawaban	:	Sambil nonton podcast di Youtube
Pertanyaan 4	:	Berarti itu kebiasaan rutinnya ya, nontonnya?

		Kamu biasanya pakai media apa saat makan? HP, laptop, TV, atau yang lain?
Jawaban	:	Betul, aku biasanya nonton pake TV
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang paling sering kamu buka saat makan?
Jawaban	:	YouTube.
Pertanyaan 6	:	Kenapa YouTube?
Jawaban	:	Karena aku cari yang durasinya gak terlalu cepat dan gak terlalu lama, misalnya podcast sekitar 15–20 menit.
Pertanyaan 7	:	Kenapa nggak TikTok atau platform lain?
Jawaban	:	Terlalu pendek dan harus scroll-scroll, jadi kayak ganggu sendokku waktu makan.
Pertanyaan 8	:	Kalau YouTube, TikTok, atau Instagram, biasanya kamu pakai buat nonton atau sekadar scroll saat makan?
Jawaban	:	Kalau TikTok sama IG aku scroll. Kalau YouTube pasti nonton
Pertanyaan 9	:	Kamu ada nggak konten wajib setiap kali makan, kayak channel atau genre tertentu?
Jawaban	:	Ada. Nadia Omara. Kalau nggak Nadia Omara, Nessie Judge.
Pertanyaan 10	:	Kenapa kamu suka mereka?
Jawaban	:	Karena podcastnya itu kalau mereka cerita, narasinya hidup. Masuk ke telinga dan ke imajinasi. Jadi tiap aku dengerin, langsung kebayang ilustrasinya. Cocok aja gitu.
Pertanyaan 11	:	Bisa ceritain rutinnya atau ritualnya gimana?
Jawaban	:	Habis dari kitchen, aku bawa makanan ke kamar. Sebelum duduk, aku ambil remote, nyalain TV, buka channel, pilih channelnya. Habis itu baru duduk dan makan
Pertanyaan 12	:	Pas kamu makan sambil buka media, kamu

		lebih fokus ke makanan atau ke kontennya?
Jawaban	:	Lebih fokus ke makanan.
Pertanyaan 13	:	Kenapa?
Jawaban	:	Karena media itu sebenarnya cuma supaya ada noise aja. Biar telinga berisik, biar nggak sepi, karena aku makan sendiri.
Pertanyaan 14	:	Kamu biasanya nyalain media itu sebelum mulai makan atau pas udah makan?
Jawaban	:	Sebelum makan.
Pertanyaan 15	:	Kalau pakai HP, biasanya dipegang atau disandarin?
Jawaban	:	Disandarin di depan. Kadang kalau bawa tripod, ya pakai tripod. Pokoknya harus sejajar sama mata, nggak boleh nunduk.
Pertanyaan 16	:	Kalau lagi makan terus videonya buffering, ada iklan, atau HP jatuh, reaksimu gimana?
Jawaban	:	Kalau buffering, aku tunggu sampai muncul tanda skip, terus lanjut nonton. Kalau HP jatuh, aku flat aja, nggak ada reaksi. Tapi kalau jaringannya hilang, baru refleks kesel dan maki-maki dulu.
Pertanyaan 17	:	Kalau jaringannya hilang, kamu langsung ganti device?
Jawaban	:	Iya. Awalnya nonton di TV, terus ganti ke HP pakai data, tapi tetap nonton channel yang sama.
Pertanyaan 18	:	Ada nggak ekspresi atau perasaan tertentu kalau kontennya seru atau nggak?
Jawaban	:	Ada. Kalau podcast sih aku nggak terlalu bereaksi. Tapi karena aku K-popers, suka idol cowok, jadi kalau nonton variety show atau vlog mereka, aku bisa teriak-teriak sendiri karena gemas.
Pertanyaan 19	:	Tapi biasanya kamu makan sambil nonton

		konten idol itu nggak?
Jawaban	:	Nggak bisa. Aku harus fokus ke mereka, nggak boleh ke makanan.
Pertanyaan 20	:	Kenapa kamu lebih nyaman makan sambil nonton atau buka media?
Jawaban	:	Karena aku sendiri. Kalau makan sendiri tuh rasanya sedih, jadi butuh suara di telinga, butuh berisik, kayak ada temennya.
Pertanyaan 21	:	Kalau makan tanpa media, perasaan kamu gimana?
Jawaban	:	Sedih. Rasanya sedih banget, kayak sendirian. Terus durasi makan jadi lebih cepat, kayak lima menit udah habis karena bingung mau ngapain lagi.
Pertanyaan 22	:	Menurut kamu, apa peran media bagi kamu saat makan?
Jawaban	:	Sebagai teman makan
Pertanyaan 23	:	Kapan kamu pertama kali sadar kalau kamu butuh media sebelum makan?
Jawaban	:	Semenjak aku mulai ngekos. Sejak sendirian.
Pertanyaan 24	:	Kalau makan bareng teman kos, biasanya ngobrol atau fokus ke media masing-masing?
Jawaban	:	Ngobrol.
Pertanyaan 25	:	Pernah nonton satu konten bareng sambil makan?
Jawaban	:	Pernah.
Pertanyaan 26	:	Rasanya gimana?
Jawaban	:	Nggak masuk ke otak kontennya. Aku harus bikin temanku nyaman sama konten yang aku pilih, jadi akhirnya kita ngobrol aja. Soalnya nggak semua orang punya preferensi yang sama.
Pertanyaan 27	:	Menurut kamu, ada nggak pengaruh media terhadap kedekatan atau gap kamu sama teman saat

		makan?
Jawaban	:	Nggak ada pengaruhnya.
Pertanyaan 28	:	Setelah selesai makan, kamu biasanya lanjut nonton atau langsung tutup media?
Jawaban	:	Tutup media. Tutup TV, habis itu lanjut main HP.
Pertanyaan 29	:	Kalau setelah makan podcastnya masih nyala, kamu selesain dulu atau ganti platform?
Jawaban	:	Kalau sudah selesai di TV, baru switch ke HP dan ganti platform, biasanya ke TikTok
Pertanyaan 30	:	Menurut kamu, kebiasaan bermedia saat makan ini berdampak nggak ke aktivitas harian kamu?
Jawaban	:	Berdampak banget.
Pertanyaan 31	:	Dampaknya apa?
Jawaban	:	Aku jadi lebih malas, lebih jarang keluar, kurang bersosialisasi. Kadang harusnya di jam tertentu ngerjain sesuatu, tapi malah mikir, “Aduh, nonton dulu.”
Pertanyaan 32	:	Ada pengaruh dari konten Nadia Omara ke komunikasi kamu?
Jawaban	:	Kadang ada. Dialeknya suka kebawa, kayak ngomong “iya, Wak” atau “kenapa, Wak”.
Pertanyaan 33	:	Menurut kamu, kebiasaan ini lebih banyak sisi positif atau negatif?
Jawaban	:	Tengah-tengah, 50–50.
Pertanyaan 34	:	Bisa jelasin spesifiknya?
Jawaban	:	Negatifnya aku jadi males keluar dan bersosialisasi. Positifnya pengetahuanku jadi nambah, jadi kalau temenku lagi ngalamin sesuatu, aku bisa kasih solusi dari yang aku tonton.
Pertanyaan 35	:	Kalau suatu hari kamu diminta makan tanpa media selama satu minggu, apa yang kamu rasain?
Jawaban	:	Hampa dan sedih. Tapi mungkin bisa terjadi

		kalau mati lampu atau data habis.
Pertanyaan 36	:	Buat kamu pribadi, kebiasaan bermedia saat makan ini kebutuhan, kenyamanan, atau ritual?
Jawaban	:	Ritual. Wajib.
Pertanyaan 37	:	Kamu ngerasa kebiasaan ini berubah sejak tinggal di kos atau sama aja dari dulu?
Jawaban		Sebenarnya sama aja dari dulu. Dulu juga pakai HP, sekarang aja medianya makin banyak.
Penutup	:	Thankyou Pelangi
Jawaban	:	Sama sama Alma

Laporan Observasi (Fieldnotes) & Transkip Wawancara

Identitas Observasi

Tanggal: 2 Januari 2026

Waktu: 10:02 – 10: 25

Lokasi: Kost Bunda May

Nama informan: Fauziyah Salma

Posisi peneliti: Pengamat partisipatif (duduk di pojok lemari)

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Memperhatikan lokasi makan subjek, apakah dikamar kos, dapur bersama, atau ruang makan kos.	Dikamar kos
Mencatat waktu kegiatan makan (pagi, siang, malam) dan juga durasinya, apakah itu waktu makan utama atau hanya ngemil.	Makan pagi (utama)
Mengamati suasana ruang: pencahayaan,kebersihan, posisi duduk, suara sekitar, keberadaan orang lain ataupun gangguan dari luar	Suasana kamar terang,tidak kotor dan tidak terlalu bersih juga, duduk dilantai, dengan laptop di sandari di Kasur dan posisi duduk kaki disila dan diangkat 1
Catat **siapa yang hadir** di ruang	-

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
tersebut makan sendiri atau bersama teman kos.	
Perhatikan posisi tubuh dan media, misal: HP di tangan, di meja, di pangkuan, atau disandarkan di benda lain	Posisi tubuh menghadap ke laptop, laptop disandarin dikasur
Jenis **media digital** yang digunakan (HP, laptop, tablet, televisi).	Laptop
Platform atau konten yang digunakan: YouTube, TikTok, Instagram, Spotify, Netflix, film, podcast, atau game dll.	Youtube Windah Basudara
Catat **intensitas perhatian**: apakah lebih fokus pada media atau makanan	Lebih banyak full ke nonton
Amati **kapan media dinyalakan** — sebelum, selama, atau setelah makan (frekuensi penggunaan media) media dinyalakan dari awal hingga akhir makan, atau hanya sesekali.	Sebelum makan, media dinyalakan terus menerus, sampai makan selesai.
Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh (tersenyum, tertawa, datar, cuek, antusias, dll.)	Subjek **sering tertawa** dan menunjukkan ekspresi terhibur saat menonton konten Bang Windah
Catat apakah media tampak menjadi **pengalih perhatian atau teman makan**, atau **ada tanda-tanda kenyamanan atau ketergantungan** misalnya merasa canggung kalau media mati	Media berfungsi sebagai **hiburan dan teman makan**. Saat media terganggu (mati/koneksi buruk), subjek menunjukkan **perubahan emosi (bad mood)** dan **menghentikan aktivitas makan**
Perhatikan **reaksi spontan terhadap konten** (tertawa, komentar, ekspresi kaget, atau senyum kecil).	Tertawa, ekspresi lucu, komentar singkat terhadap konten

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat perubahan perilaku ketika media terganggu (mati, buffering, notifikasi muncul, HP Jatuh, koneksi putus dll.).	Subjek merasa sangat badmood saat koneksi sempat terganggu
Perhatikan interaksi non-verbal antara subjek dan media — seperti menatap layar terus, menyentuh HP berulang, atau menyesuaikan posisi makan agar nyaman dengan layar.	Pandangan **dominan ke layar**, dengan penyesuaian posisi duduk agar nyaman menonton
Jika makan bersama teman kos, apakah mereka mengobrol atau sibuk dengan media masing-masing.	- Tidak ada teman kos selama makan berlangsung, namun menurut wawancara, jika bersama teman dekat memilih untuk mengobrol dan media bisa jadi satu perangkat bersama
Catat jika ada komentar spontan tentang konten media (“lucu banget”, “bosen”, “lagi trending nih”) yang muncul saat makan	*“GG banget”* *“seru juga gamenya”* *“download gak ya”*
Perhatikan bagaimana teman kos atau orang lain merespons penggunaan media — apakah ikut menonton, terganggu, atau cuek	-
Catat apakah muncul **ritual sosial kecil** — misalnya menunggu buffering sambil bercanda, atau mengganti video bareng.	-

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
Catat perilaku setelah makan: apakah langsung lanjut menonton, rebahan sambil scroll, atau menutup media dan beraktivitas lain	Setelah makan selesai, subjek **langsung menutup media**, meskipun konten belum selesai dan menlanjutkan dengan aktivitas lain (karena durasi windah basudara
Refleksikan kemungkinan **makna simbolik** dari kebiasaan bermedia itu — misalnya sebagai "teman makan", bentuk hiburan, pengisi kesepian, kebiasaan otomatis tanpa disadari, atau simbol kebebasan di ruang pribadi	Media dimaknai sebagai **pendamping ritual maka**n yang menghadirkan rasa ditemani dan kenyamanan emosional, namun tetap dibatasi secara temporal. Pemutusan media setelah makan menandakan adanya batas simbolik yang jelas antara ritual makan dan aktivitas lain, sehingga media tidak menjadi pusat aktivitas, melainkan elemen pendukung dalam praktik makan sehari-hari.
Peran Media saat Makan	**A. Pola Penggunaan Media** ☑ Media dinyalakan sebelum makan ☑ Media dinyalakan bersamaan dengan mulai makan ☑ Media tetap menyala meski tidak ditonton aktif ☒ Media dimatikan selama makan ☑ Media disiapkan (di-charge/WiFi) sebelum makan ☒ Media hanya mati saat makanan habis **B. Media sebagai Teman Makan** ☑ Media dijadikan latar suara ☑ Ada respons emosional (tertawa, komentar, ekspresi) ☑ Ritme makan mengikuti alur konten

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	☑ Terlihat lebih nyaman saat media menyala ☑ Ada gestur/komentar seolah berinteraksi dengan konten **C. Media sebagai Pengalih Perhatian** ☑ Fokus berpindah-pindah antara makanan & layar ☒ Makanan sempat terlupakan/dingin ☑ Durasi makan lebih lama dari biasanya ☒ Sering mengganti konten ☑ Porsi/kecepatan makan berubah saat konten menarik **D. Tanda Kenyamanan Emosional** ☑ konten yang familiar/berulang ☑ Gestur tubuh lebih santai saat media aktif ☑ Media tetap dinyalakan meski sendirian ☑ Konten dipilih untuk menenangkan (humor/ringan) **E. Tanda Ketergantungan** ☑ Terlihat canggung/gelisah saat media mati ☑ Langsung menyalakan kembali media ☑ Menganggap makan “kurang lengkap” tanpa media ☑ Menunda makan karena media belum siap ☑ Sulit makan dalam kondisi hening

Analisa Observasi	Hasil di Lapangan
	F. Konteks Sosial & Ruang ☑ Makan sendirian di ruang privat (kamar kos) ☑ Media menggantikan kehadiran orang lain ☑ Media tetap dipilih meski ada orang di sekitar

Identitas Narasumber		
Nama	:	Fauziyyah Salma
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Umur	:	21 Tahun
Asal Instansi	:	Akademi Kesejahteraan Sosial (AKK) Yogyakarta
Angkatan	:	2023
Pertanyaan 1	:	Biasanya kamu makan dimana kalau dikos?
Jawaban	:	Makan di kamar kos, dilantai bawah
Pertanyaan 2	:	Kamu biasanya makan sendiri atau sama temen?
Jawaban	:	Sendiri
Pertanyaan 3	:	Biasanya kamu makan sambil ngapain? Ada kebiasaan tertentu?
Jawaban	:	Sambil nonton Youtube
Pertanyaan 4	:	Kamu biasanya pakai media apa saat makan? HP, laptop, TV, atau yang lain?
Jawaban	:	Pakai laptop.
Pertanyaan 5	:	Platform apa yang paling sering kamu buka saat makan?
Jawaban	:	YouTube.
Pertanyaan 6	:	Kenapa YouTube?

Jawaban	:	Karena itu platform yang sering aku buka, selain itu Youtube punya banyak pilihan yang mana konten-kontennya variatif
Pertanyaan 7	:	Kalau nonton YouTube, biasanya kamu pakai buat nonton atau sekadar scroll aja?
Jawaban	:	Nonton
Pertanyaan 8	:	Pernah nggak makan tapi bukanya TikTok atau Instagram?
Jawaban	:	Nggak. Jarang.
Pertanyaan 9	:	Platform lain pernah?
Jawaban	:	Biasanya aku buka sambil buka Pinterest
Pertanyaan 10	:	Berarti TikTok dan Instagram kamu buka di luar jam makan ya?
Jawaban	:	Betul sekali
Pertanyaan 11	:	Kamu ada nggak konten wajib setiap kali makan, kayak channel tertentu?
Jawaban	:	Channel Windah Basudara
Pertanyaan 12	:	Kenapa kamu suka Bang Windah?
Jawaban	:	Suka aja, banyak konten konten serunya, vlognya vlognya juga seru. Bang windah ini kan based nya buat konten game, nah aku suka kepo sama game-game yang dia mainin. Jadi suka nungguin episode-episode barunya.
Pertanyaan 13	:	Pas kamu makan sambil buka media, kamu lebih fokus ke makanan atau ke kontennya?
Jawaban	:	Ke kontennya
Pertanyaan 14	:	Kamu biasanya nyalain media itu sebelum mulai makan atau pas udah makan?
Jawaban	:	Sebelum makan.
Pertanyaan 15	:	Kalau pakai Laptop, biasanya dipegang atau disandarin?
Jawaban	:	Disandarin di kasur, biar aku duduknya di bawah, laptopnya di atas kasur, jadi sejajar sama

		muka dan lebih enak.
Pertanyaan 16	:	Kalau lagi makan terus tiba-tiba videonya berhenti atau koneksinya jelek, reaksi kamu gimana?
Jawaban	:	Nggak terlalu gimana-gimana, nggak sampai ganggu makan juga.
Pertanyaan 17	:	Ada nggak ekspresi atau perasaan tertentu kalau kontennya seru?
Jawaban	:	Ada, aku sering ketawa kalau nonton konten bang windah
Pertanyaan 18	:	Kenapa sih kamu lebih nyaman makan sambil nonton atau buka media?
Jawaban	:	Karena kebiasaan aja sih.
Pertanyaan 19	:	Kalau makan tanpa media rasanya gimana?
Jawaban	:	Bingung, ngerasa hampa.
Pertanyaan 20	:	Menurut kamu, apa peran media bagi kamu saat makan?
Jawaban	:	Penghibur, biar lebih mood makannya.
Pertanyaan 21	:	Kapan kamu pertama kali sadar kalau kamu selalu butuh media sebelum makan?
Jawaban	:	Semenjak ke kos.
Pertanyaan 22	:	Kalau makan bareng teman kos, biasanya ngobrol atau fokus ke media masing-masing?
Jawaban	:	Ngobrol
Pertanyaan 23	:	Pernah nggak nonton satu konten bareng sambil makan?
Jawaban	:	Nggak
Pertanyaan 24	:	Kamu ngerasa ada pengaruh media terhadap kedekatan atau jarak kamu dengan teman kos saat makan?
Jawaban	:	Nggak ada
Pertanyaan 25	:	Setelah selesai makan, kamu biasanya lanjut nonton atau langsung tutup media?

Jawaban	:	Langsung tutup.
Pertanyaan 26	:	Menurut kamu, kebiasaan bermedia saat makan ini berdampak nggak ke aktivitas harian kamu?
Jawaban	:	Aku jadi ngerasa, waktu makan adalah hal yang paling aku tunggu-tunggu karena nungguin episode episode terbaru yang keluar di channel bang windah.
Pertanyaan 27	:	Menurut kamu, kebiasaan ini lebih banyak sisi positif atau negatif? Dan kenapa?
Jawaban	:	Positif. Bikin mood makan
Pertanyaan 28	:	Kamu tipikal fast eater atau slow eater?
Jawaban	:	Fast eater.
Pertanyaan 29	:	Ada nggak kata-kata dari Bang Windah yang kebawa ke kehidupan kamu?
Jawaban	:	Ada, kayak kata kata yang suka keluar dr channel bang windah “GG abis”.
Pertanyaan 30	:	Kalau suatu hari kamu diminta makan tanpa media selama satu minggu, apa yang kamu rasain?
Jawaban	:	Mungkin akan nimbulin kebiasaan baru juga sih. Lama-lama terbiasa tanpa media.
Pertanyaan 31	:	Berarti kamu nggak terlalu ketergantungan sama media ya?
Jawaban	:	Nggak sih
Pertanyaan 32	:	Buat kamu pribadi, kebiasaan bermedia saat makan ini lebih ke kebutuhan, kenyamanan, atau ritual?
Jawaban	:	Kenyamanan. Ada atau nggak ada sebenernya nggak ngaruh, tapi kalau ada rasanya lebih nyaman.
Pertanyaan 33	:	Kamu ngerasa kebiasaan ini berubah sejak tinggal di kos atau sama aja kayak dulu?
Jawaban	:	Di rumah juga ada, tapi kalau di rumah pakainya TV, bukan laptop. Dan setelah ngekos,

		kebiasaan ini jadi makin intens
Penutup	:	Thankyou Salma
Jawaban	:	Sama sama Alma