

Abstrak

Proses berhenti PMO mendorong sebagian individu mencari dukungan melalui komunitas virtual. Penelitian ini menggambarkan dukungan sosial daring pada komunitas Stop PMO menggunakan pendekatan netnografi melalui observasi media sosial pada tiga grup di Facebook, Discord, dan Telegram. Hasil penelitian menunjukkan lima bentuk dukungan, yaitu informasional, emosional, penghargaan, jaringan sosial, dan bantuan nyata. Pola interaksi menunjukkan bahwa respons anggota berbeda sesuai dengan pengalaman yang dibagikan, yaitu masalah dan permintaan bantuan, progres, riwayat PMO, serta *relapse*. Dukungan sosial berperan sebagai sumber motivasi, ruang berjuang bersama, ruang belajar, dan pengingat selama proses berhenti PMO. Penelitian ini menunjukkan bahwa komunitas virtual menjadi ruang bagi anggota untuk memperoleh dukungan selama proses pemulihan.

Kata Kunci : dukungan sosial daring, PMO, netnografi

The process of quitting PMO encourages some individuals to seek support through virtual communities. This study describes online social support in Stop PMO communities using a netnographic approach through social media observation of three groups on Facebook, Discord, and Telegram. The findings identified five forms of support: informational, emotional, esteem, social network, and tangible assistance. Interaction patterns showed that members responded differently depending on the experiences shared, including problems and requests for help, progress, PMO history, and relapse. Online social plays a role as a source of motivation, a space to struggle together, a space to learn, and a reminder throughout the process of quitting PMO. This study shows that virtual communities provide a space for members to receive support throughout the recovery process.

Keywords: online social support, PMO, netnography