

NEWS

Dr. Hendri: Perang Kognitif dan Bahaya Normalisasi Kebohongan

Updates. - TNIAD.NET

Jan 28, 2026 - 07:23



OPINI - Kebohongan yang paling berbahaya bukan hanya kebohongan besar yang mengejutkan publik. Yang lebih berbahaya adalah kebohongan yang diulang terus-menerus sampai masyarakat terbiasa mendengarnya. Awalnya ditolak, lalu dianggap mungkin benar, kemudian dibela, dan akhirnya diterima sebagai bagian normal dari kehidupan publik. Pada titik itulah perang kognitif menemukan celah paling dalam: bukan sekadar menipu masyarakat, tetapi mengubah standar kebenaran masyarakat.

Perang kognitif bekerja dengan menyerang cara manusia berpikir, menilai, merasa, dan mengambil keputusan. Deppe dan Schaal (2024) menjelaskan bahwa konsep perang kognitif tidak hanya relevan dalam konteks militer, tetapi juga dalam politik dan masyarakat sipil karena ranah kognisi manusia telah menjadi ruang strategis perebutan pengaruh.

Dalam konteks ini, kebohongan bukan sekadar kesalahan informasi. Ia dapat menjadi alat untuk membentuk persepsi, mengarahkan emosi, merusak kepercayaan, dan melemahkan daya tahan sosial.

Normalisasi kebohongan terjadi ketika publik tidak lagi merasa terganggu oleh informasi palsu. Orang mulai berkata, “Semua pihak juga berbohong,” “Yang penting membela kelompok sendiri,” atau “Walaupun tidak benar, maksudnya baik.” Kalimat-kalimat seperti itu terdengar sederhana, tetapi berbahaya. Ia menandai pergeseran dari budaya mencari kebenaran menuju budaya membenarkan kepentingan.

Ilmu psikologi telah lama menunjukkan bahwa pengulangan dapat membuat suatu pernyataan terasa lebih benar. Dechêne, Stahl, Hansen, dan Wänke (2010) melakukan meta-analisis terhadap 51 studi tentang truth effect dan menemukan bahwa pengulangan informasi berkaitan dengan peningkatan penilaian subjektif atas kebenaran suatu pernyataan.

Artinya, kebohongan yang terus diulang tidak selalu menang karena argumennya kuat, tetapi karena otak manusia menjadi akrab dengannya.

Lebih mengkhawatirkan lagi, pengetahuan tidak selalu cukup melindungi seseorang dari efek tersebut. Fazio, Brashier, Payne, dan Marsh (2015) menunjukkan bahwa orang tetap dapat mengalami illusory truth effect meskipun sebenarnya memiliki pengetahuan yang dapat membantah informasi tersebut.

Dengan kata lain, orang tidak selalu percaya kebohongan karena bodoh. Kadang orang percaya karena kebohongan itu terasa lancar, akrab, sering muncul, dan cocok dengan emosi yang sedang mereka rasakan.

Fenomena ini menjadi sangat berbahaya di ruang digital. Media sosial membuat kebohongan dapat diulang oleh ribuan akun, dipotong menjadi video pendek, diberi musik dramatis, dibungkus meme, diperkuat komentar, lalu masuk ke grup keluarga, komunitas, dan percakapan sehari-hari. Pennycook, Cannon, dan Rand (2018) menemukan bahwa satu kali paparan saja dapat meningkatkan persepsi akurasi terhadap berita palsu, baik dalam sesi yang sama maupun setelah satu minggu.

Jika satu paparan saja dapat berpengaruh, bayangkan dampaknya ketika masyarakat terpapar narasi palsu berkali-kali setiap hari.

Di sinilah kebohongan berubah menjadi senjata persepsi. Tujuannya tidak selalu membuat publik percaya sepenuhnya. Kadang cukup membuat publik ragu terhadap fakta. Cukup membuat orang berkata, “Saya tidak tahu mana yang benar.” Cukup membuat masyarakat lelah memeriksa kebenaran. Ketika kelelahan itu terjadi, publik cenderung memilih informasi berdasarkan kedekatan

emosional, identitas kelompok, atau tokoh yang mereka sukai.

Penelitian Vosoughi, Roy, dan Aral (2018) menunjukkan bahwa berita palsu menyebar lebih jauh, lebih cepat, lebih dalam, dan lebih luas dibandingkan berita benar di Twitter; studi itu meneliti berita benar dan palsu yang tersebar pada 2006–2017.

Temuan ini penting karena memperlihatkan bahwa kebohongan memiliki daya tarik sosial. Ia sering lebih mengejutkan, lebih emosional, lebih provokatif, dan lebih mudah memancing reaksi dibandingkan fakta yang tenang.

Normalisasi kebohongan juga merusak kepercayaan publik. Ketika kebohongan dianggap biasa, masyarakat mulai kehilangan pegangan bersama. Data resmi dicurigai. Media dianggap selalu punya pesanan. Akademisi dianggap berpihak. Aparat dianggap menyembunyikan sesuatu. Pengadilan dianggap tidak adil sebelum diperiksa. Bahkan klarifikasi pun dianggap bagian dari sandiwara. Pada tahap ini, kebohongan tidak hanya mengubah isi pikiran, tetapi merusak fondasi hubungan sosial.

Masalahnya, koreksi fakta tidak selalu mampu menghapus dampak kebohongan. Lewandowsky, Ecker, Seifert, Schwarz, dan Cook (2012) menjelaskan adanya *continued influence effect*, yaitu kondisi ketika informasi keliru tetap memengaruhi penilaian seseorang meskipun telah dikoreksi.

Inilah mengapa fitnah yang sudah dibantah tetap sering meninggalkan bekas: “Mungkin memang hoaks, tetapi jangan-jangan ada benarnya.” Kalimat semacam ini adalah jejak psikologis dari normalisasi kebohongan.

Dalam politik, normalisasi kebohongan sangat berbahaya karena dapat membuat publik menilai kebenaran berdasarkan loyalitas kelompok. Hahl, Kim, dan Zuckerman Sivan (2018) menunjukkan bahwa dalam kondisi tertentu, seorang demagog yang berbohong dapat tetap dipandang autentik oleh pendukungnya ketika ia dianggap menyuarakan “kebenaran yang lebih dalam” tentang ketidakabsahan sistem.

Ini menunjukkan bahwa kebohongan bisa diterima bukan karena faktanya benar, tetapi karena dianggap mewakili kemarahan, kekecewaan, atau dendam kelompok tertentu.

Dampaknya terhadap demokrasi sangat serius. Demokrasi membutuhkan warga yang mampu membedakan fakta dan fitnah, kritik dan kebencian, opini dan manipulasi. Bila kebohongan dinormalisasi, ruang publik berubah menjadi arena saling curiga. Orang tidak lagi berdebat untuk mencari jalan keluar, tetapi berperang untuk mempertahankan narasi kelompoknya. Akibatnya, kebijakan publik sulit dibahas secara rasional karena setiap data langsung diseret ke dalam kecurigaan politik.

Normalisasi kebohongan juga melemahkan moral publik. Anak muda belajar bahwa yang penting bukan benar, melainkan viral. Pejabat belajar bahwa kebohongan bisa ditutup dengan pencitraan. Akun anonim belajar bahwa fitnah dapat menghasilkan pengaruh. Media yang buruk belajar bahwa sensasi lebih menguntungkan daripada verifikasi. Bila ini dibiarkan, masyarakat akan hidup

dalam ruang publik yang gaduh tetapi miskin kebenaran.

Maka melawan perang kognitif tidak cukup hanya dengan membantah hoaks satu per satu. Yang harus dilawan adalah ekosistem yang membuat kebohongan terasa wajar. Pertama, keluarga dan sekolah harus menanamkan etika kebenaran sejak dini. Anak-anak perlu diajari bahwa membagikan informasi palsu bukan sekadar kesalahan kecil, tetapi tindakan yang dapat melukai orang lain dan merusak masyarakat.

Kedua, media harus menjadi benteng verifikasi. Media tidak boleh ikut menyebarkan klaim viral hanya karena takut tertinggal. Dalam era kebohongan yang dinormalisasi, fungsi media bukan sekadar menyampaikan informasi, tetapi menjaga standar kebenaran. Kecepatan penting, tetapi akurasi adalah martabat pers.

Ketiga, pemerintah dan lembaga publik harus membangun kepercayaan melalui keterbukaan. Kebohongan mudah tumbuh di ruang yang gelap. Bila data ditutup, proses tidak dijelaskan, dan kesalahan tidak diakui, publik akan lebih mudah percaya pada spekulasi. Transparansi adalah vaksin penting terhadap operasi kognitif.

Keempat, masyarakat perlu membangun kebiasaan menunda reaksi. Jangan langsung percaya karena sering melihat. Jangan langsung membagikan karena emosi. Jangan langsung marah karena judul. Setiap warga harus memiliki refleksi baru: berhenti, cek sumber, cari konteks, bandingkan informasi, lalu baru mengambil sikap.

Kelima, platform digital harus ikut bertanggung jawab. Algoritma yang hanya mengejar keterlibatan dapat memperkuat konten ekstrem, emosional, dan menyesatkan. Ecker dkk. (2022) menekankan bahwa keyakinan pada misinformasi dipengaruhi oleh faktor kognitif, sosial, dan afektif, serta sering resisten terhadap koreksi.

Karena itu, persoalan kebohongan digital tidak bisa hanya dibebankan kepada individu; ia juga harus ditangani pada level ekosistem informasi.

Pada akhirnya, perang kognitif dan normalisasi kebohongan adalah ancaman terhadap akal sehat bangsa. Bangsa yang kuat bukan hanya bangsa yang mampu membangun jalan, pelabuhan, sekolah, dan pertahanan fisik. Bangsa yang kuat juga harus mampu menjaga ruang publik agar tidak dikuasai kebohongan. Sebab bila kebohongan menjadi biasa, kepercayaan akan runtuh. Bila kepercayaan runtuh, persatuan melemah. Bila persatuan melemah, ketahanan nasional ikut terganggu.

Kebeneran mungkin tidak selalu viral. Fakta mungkin tidak selalu menarik. Klarifikasi mungkin tidak selalu secepat fitnah. Tetapi masyarakat yang beradab harus tetap memilih kebenaran sebagai fondasi hidup bersama. Dalam perang kognitif, menjaga kejujuran bukan sekadar urusan moral pribadi. Ia adalah tindakan bela negara.

Jakarta, 28 Januari 2026
Dr. Ir. Hendri, ST., MT
Ketua Umum Jurnalis Nasional Indonesia (INI)