

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial, dan itu berarti mereka tidak dapat hidup terpisah dan selalu membutuhkan kerja sama dengan individu. Kehidupan manusia dicirikan oleh interaksi, yang berfungsi sebagai media transmisi dan penerimaan informasi serta pencapaian berbagai tujuan. Salah satu jenis koneksi terpenting dalam hubungan antar manusia adalah komunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal seperti yang dikemukakan oleh DeVito dalam Ascharisa dan Anisa, bahwa komunikasi interpersonal mempunyai banyak tujuan, salah satunya ialah membangun korelasi positif serta kerjasama, bukannya membangun pertarungan atau kesalahpahaman. Komunikasi interpersonal yang efektif adalah kunci dalam mencapai tujuan ini, serta untuk mencapainya, terdapat beberapa aspek yang perlu diperhatikan: keterbukaan (*openness*), ikut merasakan (*empathy*), perilaku mendukung (*supportiveness*), perilaku positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*).¹

Lebih jauh dalam konteks komunikasi interpersonal, pentingnya keterbukaan dapat tercermin dari keinginan untuk berbagi dengan siapa pun yang ingin berinteraksi, serta dari kemauan untuk berbagi ini dapat menghasilkan pertukaran informasi yang bermanfaat. Keterbukaan juga mencakup respons yang jujur ketika seseorang menerima pesan dari orang lain. Selain itu, adanya empati juga merupakan aspek penting dalam komunikasi, karena hal ini memungkinkan para komunikator untuk merasakan dan memahami perasaan yang sama seperti yang dirasakan oleh pihak lain.

Komunikasi yang terbuka dan empatik memerlukan dukungan, salah satunya adalah dukungan yang diberikan melalui komunikasi tatap muka. Ini

¹ Ascharisa Mettasatya Afrilia dan Anisa Setya Arifina, *Komunikasi Interpersonal* (Sidoarjo: Pustaka Rumah C1nta, 2020), h. 214.

tidak berarti bahwa dukungan verbal tidak bernilai, namun jika dukungan tersebut diberikan secara eksklusif, maka nilainya akan lebih positif. Dengan demikian, dalam komunikasi interpersonal, perilaku positif yang ditunjukkan oleh setiap individu kepada lawan bicaranya dapat membuat proses hubungan menjadi lebih menyenangkan. Salah satu komponen penting dalam komunikasi antarpribadi yang harus dijaga adalah keseimbangan, dan ini berarti bahwa setiap individu dapat mengakui dan menghargai apa yang diberikan oleh orang lain.

Bekerja sama secara relasional dengan orang lain sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena dapat menciptakan hasil yang berharga bagi setiap orang. Menurut Pradinata dan Devi, hasil dalam penelitiannya menunjukkan adanya hubungan negatif antara kecanduan internet dan keterampilan komunikasi interpersonal pada kalangan remaja di Jakarta. Dapat diartikan bahwa saat tingkat penggunaan internet semakin tinggi, maka tingkat keterampilan komunikasi interpersonal akan menurun, begitu pula sebaliknya.²

Penggunaan internet yang berlebihan bisa mempengaruhi kemampuan seseorang untuk terlibat dalam komunikasi tatap muka terutama dalam mengembangkan keterampilan interpersonal yang efektif. Dampak dari kecanduan internet diantaranya, terciptanya suatu isolasi sosial, berkurangnya hubungan sosial, serta penurunan kemampuan buat berkomunikasi secara efektif dengan orang lain. Hal ini bisa menyebabkan kesulitan dalam memelihara suatu hubungan, serta adanya masalah pada sebuah interaksi sosial dalam mengembangkan suatu keterampilan sosial.

Dampak negatif dari kecanduan internet pada keterampilan komunikasi interpersonal sangat relevan bagi remaja, sebab ini merupakan periode krusial untuk pengembangan suatu hubungan sosial serta peningkatan keterampilan

² Pradinata Kusumo dan Devi Jatmika, "Adiksi Internet dan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja", Jurnal *Psibernetika*, Vol 13 No. 1 (Juli 2020) Program Studi Psikologi Universitas Bunda Mulia, h. 22.

komunikasi yang efektif di lingkungannya. Maka dari itu penulis memberikan saran agar peneliti selanjutnya dapat melakukan intervensi serta beberapa strategi harus dilaksanakan untuk mengatasi kecanduan internet dengan upaya yang dapat dilakukan yaitu melakukan memperkenalkan bagaimana cara membangun sebuah keterampilan komunikasi interpersonal yang sehat di kalangan remaja.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas serta tinjauan literatur, penulis menyimpulkan bahwa dalam membangun komunikasi interpersonal, lebih bijaksana untuk memprioritaskan interaksi langsung dengan orang lain dalam konteks hubungan sosial yang konkret. Hal ini mempertimbangkan banyak pertukaran informasi dari komunikasi yang dilakukan secara langsung, daripada hanya bergantung pada media sosial, seperti memanfaatkan panggung lokal online atau komunitas informal. Komunikasi yang dekat dan pribadi memungkinkan kaum muda untuk mendapatkan dukungan dengan cara yang lebih empatik dibandingkan jika dukungan diberikan melalui media.

Jadi hubungan secara online tidak dapat memenuhi semua kebutuhan sosial seperti yang dapat dicapai melalui hubungan antarpribadi. Dalam komunikasi interpersonal, orang-orang lebih siap untuk berbagi perasaan dan akan lebih sering memahami pesan-pesan yang disampaikan oleh orang yang mereka ajak bicara. Namun, media sosial juga dapat membantu dalam membangun hubungan dengan cepat dan efisien, memungkinkan kita untuk tetap terhubung dengan orang-orang di seluruh dunia, berbagi informasi, dan membangun jaringan sosial yang luas dalam waktu singkat.

Remaja khususnya, tertarik pada visibilitas platform media sosial di masyarakat. Dapat kita lihat dari hasil kajian jurnal ilmiah tentang “Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja”, di mana mereka menemukan bahwa 98% dari generasi muda dan remaja yang dikaji memiliki kesadaran terhadap internet dan 79 persen di antaranya adalah

pengguna internet. Angka yang tinggi terkait penggunaan perangkat teknologi pada remaja menjadi perhatian utama, terutama bagi orangtua. Walaupun media sosial menawarkan banyak manfaat dan kemudahan dalam berinteraksi, tidak dapat disangkal bahwa ada juga dampak negatif yang signifikan bagi penggunaannya.³

Menurut pernyataan tersebut, komunikasi tatap muka remaja dan teman-temannya dipengaruhi oleh penggunaan internet. Selain itu, penggunaan ini melemahkan hubungan generasi muda dengan orang tua dan teman-temannya. Mereka memutuskan untuk berkomunikasi secara online karena mereka menganggapnya lebih menarik daripada interaksi tatap muka. Mereka percaya bahwa berkomunikasi melalui internet dapat membantu mereka mendapatkan teman baru tanpa kesulitan dan mendekatkan mereka dengan teman-temannya. Oleh karena itu, generasi muda lebih memilih berkomunikasi secara online dibandingkan bertatap muka dengan orang tercinta.⁴

Hasil lain yang tidak menguntungkan dari penggunaan gadget di kalangan anak muda adalah potensi fiksasi jika mereka terbiasa dengan melibatkan perangkat dalam rutinitas rutin mereka dan menghambat kemajuan pergaulan sosial. Pasalnya, anak muda sudah terbiasa menikmati desain yang satu arah, akibat bermain gadget dibandingkan bersama teman. Terdapat indikasi bahwa inovasi yang melakukan intervensi dalam bidang koneksi, khususnya melalui media online, kurang memiliki kemampuan interaktif yang kuat, khususnya di kalangan anak-anak dan remaja. Mereka akan dapat terhubung dengan teman-temannya secara online selama berjam-jam dan merasa lebih bertenaga. Selanjutnya, pergaulan sosial mereka dengan teman-teman di sekitar mereka menjadi berkurang. Hal ini terjadi karena malasnya seseorang dalam bertemu langsung dengan orang lain.

³ Melani Nur Cahya, dkk "Dampak Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial Pada Kecemasan Dan Depresi Remaja", *Jurnal Sosial dan Teknologi*, Vol 3 No. 8 (Agustus 2023), h. 704.

⁴ Melani Nur Cahya, *Dampak Media Sosial...*, h. 705.

Meskipun demikian, jika tindakan semacam ini terus berlanjut, hal ini dapat berisiko bagi individu, jika media sosial merupakan titik fokus utama dalam kehidupan mereka sebagai cara untuk mendapatkan bantuan sosial dan koneksi relasional karena dapat mendorong mentalitas penganiayaan di dunia maya karena ketergantungan pada media. Masuknya media sosial lebih banyak digunakan untuk tujuan penghindaran dan pengobatan diri. Faktanya, untuk mempelajari cara berinteraksi secara efektif dengan siapa pun dan dalam lingkungan sosial apapun, seseorang harus menguji diri mereka sendiri dan mendapatkan pengalaman melalui kontak langsung untuk mengembangkan diri dan membangun hubungan dengan orang lain.⁵

Namun demikian terdapat hasil penelitian yang berbeda, penelitian yang dilakukan oleh Widya menunjukkan bahwa kecanduan media sosial mempunyai pengaruh positif dalam meningkatkan interaksi sosial. Dimana sebagian remaja, menganggap teknologi hanya berfungsi sebagai alat untuk mendukung kehidupan sosial mereka yang sudah aktif. Dengan kata lain, teknologi seperti media sosial atau aplikasi pesan instan hanya membantu mereka untuk tetap terhubung dengan teman-teman, tanpa memberikan dampak besar pada kualitas hubungan mereka.⁶

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di Prodi Bimbingan Konseling Islam semester I dan III pada tahun 2023 sebagai data pendukung bahwa, hubungan sosial antar mahasiswa berkurang karena mereka cenderung sibuk bermain gadget. Dari pengamatan yang dilakukan, diketahui bahwa beberapa mahasiswa lebih sering menggunakan *Whatsapp* dan *Instagram* untuk menjaga hubungan dengan teman-teman mereka setelah bertemu secara langsung.

⁵ Silvia Fardila Soliha, "Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial", *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Volume 4 No.1 (Januari 2015), Program Studi Magister Ilmu Komunikasi FISIP UNDIP, h. 3.

⁶ R Widya Henisaputri, "Analisis Hubungan Kecanduan Media Sosial Dengan Kecemasan Sosial Dan Hubungan Interpersonal Pada Remaja", *Journal of Digital Ecosystem for Natural Sustainability (JoDENS)*, Volume 2 No.1 (Juli 2022), UVERS Career Center, h. 27.

Pergeseran dari komunikasi antarpribadi ke komunikasi melalui media adalah sesuatu yang penting untuk diperhatikan ketika kekuatan penggunaannya melampaui titik batas yang biasa. Di mana kuantitas penggunaan yang diselesaikan dapat dilihat dari pengulangannya. Regulasi penggunaan media sosial berhubungan dengan bagaimana pemikiran dan minat individu dalam melibatkan media sosial sebagai sebuah aktivitas harus dilihat dari penggunaan berulang-ulang yang sesuai dengan pemanfaatan media tersebut.

Sebagian besar, individu dibatasi untuk mengakses media berbasis *online* setidaknya tiga jam per hari. Meskipun demikian, menurut informasi yang diperoleh dari situs *We are social*, pemakai internet telah menghubungi 5,016 miliar orang. Dengan 212,9 juta pengguna internet di Indonesia saja, dapat dilihat bahwa setengah atau lebih dari 77% penduduk negara ini telah mengakses internet. Laju penggunaan media berbasis online mencapai 60,4%. Dalam hal waktu penggunaan internet, Indonesia berada di posisi keempat di dunia, dengan waktu penggunaan harian rata-rata 7 jam 42 menit. Tujuannya pada dasarnya adalah untuk kegiatan sosial di dunia maya, dengan tingkat pemakai mencapai 60,4% dari populasi.⁷

Kekuatan penggunaan hiburan berbasis web yang melampaui batas-batas biasa dan dilakukan dalam kehidupan sehari-hari juga mempengaruhi korespondensi antara orang-orang di dunia nyata. Seperti eksplorasi yang diarahkan oleh Silvia pada poin “Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial” di mana ia memperhatikan 100 responden yang diteliti. Terlihat bahwa peningkatan inovasi yang cepat berdampak buruk pada korespondensi tatap muka. Korespondensi dengan orang yang dicintai lebih tunduk pada inovasi yang dapat diakses, bahkan secara langsung.⁸

⁷Simon Kemp, "Indonesian Digital Report 2023", <https://datareportal.com/reports/digital-2023-indonesia>, diakses 19 Okt, 2023, pukul 11.00 WIB.

⁸ Silvia Fardila Soliha, *Tingkat Ketergantungan...*, h. 4.

Banyak orang yang merasa bahwa sifat diskusi tatap muka telah menurun karena dampak inovasi. Mereka juga merasa bahwa mereka tidak lagi menginvestasikan energi dengan teman atau keluarga karena mereka terlalu terpusat pada inovasi mereka. Temuan survei menunjukkan bahwa 46% responden lebih memilih berkomunikasi melalui teknologi daripada berinteraksi secara langsung.⁹ Dari segi psikologis, komunikasi interpersonal remaja dapat dipahami melalui dua teori utama, yaitu teori kebutuhan Schutz dan teori hierarki kebutuhan Maslow.

Menurut (Schutz dalam Nur) percaya bahwa hubungan yang berkelanjutan bergantung pada kepuasan tiga kebutuhan dasar. Pertama, kebutuhan emosional, meliputi keinginan memberi dan menerima kasih sayang. Kedua, kebutuhan inklusi melibatkan keinginan untuk menjadi bagian dari kelompok sosial tertentu. Ketiga, kebutuhan akan kendali berkaitan dengan keinginan untuk mempengaruhi orang atau peristiwa dalam hidup Anda.¹⁰

Kemudian menurut Nur, Maslow mengatakan di mana dia percaya bahwa manusia berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhan mulai dari fisiologis hingga aktualisasi diri. Dalam hierarki kebutuhan Maslow, seseorang harus terlebih dahulu memenuhi kebutuhan dasar sebelum berfokus pada kebutuhan yang lebih tinggi. Pentingnya pemuasan kebutuhan tersebut dalam interaksi interpersonal remaja menunjukkan bahwa komunikasi tidak hanya sekedar pertukaran informasi, tetapi juga sebagai sarana pemuasan kebutuhan psikologis dasar.¹¹

Namun remaja juga tidak menutup kemungkinan mengalami konflik dalam pergaulannya. Unsur konflik, perselisihan, atau perbedaan kepentingan mungkin saja muncul dalam interaksi sosial ini. Situasi konflik didefinisikan sebagai situasi di mana perilaku salah satu pihak dihambat atau dirusak oleh perilaku pihak lain, yang menunjukkan bahwa konflik dan komunikasi saling terkait.

⁹ Silvia Fardila Soliha, *Tingkat Ketergantungan...*, h. 4.

¹⁰ Nur Maghfirah Aesthetika, *Komunikasi Interpersonal*, (Sidoarjo: Umsida Press, 2018), h. 6.

¹¹ Nur Maghfirah Aesthetika, *Komunikasi Interpersonal...*, h. 6.

Dalam konteks ini, memahami keterampilan dan perilaku komunikasi merupakan kunci untuk menganalisis dan mengelola konflik yang mungkin timbul dalam hubungan remaja. Oleh karena itu, pemahaman psikologis tentang komunikasi remaja dapat memberikan wawasan tentang bagaimana interaksi sosial membentuk perkembangannya dan bagaimana konflik diselesaikan melalui komunikasi yang efektif.¹²

Menurut hasil peneliti, media sosial dan komunikasi interpersonal saling terkait dan mempengaruhi satu sama lain. Media sosial, dengan berbagai platform dan aplikasinya, telah menjadi alat yang penting dalam komunikasi dan interaksi sosial, terutama di kalangan generasi muda. Media sosial memungkinkan individu untuk berbagi ide, pendapat, dan pengalaman, serta membangun dan mempertahankan hubungan dengan orang lain.

Meskipun demikian, penggunaan media sosial juga dapat mempengaruhi kualitas dan dinamika komunikasi interpersonal. Misalnya, tingkat keterbukaan, empati, dan dukungan dalam komunikasi interpersonal dapat dipengaruhi oleh intensitas penggunaan media sosial. Cara kita memahami dan menavigasi hubungan sosial dan emosional juga dapat dipengaruhi oleh media sosial.

Pada akhirnya, penting untuk memahami bahwa media sosial adalah alat, dan seperti semua alat, efektivitas dan dampaknya tergantung pada bagaimana kita menggunakannya. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk menggunakan media sosial dengan bijaksana dan bertanggung jawab, dengan mempertimbangkan dampaknya terhadap komunikasi interpersonal dan hubungan kita dengan orang lain.

Dari penjelasan di atas, peneliti memilih topik penelitian tentang bagaimana hubungan antara penggunaan media sosial dan komunikasi interpersonal pada remaja berdasarkan penjelasan sebelumnya. Fokus utama penelitian ini adalah komunikasi tatap muka, yang dianggap sangat penting dalam interaksi sosial

¹² Nur Maghfira, *Komunikasi Interpersonal...*, h. 66.

manusia. Namun, penggunaan media sosial seperti WhatsApp dan Instagram dapat memperkuat komunikasi interpersonal dengan memfasilitasi interaksi berkelanjutan di luar pertemuan tatap muka.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diidentifikasi berdasarkan keadaan yang telah dijelaskan di atas sebagai berikut:

1. Terdapat lebih dari 212,9 juta pengguna internet di Indonesia dengan lebih dari 167 juta merupakan pengguna aktif media sosial. Dengan rata-rata tiga jam per hari dihabiskan untuk media sosial dan tujuh jam dihabiskan di internet.
2. Media sosial menjadi sarana dalam mendapatkan berbagai informasi dan dapat digunakan sebagai hiburan dengan fitur-fitur yang terkini sehingga membuat para penggunanya candu dalam menggunakan media sosial.
3. Media sosial sangat bermanfaat bagi para penggunanya akan tetapi menjadi *boomerang* jika digunakan secara berlebihan.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Dalam konteks latar belakang masalah di atas, perumusan masalah yang muncul adalah :

1. Bagaimana tingkat penggunaan media sosial?
2. Bagaimana tingkat komunikasi interpersonal?
3. Bagaimana hubungan penggunaan media sosial dengan komunikasi interpersonal?

D. Tujuan Penelitian

Dalam konteks permasalahan yang telah diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk :

1. Untuk mengetahui bagaimana tingkat penggunaan media sosial.
2. Untuk mengetahui bagaimana tingkat komunikasi interpersonal.
3. Untuk mengetahui bagaimana hubungan penggunaan media sosial dengan komunikasi interpersonal.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Secara teoretis, penelitian ini memiliki potensi untuk memberikan sumbangan berharga dalam pengembangan ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang psikologi perkembangan. Fokus penelitian pada hubungan antara penggunaan media sosial dan komunikasi interpersonal pada remaja dengan memberikan kesempatan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang interaksi di era digital. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk menyelidiki lebih lanjut hubungan antara penggunaan media sosial (media online) dan komunikasi interpersonal (komunikasi interpersonal) di kalangan anak muda dapat menemukan temuan penelitian ini sebagai sumber informasi yang berguna. Penelitian ini mungkin memiliki potensi untuk meningkatkan penulisan yang logis dan menyoroti potensi kekuatan untuk penelitian selanjutnya di bidang ini.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan akan memberikan kontribusi positif terhadap pemanfaatan media sosial, terutama bagi orang-orang yang secara efektif menggunakan *platform* media sosial dalam kehidupan sehari-hari, seperti anak-anak dan remaja. Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya memanfaatkan media sosial secara efektif dalam interaksi, diharapkan pengguna media sosial akan mampu mencapai tujuan dan maksud dalam setiap interaksi secara lebih sadar. Penelitian ini mendorong kesadaran akan pentingnya komunikasi interpersonal dalam menjaga hubungan antarindividu. Oleh karena itu, diharapkan bahwa masyarakat, terutama remaja, akan dapat menemukan keseimbangan yang sehat antara penggunaan media *online* (media sosial) dan komunikasi antarpribadi (komunikasi interpersonal) untuk mengembangkan keterampilan korespondensi yang baik dan mendukung hubungan interpersonal yang kuat.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional dari variabel penelitian memiliki tujuan untuk memastikan bahwa variabel penelitian diarahkan sesuai dengan metode pengukuran yang telah ditentukan. Berikut ini adalah definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Intensitas penggunaan media sosial

Sejauh mana seseorang menggunakan media sosial secara teratur dan tingkat kepuasan (gratifikasi) yang mereka peroleh disebut sebagai intensitas penggunaan media sosial. Hal ini menciptakan dorongan pada individu untuk secara berulang-ulang membuka dan menggunakan media sosial. Aspek-aspek yang membentuk intensitas penggunaan media sosial, seperti yang dijelaskan oleh Ajzen dalam Al Aziz, meliputi perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi.¹³

2. Komunikasi interpersonal

Pemahaman secara langsung, menghasilkan komunikasi dua arah baik verbal maupun non-verbal. Ini penting karena memperkuat hubungan manusia dan lebih dekat daripada komunikasi melalui media massa. Keberhasilannya dapat dinilai dari efektivitasnya, sebagaimana teori DeVito dalam Ascharisa dan Anisa, yang menekankan lima aspek tersebut diantaranya, keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesamaan.¹⁴

¹³ Asma Abidah Al Aziz, "Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa", *Jurnal Acta Psychologia*, Vol 2 No. 2 (2020), Fakultas Ilmu Pendidikan UNY, h. 93.

¹⁴ Ascharisa Mettasatya Afrilia, *Komunikasi Interpersonal...*, h. 214.