

Dampak Media Sosial terhadap Komunikasi Interpersonal di Era Digital

The Impact of Social Media on Interpersonal Communication in the Digital Age

Muhammad Ridha¹, Muhammad Fadhilurrozaq², Wicaksana Pamungkas³, Adam Muliana⁴

Universitas Saintek Muhammadiyah

Korespondensi: muhammad.ridha80@gmail.com

Abstract

Interpersonal communication is basically communication that occurs directly or face to face between individuals, where each party involved influences each other's perceptions. According to De Vito, interpersonal communication takes place between two people who have a clear relationship and are connected in various ways. From a situational perspective, interpersonal communication focuses on the interaction between two individuals who communicate both verbally and nonverbally. In addition, this communication is also characterized by fast feedback. Research on interpersonal communication has shown how important nonverbal aspects are in conveying messages. Gestures, facial expressions, and voice intonation often convey deeper meaning than words alone. Apart from that, cultural factors also play a big role in shaping a person's communication style. Cultural differences can pose challenges in understanding and interpreting messages, so cross-cultural communication skills are especially important. Therefore, a deep understanding of the dynamics of interpersonal communication is very necessary to build harmonious relationships, resolve conflicts, and achieve common goals.

Keywords: *interpersonal communication, non-verbal, situational perspective.*

Abstrak

Komunikasi interpersonal pada dasarnya adalah komunikasi yang terjadi secara langsung atau tatap muka antara individu, di mana setiap pihak yang terlibat saling memengaruhi persepsi satu sama lain. Menurut De Vito, komunikasi interpersonal berlangsung antara dua orang yang memiliki hubungan yang jelas dan terhubung dengan berbagai cara. Dari perspektif situasional, komunikasi interpersonal berfokus pada interaksi antara dua individu yang berkomunikasi baik secara verbal maupun nonverbal. Selain itu, komunikasi ini juga ditandai dengan umpan balik yang cepat. Penelitian tentang komunikasi interpersonal telah menunjukkan betapa pentingnya aspek nonverbal dalam menyampaikan pesan. Gestur, ekspresi wajah, dan intonasi suara sering kali menyampaikan makna yang lebih mendalam dibandingkan dengan kata-kata saja. Selain itu, faktor budaya juga berperan besar dalam membentuk gaya komunikasi seseorang. Perbedaan budaya dapat menimbulkan tantangan dalam memahami dan menafsirkan pesan, sehingga keterampilan komunikasi lintas budaya menjadi sangat penting. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai dinamika komunikasi interpersonal sangat diperlukan untuk membangun hubungan yang harmonis, menyelesaikan konflik, dan mencapai tujuan bersama.

Kata Kunci: *komunikasi interpersonal, non verbal, prespektif situasional*

PENDAHULUAN

Cara kita berkomunikasi telah sangat berubah sejak munculnya media sosial. Dengan platform seperti Facebook, Instagram, Twitter, dan WhatsApp, komunikasi menjadi lebih mudah dan cepat dan memungkinkan kita untuk menjaga koneksi dengan orang lain meskipun terpisah oleh jarak, yang tentu memudahkan dalam memperluas jaringan sosial dan mempererat hubungan yang sudah ada. Selain itu, platform media sosial juga memungkinkan akses lebih cepat terhadap informasi dan memungkinkan kita untuk berbagi momen atau pemikiran dengan orang lain, yang memungkinkan kita untuk

memperluas jaringan sosial dan mempererat hubungan yang sudah ada.

Meskipun ada banyak manfaat, juga ada efek negatif. Salah satunya adalah kurangnya interaksi secara langsung. Media sosial dapat membuat orang lebih tergantung pada komunikasi langsung, yang biasanya lebih penuh dengan makna emosional dan non-verbal. Namun, meskipun media sosial memungkinkan untuk terhubung dengan banyak orang, beberapa orang justru merasa terisolasi secara emosional karena hubungan yang terjalin terasa kurang mendalam. Hubungan interpersonal dapat dipengaruhi

oleh kecenderungan komunikasi media sosial yang singkat dan terbatas.

Secara keseluruhan, meskipun media sosial dapat mempercepat dan mempermudah komunikasi, penting bagi kita untuk mempertahankan kualitas hubungan interpersonal dan tidak bergantung pada dunia maya.

Di era internet, media sosial sangat memengaruhi komunikasi interpersonal, baik dengan cara yang baik maupun yang buruk. Media sosial, di satu sisi, memungkinkan orang mempertahankan koneksi dengan orang lain meskipun berjauhan, memungkinkan komunikasi instan dengan teman, kolega, atau keluarga, dan bahkan dapat membangun hubungan baru dan memperluas jaringan sosial. Selain itu, Media sosial berfungsi sebagai platform yang memungkinkan penyebaran informasi dengan cepat, sekaligus mempercepat komunikasi dalam berbagai aspek kehidupan.

Di sisi lain, efek negatifnya cukup terasa. Komunikasi melalui media sosial seringkali tidak seterbuka atau seintim dengan percakapan tatap muka. Jika pesan disampaikan melalui teks atau gambar tidak mengandung ekspresi wajah atau isyarat non-verbal lainnya, yang seringkali sangat penting untuk pemahaman konteks, hal ini dapat menyebabkan salah paham atau interpretasi yang salah. Selain itu, ketergantungan pada media sosial dapat menyebabkan rasa isolasi sosial, di mana seseorang merasa terhubung secara virtual tetapi terpisah secara fisik dan emosional dari lingkungan sekitarnya. Ini karena, meskipun media sosial dapat membantu menjaga hubungan, interaksi yang terjadi tidak selalu mendalam dan emosional, yang berpotensi merusak kedekatan hubungan.

Secara keseluruhan, meskipun media sosial memudahkan komunikasi, kualitas dan kedalaman interaksi yang terjadi melalui platform ini tidak sama dengan komunikasi langsung yang lebih personal.

Di era digital, media sosial telah merevolusi cara kita berkomunikasi dan berinteraksi satu sama lain. Mereka memungkinkan orang terhubung dengan lebih cepat dan mudah tanpa terhalang jarak atau waktu, yang memungkinkan interaksi antar

individu atau kelompok menjadi lebih efektif. Namun, banyak komunikasi di media sosial bersifat asinkron, yang berarti pesan dapat dikirim dan diterima tanpa harus menunggu respons langsung. Ini dapat mempermudah komunikasi, tetapi kadang-kadang mengurangi kedalaman interaksi yang terjadi dalam percakapan tatap muka.

Selain itu, cara orang berkomunikasi melalui media sosial menghilangkan aspek penting seperti bahasa tubuh, nada suara, dan ekspresi wajah, yang biasanya membantu kita memahami maksud sebenarnya seseorang. Seringkali terjadi kesalahpahaman atau interpretasi yang salah terhadap pesan jika tidak ada komponen ini.

Hubungan yang terjalin sering kali terasa lebih dangkal, meskipun media sosial memungkinkan kita berkomunikasi dengan lebih banyak orang. Banyak individu lebih fokus pada jumlah teman dan koneksi di media sosial dibandingkan dengan kualitas hubungan yang mereka jalin. Selain itu, penggunaan media sosial membuat perbedaan antara ruang pribadi dan publik semakin blur. Dinamika hubungan interpersonal dipengaruhi oleh banyaknya orang yang berbagi data pribadi yang mungkin tidak mereka bagikan dalam kehidupan nyata.

Selain itu, penyebaran informasi yang cepat di media sosial dapat menyebabkan misinformasi atau berita palsu, yang dapat memengaruhi cara kita berinteraksi dan mempersepsi orang lain. Secara keseluruhan, meskipun media sosial memudahkan dan memperluas komunikasi, kualitas dan kedalaman hubungan interpersonal sering kali dipengaruhi.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode *library research* untuk menganalisis dan menggabungkan berbagai ulasan ilmiah tentang bagaimana media sosial memengaruhi komunikasi interpersonal di era digital. Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh dari buku, jurnal ilmiah, jurnal artikel akademik yang relevan. Kata kunci seperti “Komunikasi Interpersonal”, “Non Verbal”, dan “Presfektif Situasional”

digunakan selama proses pengumpulan data. Platform seperti Google Scholar, ScienceDirect, dan Springer memungkinkan akses ke sumber-sumber ini.

Sumber-sumber yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi termasuk artikel akademik atau publikasi yang dipublikasikan dalam 15 tahun terakhir yang membahas dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal dan berasal dari jurnal ilmiah atau buku akademik berkualitas. Sebaliknya, sumber-sumber yang tidak relevan dengan fokus penelitian ini tidak dipilih sesuai dengan kriteria inklusi. Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif. Ini termasuk menemukan tema utama, menggabungkan data, dan menilai kekuatan dan kelemahan penelitian sebelumnya.

Selain itu, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber untuk meningkatkan validitas data, yaitu dengan membandingkan temuan dari berbagai referensi yang telah terverifikasi. Meskipun penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya bergantung pada analisis literatur dan tidak melibatkan data primer atau eksperimen langsung, namun penelitian ini memberikan pemahaman teoretis yang mendalam tentang topik dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal dan memberikan dasar untuk penerapan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi, perasaan, atau ide antara dua orang atau lebih saat berinteraksi satu sama lain. Ini terjadi melalui bahasa verbal dan non-verbal, seperti ekspresi wajah, gerakan tubuh, atau kontak mata, yang membantu memahami lebih jelas dan mempererat hubungan antara individu.

Media sosial adalah platform atau aplikasi web yang memungkinkan orang berinteraksi, berbagi informasi, dan membangun jaringan sosial. Contoh media sosial termasuk Facebook, Instagram, Twitter, dan TikTok, yang memungkinkan pengguna berkomunikasi dan berbagi konten dalam bentuk teks, gambar, atau video dengan audiens yang lebih besar, baik secara pribadi maupun publik.

Teori komunikasi interpersonal mencakup berbagai perspektif yang berusaha menjelaskan bagaimana orang berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain. Salah satu dari perspektif ini adalah "Teori Pertukaran Sosial", yang berpendapat bahwa pertukaran yang saling menguntungkan mendorong komunikasi interpersonal. Individu lebih cenderung mempertahankan hubungan yang membawa lebih banyak keuntungan daripada kerugian. Dalam situasi seperti ini, komunikasi dianggap sebagai proses menilai keuntungan dan kerugian dalam hubungan tersebut.

Selain itu, ada "Teori Ketergantungan", yang menekankan bahwa hubungan antar individu bergantung satu sama lain. Interaksi antara orang berpengaruh satu sama lain, dan keberhasilan atau kegagalan hubungan sangat bergantung pada kontribusi dan keterlibatan kedua belah pihak. Dengan kata lain, setiap tindakan atau keputusan yang diambil dalam hubungan akan mempengaruhi kedua belah pihak.

Karena mengungkapkan adanya ketegangan antara kebutuhan untuk privasi dan kebutuhan untuk keterbukaan dalam hubungan, teori ketegangan dialektik sangat penting dalam komunikasi interpersonal. Setiap orang berusaha untuk menemukan cara untuk menemukan keseimbangan antara menjaga batasan pribadi dan berbagi informasi dengan orang lain agar hubungan tetap sehat.

Teori Penegasan Diri mengatakan bahwa mengungkapkan diri sendiri sangat penting dalam komunikasi. Pengungkapan diri menjadi bagian penting dari keakraban dan keintiman dalam hubungan interpersonal. Hubungan yang terjalin lebih kuat jika kita lebih terbuka untuk berbagi informasi pribadi, meskipun membuka diri terlalu sering menimbulkan risiko.

Terakhir, Teori Konstruktivisme Sosial mengatakan bahwa makna diciptakan melalui komunikasi. Komunikasi dan pengalaman bersama dengan orang lain membentuk pemahaman kita tentang realitas sosial dan dunia kita. Kesepakatan sosial tentang apa yang dianggap benar atau penting dibentuk oleh komunikasi ini.

Media sosial sangat memengaruhi komunikasi interpersonal, baik dalam hal

hubungan sosial maupun kepercayaan diri. Salah satu efeknya adalah Perubahan dalam cara kita berinteraksi dengan orang lain. Dalam konteks hubungan sosial, media sosial memberi kita kesempatan untuk terhubung dengan sejumlah besar orang, bahkan mereka yang jauh atau jarang bertemu secara langsung. Ini memperluas jaringan sosial dan memungkinkan kita untuk mempertahankan hubungan dengan teman lama atau keluarga yang terpisah karena jarak. Namun, efek yang tidak baik juga ada, seperti hubungan yang lebih lemah atau kurang kuat. Interaksi non-verbal yang penting untuk menciptakan kedekatan emosional, seperti ekspresi wajah atau kontak mata, dapat terhambat oleh fakta bahwa komunikasi di media sosial lebih banyak bergantung pada teks dan gambar.

Sebaliknya, kepercayaan diri pengguna juga dapat dipengaruhi oleh media sosial. Pada satu sisi, gambar atau cerita yang ideal tentang kehidupan seseorang sering ditampilkan di platform seperti Instagram, Facebook, dan TikTok, yang dapat menyebabkan perasaan kurang percaya diri atau perbandingan sosial. Jika teman atau orang lain menunjukkan gaya hidup atau pencapaian yang tampak sempurna, itu bisa menyebabkan perasaan rendah diri atau ketidakpuasan terhadap diri sendiri.

Namun, jika digunakan dengan cara yang positif, media sosial juga dapat meningkatkan kepercayaan diri. Misalnya, banyak orang menggunakan media sosial untuk berbagi prestasi mereka, berbicara tentang minat dan keahlian mereka, dan mendapatkan dukungan atau apresiasi dari orang lain. Ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, terutama jika interaksi dengan komunitas online menciptakan rasa dihargai dan didukung.

Secara keseluruhan, media sosial memiliki potensi untuk meningkatkan hubungan sosial, tetapi juga dapat menimbulkan tantangan terkait kedalaman hubungan dan dampak pada kepercayaan diri. Sangat penting untuk menggunakan media sosial dengan bijak dan seimbang untuk memaksimalkan manfaatnya dan mengurangi dampak negatifnya.

Faktor Faktor yang Memengaruhi

Berbagai faktor memengaruhi dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal di era

digital. Salah satunya adalah aksesibilitas dan keterbukaan, yang memungkinkan komunikasi berlangsung lebih cepat dan mudah tanpa terhalang oleh jarak dan waktu. Ini dapat meningkatkan interaksi, tetapi juga dapat mengurangi komunikasi tatap muka yang lebih personal.

Cara orang berinteraksi di media sosial juga dipengaruhi oleh anonimitas mereka: pengguna sering kali berkomunikasi dengan identitas yang lebih tersembunyi, yang dapat menyebabkan perilaku yang lebih terbuka dan agresif daripada komunikasi langsung.

Selain itu, ada kecenderungan untuk memilih dan mengubah informasi yang dikonsumsi, yang seringkali menyebabkan ruang terpolarisasi. Ini mengurangi toleransi terhadap perspektif yang berbeda dan berdampak pada dinamika komunikasi interpersonal, terutama dalam percakapan yang sensitif.

Algoritma media sosial sangat penting dalam menentukan konten yang muncul di feed pengguna. Ini dapat memperkuat filter bubble atau ruang gema, di mana pengguna hanya melihat informasi yang sesuai dengan pandangan mereka. Ini berdampak pada hubungan dan percakapan yang lebih terbatas atau satu arah.

Waktu yang dihabiskan juga memengaruhi komunikasi. Karena media sosial cenderung lebih efisien dalam waktu, komunikasi melaluinya sering kali lebih singkat dan kurang mendalam daripada percakapan tatap muka, yang berdampak pada kedalaman hubungan interpersonal.

Kebiasaan bergantung pada teks, gambar, atau video singkat saat berkomunikasi melalui media sosial juga dapat mengurangi pemahaman emosional dan nuansa komunikasi. Pada akhirnya, dampak psikologis dari paparan terus-menerus terhadap media sosial dapat berdampak pada kesejahteraan mental seseorang dan juga bagaimana mereka berinteraksi dengan orang lain, baik dalam hubungan profesional maupun pribadi.

Secara keseluruhan, meskipun media sosial memudahkan komunikasi, ada banyak faktor yang memengaruhi bagaimana hubungan interpersonal terbentuk dan dipertahankan di era modern teknologi.

Hubungan Media Sosial Terhadap Komunikasi Interpersonal Di Era Digital

Di era digital, media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap cara orang berinteraksi satu sama lain. Di satu sisi, media sosial memudahkan dan mempercepat interaksi tanpa batasan waktu dan tempat, memungkinkan orang untuk tetap terhubung meskipun terpisah jarak jauh, dan membuat jaringan sosial lebih luas dan memudahkan pertukaran informasi. Di sisi lain, media sosial juga memperluas jaringan sosial dan mempermudah pertukaran informasi

Sebaliknya, komunikasi yang efektif juga dapat dipengaruhi oleh media sosial. Komunikasi berbasis teks atau gambar seringkali mengurangi ekspresi wajah dan bahasa tubuh, yang penting untuk memahami konteks dan emosi.

Selain itu, karena anonimitas yang ada, penggunaan media sosial dapat menyebabkan kecenderungan untuk berbicara lebih langsung atau bahkan agresif, dan mengurangi peluang untuk diskusi yang beragam dan mendalam karena menciptakan ruang yang terpolarisasi di mana orang cenderung berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki pandangan serupa.

Secara keseluruhan, media sosial memungkinkan banyak orang untuk berkomunikasi, tetapi mereka juga sulit untuk membangun hubungan yang lebih kuat dan tulus.

Solusi dan Pencegahan

Ada sejumlah solusi dan tindakan pencegahan untuk mengatasi efek negatif media sosial terhadap komunikasi interpersonal di era modern.

Pertama dan terpenting, komunikasi tatap muka harus diperkuat. Menghabiskan waktu secara langsung dengan orang-orang akan membantu membangun hubungan yang lebih autentik dan emosional, yang media sosial tidak dapat sepenuhnya menggantikan.

Selain itu, pengguna media sosial harus lebih cerdas dalam memilih informasi dan menghindari filter bubble—yang berarti hanya mengikuti pandangan yang serupa dengan mereka. Ini dapat dicapai dengan berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki perspektif yang berbeda dan memungkinkan diskusi yang konstruktif.

Selain itu, penting untuk mengatur waktu yang dihabiskan untuk menggunakan media sosial. Mengurangi jumlah waktu yang dihabiskan di media sosial dapat membantu menghindari efek psikologis negatif dan menghindari kebiasaan komunikasi yang lebih dangkal. Selain itu, mengatur waktu yang dihabiskan untuk menggunakan media sosial dengan lebih sadar akan membantu menjaga keseimbangan dalam hubungan interpersonal.

Selain itu, penting untuk mempelajari bagaimana berperilaku etis saat berkomunikasi di dunia maya. Untuk mengurangi interaksi yang lebih agresif atau kurang sensitif di media sosial, pelajari cara berkomunikasi dengan hormat dan empati.

Langkah-langkah ini dapat membantu kita mengurangi efek negatif media sosial dan meningkatkan komunikasi interpersonal di era internet.

KESIMPULAN

Di era internet, muncul pertanyaan mengenai bagaimana media sosial mempengaruhi komunikasi interpersonal. Media sosial memungkinkan komunikasi yang lebih mudah, memperluas jaringan sosial, dan berinteraksi tanpa batasan jarak, tetapi penggunaan media sosial juga dapat menghasilkan ruang yang terpolarisasi dan mengurangi interaksi dengan perspektif yang berbeda. Sebaliknya, penggunaan media sosial bisa menyebabkan penurunan kualitas komunikasi, gangguan pada pemahaman emosional, dan hubungan yang lebih buruk antara individu. Oleh karena itu, penting untuk menggunakan media sosial dengan hati-hati, mengimbangnya dengan komunikasi tatap muka, dan menerapkan etika yang baik untuk menjaga hubungan interpersonal yang baik di era internet.

Kesimpulan mengenai bagaimana media sosial mempengaruhi komunikasi di era digital menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap cara orang berinteraksi satu sama lain. Meskipun media sosial memungkinkan komunikasi yang lebih mudah, memungkinkan untuk terhubung dengan banyak orang secara cepat, dan membangun jaringan sosial, mereka juga dapat menyebabkan interaksi interpersonal yang lebih buruk. Penggunaan media sosial cenderung menghasilkan komunikasi yang

lebih sederhana, pemahaman emosional yang lebih sedikit, dan hubungan yang lebih singkat daripada yang biasanya terjadi dalam percakapan tatap muka.

Jurnal juga mengungkapkan bahwa media sosial dapat menciptakan ruang terpolarisasi di mana orang lebih cenderung berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki pandangan serupa, yang dapat mengurangi keberagaman perspektif dan memperburuk toleransi antar individu. Selain itu, efek psikologis, seperti kecemasan dan perasaan terisolasi, dapat memengaruhi cara orang berkomunikasi.

Secara umum, meskipun media sosial membantu dalam komunikasi yang lebih cepat dan mudah, mereka harus digunakan dengan hati-hati. Untuk mengurangi efek negatif dan meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal di era digital, pengaturan waktu, komunikasi tatap muka yang seimbang, dan pendidikan tentang etika berkomunikasi di internet dapat membantu.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti dan Nurmalita (2014) Komunikasi Teknologi dan Perilaku Remaja. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 3(1), 92.
- Cangara, H. H. Pengantar Ilmu Komunikasi, Edisi Kedua Tempat: Rajagrafindo Persada, Jakarta.
- Devito, J. A. (2011). *Komunikasi Antarmanusia*. Tangerang: Grup Penerbit Karisma.
- N. Husna (2017). *Jurnal Libria*, 9(2), 184;186. Dampak Media Sosial terhadap Komunikasi Interpersonal Pustakawan di Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Kamil, M. F., pada tahun 2016 Pengaruh Perangkat Terhadap Kurangnya Komunikasi Tatap Muka Dalam Kehidupan Sehari-Hari [skripsi] Lampung: National Institute of Islam.
- Buku Aw Suranto berjudul *Komunikasi Interpersonal* diterbitkan di Yogyakarta oleh Graha Ilmu pada tahun 2011.
- Wood, Julia T. *Komunikasi interpersonal: interaksi yang terjadi setiap hari*. Published in 2013 by Salemba Humanika in Jakarta.
- Watie, Errika Dwi Setya, "Komunikasi dan Media Sosial" Vol. 3, No. 1, Juli 2011.

- Siregar, DA, Harahap, MH, dan Harahap, N. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Komunikasi Interpersonal Keluarga Remaja *Journal Of Communication And Islamic Broadcasting*, Dawatuna, 893–900.