Journal of Scientific Communication
Volume 7, Issue 1, April 2025

Transformasi Interaksi Sosial: Dampak Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Interpersonal Mahasiswa di Era Digital

Isti Nursih Wahyuni[1]
Prodi S1 Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
isti.nursih@untirta.ac.id

Iman Mukhroman[2]
Prodi S1 Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
iman.mukhroman@untirta.ac.id

Nia Kania Kurniawati[3]
Prodi S2 Magister Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
kurniawati@untirta.ac.id

Abstract
Students, especially those who constantly use various social media, face major changes in the way they interact with each other due to the rapid growth of digital technology. The purpose of this study is to analyze the impact of social media on interpersonal communication patterns in 2023 batch students of Communication Studies Program, Faculty of Social and Political Sciences, Sultan Ageng Tirtayasa University. Researchers used qualitative analysis by conducting in-depth interviews and direct observation for data collection. This study concludes that social media has a positive impact in expanding communication networks between individuals. Conversely, the utilization of social media can cause a decrease in the value of face-to-face conversations. What is clearly visible is the change in the face of empathy and the depth of interpersonal communication that occurs among students. So, it is important to find the right balance in the use of social media to ensure that the quality of face-to-face social interactions is maintained and not affected by the growing phenomenon of digital communication in the present.
Keywords: *Social Media, Interpersonal Communication, College Students, Social Transformation*

Abstrak
Mahasiswa, terutama mereka yang secara konstan menggunakan berbagai media sosial, menghadapi perubahan besar dalam cara berinteraksi satu sama lain karena pesatnya pertumbuhan teknologi digital. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dampak media sosial terhadap pola komunikasi interpersonal pada mahasiswa angkatan 2023 Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Peneliti menggunakan analisis kualitatif dengan melakukan wawancara mendalam dan observasi langsung untuk pengumpulan data. Penelitian ini menyimpulkan bahwa media sosial berdampak positif dalam memperluas jaringan komunikasi antar individu. Sebaliknya, pemanfaatan media sosial dapat menyebabkan penurunan nilai dari percakapan tatap muka. Hal yang terlihat jelas adalah perubahan wajah empati dan kedalaman komunikasi interpersonal yang terjadi di kalangan mahasiswa. Jadi, sangat penting untuk menemukan keseimbangan yang tepat dalam penggunaan media sosial untuk memastikan bahwa kualitas

interaksi sosial tatap muka tetap terjaga dan tidak terpengaruh oleh fenomena komunikasi digital yang terus berkembang di masa kini.
Katakunci: *Media Sosial, Komunikasi Interpersonal, Mahasiswa, Transformasi Sosial*

Pendahuluan

Dunia media sosial dan platform media sosial yang sedang berkembang, yang muncul dari pengembangan teknologi tersier digital, menunjukkan perubahan jangka pendek dan sangat serius dalam cara orang berinteraksi satu sama lain. Media sosial membuat proses komunikasi menjadi lebih cepat dan mudah dengan bantuan fungsi seperti pesan instan, panggilan video dan masih banyak lagi, yang memungkinkan kita untuk bertukar informasi dalam bentuk teks, gambar, dan video (Kaplan & Haenlein, 2021). Bagi banyak orang, terutama siswa, akses mudah ke ponsel adalah berkah karena mereka memiliki kemampuan untuk berkomunikasi satu sama lain untuk memenuhi kebutuhan akademik dan sosial mereka

Dalam beberapa dekade terakhir, media sosial telah berkembang pesat. Dari situs sosial yang belum sempurna seperti Friendster dan MySpace, kami pergi ke Facebook, Instagram, Twitter, dan TikTok. Memiliki kemajuan ini sangat berguna bagi pelajar dalam banyak cara, seperti mengakses pemahaman pendidikan lebih cepat, membangun metode pekerjaan, berhubungan dengan rekan dan pengalaman bersama dengan teman-teman mereka di berbagai belahan dunia (Ellison et al., 2020).

Media sosial jelas membuatnya lebih mudah untuk berkomunikasi, yang bagus, tetapi juga membawa beberapa tantangan tersendiri. Bahkan telah disarankan bahwa ketergantungan pada media sosial dapat menghambat dialog tatap muka (Boyd & Ellison, 2020) atau membuat orang kurang terlibat dengan orang lain secara langsung. Siswa seperti itu, yang menghabiskan lebih banyak uang di media sosial, sering kesulitan membaca bentuk komunikasi non-verbal yang lebih kompleks untuk nuansa yang hanya dapat dibaca dalam pertemuan tatap muka (Turkle, 2021).

Fakta bahwa mahasiswa menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial dan lebih sedikit dalam percakapan tatap muka mencerminkan bagaimana mereka terlibat satu sama lain dalam kehidupan sehari-hari mereka. Jika ada, ketika mereka menghabiskan terlalu banyak waktu untuk interaksi digital, ini berarti mereka lebih sering menanggapi pesan teks atau email dan kehilangan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain secara langsung. Ini adalah fenomena yang disebut sebagai "phubbing", kehadiran yang berkembang baik di lingkungan akademik maupun sosial. Keadaan seperti itu dapat

menyebabkan penurunan kualitas interpersonal dan keterampilan sosial skeptisisme siswa langsung (Goffman, 2020).

Selain itu, begitu pula penggunaan media sosial; keduanya memengaruhi tingkat empati kita saat berinteraksi IRL. Tidak adanya kehadiran fisik dapat memicu percakapan yang datar, menghasilkan komunikasi yang lebih dangkal dan kurang signifikan (Baym, 2018). Masalah ini sangat relevan di dunia kita yang digerakkan oleh teknologi, di mana pertemuan langsung menjadi lebih jarang dan kita malah berkomunikasi melalui perangkat. Mengingat mahasiswa merupakan salah satu demografi paling aktif di media sosial, kita dapat melihat kedua sisi dari fenomena ini. Di satu sisi, media sosial menawarkan mereka kesempatan untuk tetap terhubung dengan komunitas akademik dan sosial. Tetapi di sisi lain, mereka tidak bisa tidak berurusan dengan mempertahankan kualitas komunikasi interpersonal yang mendalam dan bermakna (Ellison et al., 2020).

Selain itu, berbagai tingkat anonimitas di media sosial juga memengaruhi gaya komunikasi. Mereka memiliki hal yang disebut jarak di platform ini di mana siswa bisa lebih berani daripada dalam kehidupan nyata. Selain itu, dengan kebebasan muncul risiko peningkatan penyebaran informasi yang salah, cyberbullying, dan peningkatan komunikasi menghadapi masalah yang menjadi sulit untuk ditangani secara langsung (Kaplan & Haenlein, 2021).

Media sosial telah menjadi topik yang menarik dalam studi komunikasi interpersonal. Teori komunikasi menyatakan bahwa media memainkan peran penting dalam membentuk pola interaksi verbal dan nonverbal pengguna (Baym, 2018). Teori interaksi simbolik Goffman (2020) menekankan bahwa interaksi sosial bergantung pada simbol-simbol dalam pesan, seperti ekspresi wajah dan bahasa tubuh. Namun, dalam komunikasi digital, elemen-elemen ini sering kali tidak ada, sehingga berpotensi menyebabkan miskomunikasi dan kurangnya konteks emosional. Teori komunikasi yang dimediasi komputer juga menunjukkan bahwa pesan melalui teknologi sering kali kurang dalam hal isyarat sosial (Walther, 2011).

Teori penggunaan dan kepuasan menjelaskan motivasi orang dalam menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhan seperti informasi dan interaksi sosial (Katz et al., 1973). Penggunaan yang berlebihan dapat menggeser komunikasi tatap muka ke komunikasi online. Penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat memperkuat ikatan

sosial jika digunakan dengan bijak, tetapi juga dapat menyebabkan kesepian jika tidak dikelola dengan baik (Turkle, 2021; Utz & Muscanell, 2015).

Media sosial, terutama di kalangan mahasiswa, memainkan peran penting dalam membentuk identitas dan jaringan sosial. Ketergantungan pada komunikasi elektronik dapat mengurangi interaksi tatap muka. Teori ekologi media dari McLuhan (1964) menyatakan bahwa media sosial mengubah cara manusia berkomunikasi, yang berdampak pada hubungan interpersonal. Ulasan ini menyoroti kompleksitas penggunaan media sosial dalam komunikasi interpersonal dan pentingnya keseimbangan antara komunikasi virtual dan tatap muka.

Tujuan dari penelitian ini untuk memahami secara kualitatif dampak media sosial terhadap keterampilan komunikasi, tingkat empati dan kualitas komunikasi mahasiswa dalam kehidupan akademik dan sosial mereka. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dampak media sosial terhadap interaksi sosial mahasiswa dan rekomendasi dalam meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal di era digital.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dengan mahasiswa serta observasi terhadap interaksi mereka di lingkungan akademik dan sosial. Analisis data dilakukan dengan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi pola komunikasi mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi angkatan tahun 2023 yang berubah akibat penggunaan media sosial. Pemilihan subjek penelitian dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan tingkat aktivitas mereka dalam penggunaan media sosial.

Hasil dan Diskusi

Peningkatan Jaringan Komunikasi

Media Sosial telah memfasilitasi komunikasi di antara mahasiswa dengan memungkinkan mereka untuk berkomunikasi dengan banyak orang di bidangnya termasuk teman sebaya, dosen, dan profesional. Di era teknologi saat ini, platform media sosial adalah salah satu platform terpenting untuk terhubung dan berjejaring bagi siswa. Misalnya,

mahasiswa dapat menggunakan LinkedIn untuk menemukan profesional di industri yang ingin mereka masuki. Mereka tidak hanya dapat memperkenalkan diri tetapi juga tetap *up-to-date* dengan perkembangan terbaru di bidang studi mereka, berbagi pengalaman dan bahkan mencari pekerjaan. Media sosial berfungsi sebagai media penghubung bagi siswa dengan beberapa sumber daya dan beragam individu yang dapat memfasilitasi pengembangan karir mereka.

Jaringan melalui media sosial membuat komunikasi dan akses ke informasi di dunia akademik dan profesional menjadi lebih mudah. Kelompok belajar semacam itu di Facebook, atau forum diskusi di Twitter, Instagram, Tiktok dan atau yang sejenisnya, dapat membuat mahasiswa mendiskusikan topik akademik yang relevan, menyediakan materi pembelajaran dan membantu memenuhi tugas bersama. Ini dapat menciptakan rasa kebersamaan di antara siswa dan memberi mereka rasa solidaritas. Kemajuan ini membantu siswa memiliki akses ke informasi dari berbagai sudut, yang memelihara perspektif mereka dan cocok untuk menghadapi realitas dunia kerja.

Temuan tersebut sejalan dengan Teori Penggunaan dan Kepuasan, yang mengemukakan bahwa penggunaan media sosial didorong oleh keinginan orang untuk memenuhi informasi dan kebutuhan sosial mereka (Katz, Blumler, & Gurevitch, 1973). Terkait dengan mahasiswa, media sosial bukan hanya masalah hiburan dan membuang-buang waktu, tetapi juga sarana untuk memenuhi persyaratan profesional dan akademik mereka. Misalnya, seorang mahasiswa yang sering menggunakan Twitter, Instagram, Tiktok dan atau yang sejenisnya dapat mengikuti akun yang terkait dengan bidang studi mereka sehingga mereka berhubungan dengan penelitian, seminar, dan peluang beasiswa. Nah, dengan cara ini sekarang media sosial membantu mahasiswa dengan cara ini bisa menjadi sumber informasi yang baik yang dapat membantu mahasiswa dalam karir akademik mereka.

Menurut Ohara (2023), meskipun media sosial sangat penting untuk masalah komunikasi dan pendidikan, ada beberapa tantangan yang cukup besar terkait dengan implementasinya, terutama terkait privasi dan penyebaran informasi yang salah. Media sosial juga berperan sebagai platform untuk berbagi informasi dan sumber daya serta menjadi jembatan untuk berbagi masukan antara mahasiswa, dosen, dan orang tua dalam konteks pendidikan. Misalnya, grup Facebook atau forum online pada Twitter, Instagram,

Tiktok dan atau yang sejenisnya dapat menjadi tempat yang sangat efektif dan proaktif untuk berdiskusi di mana para mahasiswa dapat berbagi ide dan juga dokumentasi pelajaran.

Namun, tantangan yang ditimbulkannya tidak dapat diabaikan. Informasi yang tidak berdasar beredar secara luas, dan penyebaran berita palsu dapat mengacaukan persepsi mahasiswa tentang beberapa mata kuliah. Selain itu, masalah privasi juga menjadi signifikan, dengan potensi terungkapnya informasi pribadi mahasiswa. Namun, meningkatnya risiko cyberbullying dan pelecehan online membuat penggunaan media sosial menjadi lebih kompleks dalam dunia pendidikan. Meskipun media sosial tentu saja bermanfaat, namun kita perlu mengembangkan kebijakan yang tegas dan edukasi yang baik untuk memitigasi risiko-risiko ini sehingga komunikasi pendidikan dapat dilakukan dengan cara yang tepat dan aman.

Perguruan tinggi harus concern dalam mengeksplorasi bagaimana mahasiswa menggunakan media sosial untuk kebaikan dan juga menunjukkan efek negatifnya juga. Mereka sangat terhubung satu sama lain, tetapi konektivitas ini dapat meningkatkan atau menurunkan tingkat produktivitas. Kesibukan dikalahkan oleh kesadaran diri mahasiswa memahami bagaimana mereka mengatur waktu mereka dan seperti apa manajemen waktu bagi mereka akan membantu mereka dapat menggunakan media sosial untuk pembelajaran dan komunikasi mereka versus gangguan mereka. Tanggung jawab digital mengingatkan mahasiswa bahwa Internet bukan hanya tentang berhati-hati tentang informasi apa yang kita berikan, tetapi juga tentang kegunaan dan keamanan akun kita. Dengan mengetahui risiko ini, mahasiswa dapat menyesuaikan penggunaan media sosial mereka untuk komunikasi yang lebih bertanggung jawab dan efektif.

Akhirnya, media sosial telah menjadi cara yang tidak dapat dihindari bagi mahasiswa untuk membangun hubungan dan memperluas pandangan mereka. Dengan menggunakan platform ini, siswa dapat memperoleh akses ke berbagai informasi, terhubung dengan beragam pemangku kepentingan, dan memperoleh keterampilan komunikasi digital yang sangat penting di abad ke-21. Namun demikian, ada berbagai risiko yang terkait dengan media sosial yang harus diwaspadai siswa. Media sosial dapat menjadi media jejaring yang efektif dan mendukung perjalanan akademik dan karir siswa di era digital ini, jika dilakukan dengan cara yang benar!

Penurunan Kualitas Interaksi Tatap Muka

Mayoritas responden menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berkurang secara signifikan karena ketergantungan pada media sosial. Umat manusia telah mengambil model DNA dan menggunakannya untuk memecah data dalam jumlah besar, dan teknologi telah mengubah komunikasi manusia di saat kita hidup saat ini. SMS, WA dan panggilan video telah menjadi standar baru; itu telah secara efektif menggantikan apa yang sebelumnya dipikirkan, cara terbaik untuk berkomunikasi - tatap muka. Misalnya, seorang mahasiswa yang biasa bertemu dengan teman-temannya di kedai kopi memilih untuk berkomunikasi melalui alat perpesanan instan. Mereka dapat mengirim pesan, berbagi foto, atau bahkan melakukan panggilan video dengan satu sentuhan tombol, tanpa perlu keluar rumah mereka. Tetapi kenyamanan ini datang dengan biaya yang besar dalam hal kualitas interaksi sosial.

Dalam Teori penyaring-isyarat (Cue-filter-out theory) dari Walther (2011) menjelaskan bahwa komunikasi melalui teknologi biasanya gagal memberikan isyarat sosial yang signifikan (seperti ekspresi wajah atau bahasa tubuh), sehingga orang bertemu tatap muka. Sebagai interaksi tatap muka, kami menyampaikan emosi dan niat melalui isyarat non-verbal juga. Misalnya, senyum atau anggukan kepala menawarkan dukungan emosional yang tidak dapat dikirim melalui layar. Tidak seperti kata-kata yang diucapkan, kita sering tidak memiliki nada atau bahasa tubuh untuk membimbing kita, ketika kita mengirim pesan, Kita dapat mengambil sesuatu di luar konteks. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sahin & Bekiroglu (2023), ditemukan bahwa terdapat dampak yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecanduan media sosial. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu yang memiliki kemampuan mengelola emosi dan stres serta kemampuan beradaptasi yang baik cenderung dapat mengurangi ketergantungannya terhadap interaksi yang terjadi secara online.

Selain itu, fenomena phubbing – mengabaikan orang lain untuk fokus pada perangkat digital – juga menjadi lazim. Kita dapat melihat di sebagian besar situasi sosial, di mana kita memiliki lebih banyak layar ponsel dibandingkan percakapan di depan kita. Misalnya, saat bertemu teman, beberapa mungkin sibuk menggulir media sosial daripada berbicara dengan orang-orang. Menurut McLuhan (1964) teori ekologi media yang diantar oleh setiap media komunikasi, kemajuan secara mendasar mengubah pola interaksi manusia, dan, demikian pula berlaku tentang siswa bahwa hubungan sosial mereka dapat diterima secara negatif dengan memiliki media lain yang merupakan cara komunikasi virtual. Media sosial, dengan

semua kemudahan dan aksesnya, telah mengubah cara kita menjalin dan mempertahankan hubungan. Ketika perhatian kita tertuju pada perangkat digital, kita kehilangan hubungan emosional dengan manusia di sekitar kita.

Penelitian oleh Capilla Garrido, Cubo Delgado, & Gutiérrez-Esteban (2024) menemukan bahwa phubbing-kebiasaan menggunakan ponsel saat interaksi tatap muka-memiliki dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menunjukkan bahwa phubbing berhubungan positif dengan tingkat depresi yang lebih tinggi, dan perempuan muda di bawah 25 tahun lebih rentan terhadap gejala somatik daripada laki-laki. Temuan ini menyoroti perlunya pendidikan kesehatan untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatif phubbing dan mempromosikan penggunaan teknologi yang lebih sehat.

Lebih lanjut lagi, penurunan komunikasi tatap muka juga berdampak pada pertumbuhan sosial dan emosional individu, khususnya generasi muda. Dengan siswa terpisah dari interaksi tatap muka yang mendorong interaksi ini, mereka kehilangan kesempatan untuk terbiasa dengan keterampilan sosial yang penting, seperti negosiasi, empati, dan resolusi konflik. Keterampilan ini biasanya berkembang melalui interaksi tatap muka dengan orang lain. Jika ini terus berkembang di sepanjang kemauan saat ini, kita mungkin menghadapi generasi yang lebih terisolasi secara sosial, yang berjuang untuk membangun ikatan yang signifikan di bumi.

Sementara kemajuan teknologi telah membuat komunikasi lebih mudah, mereka datang tanpa beban berat yang memengaruhi interaksi sosial kita. Media sosial telah mengalihkan dan mengurangi jumlah waktu yang biasa kita habiskan untuk berinteraksi dengan orang secara langsung atau dalam kelompok, dan fenomena phubbing telah memengaruhi kemampuan kita untuk menafsirkan ekspresi wajah perasaan orang lain. Semakin tua suatu generasi, semakin kecil kemungkinan mereka untuk berkomunikasi secara langsung yang tidak hanya memengaruhi hubungan antara dua orang, tetapi juga kesejahteraan sosial dan emosional generasi muda. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk mengenali dan berjuang dengan rintangan ini agar kita membangun hubungan yang lebih baik dan sehat dengan realitas.

Perubahan dalam Empati dan Kedalaman Interaksi

Di era digital ini, di mana media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, fenomena ini semakin sering terjadi. Tanpa ekspresi wajah atau bahasa tubuh,

pesan dalam komunikasi digital sering kali lebih mudah disalahartikan. Hal ini sejalan dengan teori interaksi simbolik yang diperkenalkan oleh Erving Goffman (2020) tentang bagaimana orang menggunakan simbol-simbol non-verbal untuk menginterpretasikan perasaan dan keinginan orang lain. Ketika berkomunikasi secara langsung, ekspresi wajah, gerakan tangan, dan intonasi suara memberikan petunjuk yang sangat berarti. Namun, ketika komunikasi dilakukan secara digital - baik melalui pesan teks atau panggilan video - aspek-aspek ini menjadi terbatas atau bahkan hilang sama sekali. Sebagai contoh, dalam pesan teks yang hanya berisi kata-kata tanpa konteks emosional, pesan tersebut dapat dengan mudah disalahartikan. Kalimat yang seharusnya netral dapat ditafsirkan dengan nada negatif karena kurangnya kata-kata yang persuasif.

Penggunaan saluran media sosial dapat berkontribusi pada memudarnya kemampuan individu untuk menjalin hubungan antarmanusia, menurut Turkle (2021), Wawancara dengan beberapa mahasiswa dan mereka menyebutkan bahwa mereka lebih suka berkomunikasi melalui media sosial daripada bertatap muka secara langsung. Mereka percaya bahwa berbicara secara tertulis memungkinkan mereka untuk mengekspresikan diri mereka dengan lebih bebas karena tidak adanya lawan bicara di ruang fisik, yang dapat memengaruhi bagaimana mereka merumuskan kata-kata mereka. Kita harus menghadapi ironi bahwa kenyamanan yang mengubah hidup dapat menyebabkan reaksi yang sangat kuat ketika direnggut. Tanpa kontak tatap muka, kita berisiko kehilangan kesempatan untuk membangun keterampilan sosial yang penting dan membentuk ikatan emosional yang mendalam dengan rekan-rekan kita. Oleh karena itu, sangat penting bagi masyarakat untuk memahami bahwa meskipun media sosial tampaknya memberikan kemudahan dalam berkomunikasi, ada nilai interaksi tatap muka yang tak tertandingi yang perlu dijaga dan dilestarikan dalam kehidupan sehari-hari.

Guan dkk. (2019) menemukan bahwa media sosial meningkatkan empati afektif, dan dampaknya terhadap empati kognitif kurang signifikan. Ini adalah studi meta-analisis yang menyelidiki kemungkinan hubungan antara penggunaan media sosial dan empati. Temuan menunjukkan bahwa paparan media sosial berhubungan positif dengan empati afektif tetapi memiliki efek terbatas pada empati kognitif. Efeknya kecil dan tidak cukup untuk menentukan sebab-akibat. Hal ini menyebabkan empati kognitif yang merupakan kemampuan untuk tidak hanya memahami tetapi juga merasakan apa yang dirasakan orang

lain yang merupakan aspek yang sangat penting dalam mengembangkan hubungan yang sehat. Penurunan ini dapat dengan mudah dikaitkan dengan kekurangan interaksi dunia nyata. Ketika seseorang hanya berkomunikasi melalui media sosial, mereka kehilangan seluk-beluk emosional yang terjadi dalam komunikasi tatap muka. Misalnya, jika salah satu teman kita merasa sedih, kita mungkin ingin segera membantunya. Tetapi dalam komunikasi digital, respons ini mungkin tidak terwujud dengan cara yang sama, karena mereka kehilangan ekspresi wajah dan nada suara yang menunjukkan kesedihan.

Selain itu, pengurangan empati ini juga dapat memengaruhi sosialisasi kelompok. Mahasiswa yang tidak secara teratur menggunakan media sosial mungkin kesulitan untuk bekerja secara efektif sebagai bagian dari kelompok, di mana komunikasi sangat penting. Mereka mungkin lebih cenderung untuk menghindari dan melewati pikiran atau perasaan teman sebaya yang bertentangan yang merupakan penghalang untuk pengambilan keputusan. Komunikasi yang buruk dapat menjadi penangkal yang diinginkan dan mungkin menyebabkan penangguhan kerja. Meskipun media sosial cepat dan mudah, yang luput dari perhatian adalah dampaknya terhadap interaksi sosial dan empati. Penurunan kapasitas kita untuk menafsirkan dan merasakan perasaan orang lain yang berasal dari tidak adanya ekspresi non-verbal yang menyertai komunikasi digital dapat menyebabkan kesalahpahaman dan, dengan itu, hubungan yang lebih dangkal. Itulah mengapa penting bagi mahasiswa dan anak muda saat ini untuk menyadari seberapa banyak mereka menggunakannya.

Mereka harus fokus untuk menemukan perpaduan yang tepat antara pertemuan yang mereka adakan dan interaksi yang sebenarnya. Hal ini tidak hanya akan membantu mereka dalam hubungan interpersonal, tetapi juga akan meningkatkan kemampuan empati mereka, yang akan sangat penting untuk interaksi sosial dan profesional mereka di masa depan.

Implikasi terhadap Kualitas Hubungan Sosial

Meskipun media sosial membantu dalam komunikasi, banyak mahasiswa merasa bahwa pertemuan tatap muka memiliki nilai yang lebih besar, karena mahasiswa menjadi lebih terhubung secara digital dalam kehidupan mereka, ada peningkatan isolasi dalam pertemuan fisik, dan fenomena ini menjadi sangat relevan. Dalam penelitian Utz & Mcanell

(2015) tentang media sosial dan modal sosial membahas dampaknya. Selain memungkinkan orang untuk tetap terhubung dengan teman dan keluarga, baik yang dekat maupun yang jauh, media sosial juga dapat memperluas audiens dan menghasilkan interaksi sosial yang kompleks. Dampaknya terhadap modal sosial dapat bervariasi, tergantung pada apakah platform tersebut digunakan untuk hal-hal yang positif atau negatif.

Merujuk pada teori ekologi media dari Marshall McLuhan pada tahun 1964, teknologi komunikasi telah secara radikal mengubah cara manusia terlibat dengan lingkungan sosial mereka. Menurut McLuhan, "media adalah pesan" (apa yang dia gambarkan sebagai media adalah perpanjangan atau amplifikasi dari pengalaman manusia). Dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa, komunikasi digital tentunya membuka cakrawala sosial baru, menghubungkan mereka dengan orang-orang dari berbagai latar belakang, praktik, dan geografi. Misalnya, seorang mahasiswa yang menggunakan platform sosial seperti Instagram, Twitter, dll., dapat dengan mudah terlibat dengan teman sekelas, dosen, atau bahkan seorang profesional di bidang yang diminati. Namun, jika penggunaan media sosial ini seimbang dan terbatas, maka interaksi sosial yang berkualitas bisa berkurang. Semua interaksi yang harus mendalam; Percakapan yang seharusnya berlangsung berjam-jam hanya direduksi menjadi komentar atau acungan jempol kecil itu dan tidak mungkin untuk meniru percakapan nyata.

Penelitian dari O'Day & Heimberg (2021) mengulas hubungan antara penggunaan media sosial dengan kecemasan sosial dan kesepian. Penggunaan media sosial sebagai pengganti dalam hal dukungan atau koneksi sosial, yang dimanifestasikan terutama di antara mereka yang memiliki kecemasan sosial yang lebih besar atau terisolasi cenderung bermasalah. Namun, menggunakan media sosial secara berlebihan dapat memperparah perasaan kesepian dan ketakutan. Seorang mahasiswa, misalnya, yang terbiasa dengan komunikasi yang dimediasi melalui pesan teks mungkin merasa terhambat secara sosial ketika harus berbicara secara langsung dengan sesama mahasiswa.

Setiap mahasiswa perlu menyadari bahwa komunikasi interpersonal yang efektif tidak hanya terjadi melalui pesan digital. Penting bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan komunikasi langsung untuk memperkuat hubungan yang lebih dalam dan bermakna. Misalnya, kemampuan untuk mendengarkan secara aktif, menunjukkan empati, dan menggunakan bahasa tubuh tidak dapat sepenuhnya disampaikan melalui media

elektronik. Institusi pendidikan juga memiliki peran penting dalam hal ini. Edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat serta mendorong interaksi tatap muka dapat membantu mencapai keseimbangan yang tepat antara komunikasi digital dan tatap muka. Kegiatan seperti diskusi kelompok, seminar, atau acara sosial juga dapat membantu siswa mengasah keterampilan interpersonal mereka.

Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun media sosial memiliki manfaat dalam memperluas jaringan komunikasi dan akses informasi, penggunaan yang berlebihan dapat berdampak negatif pada kualitas komunikasi interpersonal siswa. Oleh karena itu, penting untuk menemukan keseimbangan antara komunikasi digital dan komunikasi tatap muka untuk menjaga hubungan interpersonal yang sehat tanpa mengorbankan kualitas. Penting bagi siswa untuk mengatasi tantangan ini untuk memperluas jaringan sosial mereka dan membangun hubungan yang lebih dalam dan lebih bermakna. Di era digital ini, para siswa perlu terus mengembangkan keterampilan sosial mereka baik secara digital maupun fisik agar siap menghadapi tantangan sosial di masa depan dan mempertahankan hubungan yang berkualitas dalam hidup mereka.

Di era digital, komunikasi interpersonal berubah karena perkembangan interaksi sosial setiap individu sebagai hasil dari penggunaan media sosial. Komunikasi yang direvolusi oleh media sosial modern telah membawa sudut pandang virtual untuk berbicara dengan seseorang secara langsung. Seperti yang dilaporkan dalam sebuah penelitian oleh Annisa dkk. (2020), media sosial dapat memengaruhi kepercayaan diri seseorang dan dengan demikian efektivitas mereka secara komunikatif dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu kelompok yang mengalami perubahan ini adalah mahasiswa, yang menemukan bahwa mereka dapat mengkorelasikan intensitas penggunaan aplikasi WhatsApp dengan tingkat kepercayaan diri mereka (Annisa et al., 2020).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, disarankan bahwa pengaruh media sosial terhadap komunikasi interpersonal mahasiswa merupakan pedang bermata dua. Di satu sisi, media sosial meningkatkan jaringan komunikasi dan memungkinkan akses terhadap informasi dan interaksi akademik. Namun di saat yang sama, media sosial juga membawa dampak buruk, yaitu menurunnya kualitas komunikasi tatap muka dan hubungan empati

sosial/hubungan antar pribadi menjadi dangkal. Hasil penelitian ini mendukung teori interaksi simbolik dan teori ekologi media yang mengungkapkan dampak teknologi komunikasi terhadap interaksi sosial.

Pada tingkat ilmiah, penelitian ini memberikan wawasan yang sangat dibutuhkan untuk memahami bagaimana platform media sosial memengaruhi interaksi tatap muka dalam konteks digitalisasi kehidupan sehari-hari. Meskipun media sosial menghubungkan orang-orang secara lebih dekat, kualitas hubungan tersebut dapat berubah jika media sosial digunakan lebih dari keseimbangan komunikasi yang halus. Dalam praktiknya, temuan penelitian ini dapat digunakan untuk memandu institusi pendidikan dalam menemukan tingkat interaksi digital dan tatap muka yang tepat. Institusi dapat membuat program literasi digital yang memandu siswa dalam penggunaan media sosial yang bertanggung jawab dan metode komunikasi yang efektif.

Selain itu, penelitian ini juga membuka jalan untuk penyelidikan lebih lanjut mengenai strategi untuk mengurangi pengaruh buruk media sosial. Penelitian di masa depan dapat menyelidiki efek psikologis dari media sosial pada siswa, seperti kecemasan sosial dan isolasi digital, dan studi komparatif platform media sosial untuk membandingkan efek media sosial pada kehidupan sosial. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan pendekatan yang lebih kritis dan seimbang terhadap penggunaan media sosial sehingga dapat dioptimalkan dan tidak memperburuk apa yang sebenarnya menjadi tujuan utama dari individu untuk menjalin hubungan yang baik dengan sesamanya.hal baru bagi penelitian selanjutnya.

Daftar Pustaka

Annisa, A., Yuliadi, I., & Nugroho, D. (2020). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial whatsapp pada mahasiswa kedokteran 2018. *Wacana*, 12(1), 86-109. https://doi.org/10.13057/wacana.v12i1.170

Baym, N. K. (2018). Personal connections in the digital age. *Polity*.

Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1), 210-230. https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x

Braun, V., & Clarke, V. (2022). Thematic analysis: A practical guide. Sage.

Capilla Garrido, E., Cubo Delgado, S., & Gutiérrez-Esteban, P. (2024). Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. Acta Psychologica, 248, 104388. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104388

Ellison, N. B., Vitak, J., Gray, R., & Lampe, C. (2020). Cultivating social resources on social network sites: Facebook relationship maintenance behaviors and their role in social capital processes. Journal of Computer-Mediated Communication, 16(1), 67-90. https://doi.org/10.1111/jcc4.12078

Goffman, E. (2020). The presentation of self in everyday life. Anchor Books.

Guan, S.-S. A., Hain, S., Cabrera, J., & Rodarte, A. (2019). Social Media Use and Empathy: A Mini Meta-Analysis. Social Networking, 8(4), 147-157. https://doi.org/10.4236/sn.2019.84010

Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. Business Horizons, 53(1), 59-68. https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003

Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. Public Opinion Quarterly, 37(4), 509-523. https://doi.org/10.1086/268109

McLuhan, M. (1964). Understanding media: The extensions of man. MIT Press.

O'Day, E. B., & Heimberg, R. G. (2021). Social Media Use, Social Anxiety, and Loneliness: A Systematic Review. Computers in Human Behavior Reports, 3, 100070. https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070

Ohara, M. R. (2023). The Role of Social Media in Educational Communication Management. Journal of Contemporary Administration and Management (ADMAN), 1(2), 70-76. https://doi.org/10.61100/adman.v1i2.25

Sahin, E., & Bekiroglu, H. A. (2023). The Impact of Emotional Intelligence, Demographic Variables and Social Media Use Habits on Social Media Addiction. Media Literacy and Academic Research, 6(2), 177-180. https://doi.org/10.34135/mlar-23-02-10

Turkle, S. (2021). Reclaiming conversation: The power of talk in a digital age. Penguin Books.

Utz, S., & Muscanell, N. (2015). Social Media and Social Capital: Introduction to the Special Issue. Societies, 5(2), 420-424. https://doi.org/10.3390/soc5020420

Walther, J. B. (2011). Theories of computer-mediated communication and interpersonal relations. The Handbook of Interpersonal Communication, 4, 443-479. https://doi.org/10.4135/9781412982771.n17