

Memahami Dampak Media Sosial terhadap Komunikasi Interpersonal: Pendekatan Teori Komunikasi

**Kartini¹, Elisa Damayanti², Nadya Dwi Ananda³, Shafira Putri Zharifa⁴, Nur
Aida Nabila⁵, Lia Zuraida⁶, Hafiz Mansyur⁷**

Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Islam Negeri Sumatera
Utara

kartinisikumbang86@gmail.com¹, elisadamayanti2003@gmail.com²,
nadyadwiananda70@gmail.com³, shafiraputrizha@gmail.com⁴,
nuraidanabila1506@gmail.com⁵, liazuraidah45@gmail.com⁶,
hafizmansyur07@gmail.com⁷

ABSTRACT

The use of social reality construction theory as an addition to social exchange theory is a significant step towards understanding more deeply the impact of social media on interpersonal communication. Social reality construction theory offers a powerful perspective on how social media can shape individuals' perceptions of the reality around them. In this research, the literature method is used with a focus on reviewing and analyzing literature related to the impact of social media on interpersonal communication. The research aims to conduct a critical review of interpersonal communication theory and analyze how this theory has implications for social relationships in the digital era. This research shows that overall, changes in patterns of social relations that arise as a result of social media can be understood through the lens of social exchange theory. Social media provides a platform for information exchange, support, and social interaction, however, the impact is the emergence of dynamics that can sometimes sacrifice the depth and quality of traditional interpersonal relationships.

Keywords: *Interpersonal Communication, Social Media, Communication Theory*

ABSTRAK

Penggunaan teori konstruksi realitas sosial sebagai tambahan pada teori pertukaran sosial menjadi langkah yang signifikan untuk memahami lebih dalam dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal. Teori konstruksi realitas sosial menawarkan perspektif yang kuat tentang bagaimana media sosial dapat membentuk persepsi individu terhadap realitas sekitar mereka. Dalam penelitian ini, metode kepustakaan digunakan dengan fokus pada *review* dan analisis literatur-literatur yang berkaitan dengan dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal. Penelitian bertujuan untuk melakukan tinjauan kritis terhadap teori komunikasi interpersonal dan menganalisis bagaimana teori tersebut berimplikasi terhadap hubungan sosial dalam era digital. Penelitian ini menghasilkan bahwa secara keseluruhan, perubahan pola hubungan sosial yang muncul akibat media sosial dapat dipahami melalui lensa teori pertukaran sosial. Media sosial memberikan wadah untuk pertukaran informasi, dukungan, dan interaksi sosial, namun, dampaknya adalah munculnya dinamika yang kadang-kadang dapat mengorbankan kedalaman dan kualitas hubungan interpersonal tradisional.

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal, Media Sosial, Teori Komunikasi

PENDAHULUAN

Peningkatan penggunaan media sosial, seperti Facebook, Instagram, dan Twitter, telah mengubah cara orang berkomunikasi. Dalam beberapa dekade terakhir, kita telah menyaksikan transformasi signifikan dalam dinamika komunikasi interpersonal. Penggunaan platform-media sosial ini telah mempengaruhi cara orang berinteraksi, berbagi informasi, dan membentuk hubungan. Seiring pertumbuhan pengguna media sosial, terjadi pergeseran besar dalam pola komunikasi. Orang lebih cenderung terlibat dalam komunikasi daring, berpartisipasi dalam kelompok-kelompok *online*, dan menggantikan pola interaksi sosial tradisional dengan model yang lebih terhubung secara digital (Azharie, 2019).

Media sosial juga memiliki dampak psikologis yang signifikan. Risiko perbandingan sosial dan pengaruh terhadap citra diri menjadi lebih nyata, dengan individu sering merasa terjebak dalam perbandingan dengan kehidupan orang lain yang diunggah di media sosial. Tidak hanya mempengaruhi tingkat interaksi sosial, tetapi media sosial juga turut membentuk dinamika hubungan personal. Pertanyaan tentang apakah media sosial memperkuat atau melemahkan hubungan interpersonal menjadi semakin relevan, sementara platform ini juga memainkan peran penting dalam membentuk persepsi diri dan orang lain. Dalam konteks perubahan ini, muncul tantangan dan peluang baru. Adalah penting untuk menilai apakah penggunaan media sosial dapat menyebabkan isolasi sosial atau konflik, atau sebaliknya, apakah memberikan peluang baru untuk memperluas dan memperdalam hubungan. Dengan melihat perkembangan ini, penelitian tentang dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal dengan pendekatan teori komunikasi menjadi semakin krusial untuk memahami perubahan tersebut dan memberikan wawasan yang lebih baik tentang cara kita berkomunikasi dan berhubungan satu sama lain dalam era digital ini (Suranto, 2011).

Penggunaan teori konstruksi realitas sosial sebagai tambahan pada teori pertukaran sosial menjadi langkah yang signifikan untuk memahami lebih dalam dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal. Teori konstruksi realitas sosial menawarkan perspektif yang kuat tentang bagaimana media sosial dapat membentuk persepsi individu terhadap realitas sekitar mereka. Dengan mengintegrasikan teori konstruksi realitas sosial, penelitian ini dapat menggali lebih dalam tentang bagaimana media sosial tidak hanya menjadi saluran komunikasi, tetapi juga agen pembentuk realitas individu. Pengaruh media sosial dalam membentuk pandangan dunia dan identitas dapat memiliki dampak yang mendalam pada interaksi interpersonal.

Teori pertukaran sosial menjadi satu kerangka analitis yang sangat relevan. Teori ini memperbolehkan kita untuk memahami cara individu menilai dan memberikan nilai pada hubungan sosial mereka, termasuk ketika berinteraksi

melalui media sosial. Melalui pendekatan teori pertukaran sosial, penelitian ini akan mendalami bagaimana individu menggunakan media sosial untuk mendapatkan manfaat dan sejauh mana mereka menghadapi tantangan dalam membangun dan menjaga hubungan interpersonal. Pemilihan teori pertukaran sosial memungkinkan kita untuk menganalisis bagaimana pertukaran informasi, dukungan, atau bahkan emosi terjadi di dalam dunia virtual media sosial. Bagaimana individu memberikan nilai pada hubungan *online*? Apa manfaat yang mereka harapkan dan dapatkan dari interaksi tersebut? Bagaimana mereka mengatasi hambatan-hambatan yang mungkin muncul?

Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian ini karena diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam mengisi kesenjangan pengetahuan tentang dinamika hubungan interpersonal dalam era media sosial. Melalui landasan teori komunikasi, penelitian ini diarahkan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang cara media sosial memengaruhi cara individu membangun dan merawat hubungan mereka. Pentingnya penelitian ini tidak hanya terbatas pada tingkat individual, tetapi juga mengenai dampaknya terhadap masyarakat secara keseluruhan. Dengan mengeksplorasi bagaimana media sosial memainkan peran dalam pembentukan realitas sosial dan dalam pertukaran informasi sosial, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan holistik yang mencakup aspek-aspek kritis dalam komunikasi interpersonal (Devito, 2019).

Hasil dari penelitian ini diantisipasi dapat memberikan kontribusi pada pengembangan strategi komunikasi yang lebih efektif dan sehat di era yang semakin terhubung secara digital. Pengetahuan yang diperoleh dari penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang pedoman dan kebijakan yang mendukung penggunaan media sosial yang positif, mempromosikan hubungan interpersonal yang kuat, dan mengurangi potensi dampak negatif dari interaksi *online*. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan pemahaman yang lebih baik tentang peran media sosial dalam komunikasi interpersonal, tetapi juga dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas hubungan sosial di masyarakat yang semakin terhubung secara digital.

TINJAUAN LITERATUR

Definisi Media Sosial

Media sosial adalah platform atau saluran komunikasi di internet yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi dan berbagi konten. Menurut berbagai ahli, media sosial mencakup aplikasi dan situs web yang memungkinkan pengguna membuat, mengubah, dan membagikan konten *online*. Ini menciptakan komunitas daring di sekitar minat bersama, memungkinkan partisipasi aktif, serta interaksi dan pertukaran informasi di antara anggotanya. Pengguna media sosial dapat membangun profil, membuat daftar koneksi, dan berinteraksi dengan orang lain dalam jaringan sosial. Definisi tersebut mencerminkan sifat dinamis dan kompleks

dari media sosial, yang melibatkan banyak platform yang memungkinkan orang untuk terhubung dan berkomunikasi secara daring (Flew, 2020).

Menurut para ahli, media sosial dapat didefinisikan sebagai platform atau saluran komunikasi daring yang memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi, berinteraksi, dan berbagi konten dengan orang lain secara elektronik. Dalam konteks ini, media sosial menciptakan komunitas daring di sekitar minat bersama, memfasilitasi pertukaran informasi, dan memungkinkan partisipasi aktif dari pengguna. Definisi tersebut mencerminkan sifat yang dinamis dan kolaboratif dari media sosial, yang melibatkan berbagai situs web dan aplikasi yang memungkinkan orang untuk terhubung dan berkomunikasi dalam lingkungan daring (Hadjana, 2013).

Definisi Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merujuk pada pertukaran informasi, gagasan, perasaan, dan persepsi antara dua orang atau lebih. Ini melibatkan proses komunikasi yang terjadi dalam konteks hubungan pribadi atau antara individu yang saling berhubungan secara langsung. Dalam komunikasi interpersonal, pesan tidak hanya disampaikan melalui kata-kata, tetapi juga melalui bahasa tubuh, ekspresi wajah, intonasi suara, dan elemen komunikasi non-verbal lainnya.

Definisi komunikasi interpersonal bisa mencakup berbagai aspek, termasuk pendekatan verbal dan non-verbal, pemahaman emosional, serta kemampuan untuk membangun dan memelihara hubungan. Komunikasi interpersonal menjadi kunci dalam membentuk ikatan sosial, memecahkan konflik, dan menciptakan pemahaman yang mendalam antar individu. Sebagai contoh, sebuah definisi sederhana dari komunikasi interpersonal dapat diuraikan sebagai berikut: "Komunikasi interpersonal adalah pertukaran informasi dan ekspresi antara dua orang atau lebih melalui berbagai saluran komunikasi, baik verbal maupun non-verbal, dengan tujuan membangun hubungan dan pemahaman yang lebih baik (Hidayat)."

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode kepustakaan digunakan dengan fokus pada *review* dan analisis literatur-literatur yang berkaitan dengan dampak media sosial terhadap komunikasi interpersonal. Penelitian bertujuan untuk melakukan tinjauan kritis terhadap teori komunikasi interpersonal dan menganalisis bagaimana teori tersebut berimplikasi terhadap hubungan sosial dalam era digital.

Metode ini memungkinkan peneliti mengumpulkan informasi dari berbagai sumber literatur seperti buku, artikel, jurnal, dan tesis yang memiliki relevansi dengan teori komunikasi interpersonal dan pengaruhnya dalam konteks media sosial. Pemilihan literatur dilakukan dengan cermat untuk memastikan kualitas dan relevansi data terhadap topik penelitian.

Setelah literatur terpilih, dilakukan analisis mendalam terhadap setiap literatur. Analisis ini mencakup pembongkaran rinci terhadap isi literatur untuk mengidentifikasi konsep-konsep teori komunikasi interpersonal dan bagaimana teori tersebut dapat dikritisi dalam konteks hubungan sosial di era digital. Temuan-temuan dan tinjauan kritis terhadap teori komunikasi interpersonal kemudian dirumuskan. Ini melibatkan analisis mendalam terhadap kelebihan dan kelemahan teori-teori yang telah ada, serta implikasinya terhadap hubungan sosial dalam era digital. Dengan menyusun tinjauan kritis ini, peneliti memberikan pandangan yang mendalam dan kritis terhadap relevansi teori komunikasi interpersonal dalam menghadapi dinamika hubungan sosial yang dipengaruhi oleh media sosial.

Penelitian ini juga menyusun rekomendasi berdasarkan tinjauan kritis terhadap teori komunikasi interpersonal. Rekomendasi ini mencerminkan pandangan peneliti terkait dengan pengembangan teori komunikasi interpersonal yang lebih relevan dan adaptif terhadap konteks hubungan sosial dalam era digital. Tujuannya adalah memberikan kontribusi pada pemahaman teoretis dan praktis dalam menghadapi perubahan dalam dinamika hubungan sosial di era media sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa media sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap komunikasi interpersonal, dengan fokus pada analisis literatur menggunakan pendekatan teori komunikasi. Dari hasil penelitian, beberapa temuan dan pembahasan dapat diidentifikasi.

Pertama, media sosial memengaruhi gaya komunikasi interpersonal melalui beberapa teori komunikasi. Teori Pertukaran Sosial menjelaskan bagaimana individu bertukar informasi dan interaksi melalui media sosial, menciptakan jaringan hubungan yang dinamis. Teori Komunikasi Simbolik membantu memahami bagaimana simbol, gambar, dan tulisan membentuk komunikasi interpersonal di platform tersebut. Teori Adaptasi Media menunjukkan bahwa individu dan masyarakat beradaptasi dengan media baru, mengubah cara mereka berkomunikasi melalui perkembangan teknologi. Teori Konstruksi Realitas Sosial diterapkan untuk memahami bagaimana media sosial membentuk persepsi individu terhadap realitas sekitarnya, melalui narasi yang dibuat pengguna. Teori Interaksi Simbolik menekankan peran simbol-simbol seperti emoji dan gambar dalam menciptakan makna dalam interaksi sosial di media sosial. Penerapan teori-teori ini membantu memahami dinamika kompleks interaksi sosial dalam konteks digital.

Kedua, media sosial telah membawa perubahan signifikan dalam pola hubungan sosial. Meskipun mampu menciptakan jaringan hubungan global yang luas, kenyataannya adalah bahwa koneksi virtual sering kali datang dengan konsekuensi pengurangan kedalaman dan kualitas dalam hubungan interpersonal tradisional. Media sosial memungkinkan kita terhubung dengan orang-orang di seluruh dunia, memperluas jangkauan sosial kita secara global. Namun, interaksi melalui platform

ini sering terjadi dalam format yang singkat dan terbatas, seperti pesan teks atau komentar singkat. Hal ini dapat menghambat kemampuan kita untuk menyampaikan nuansa emosi dan untuk membangun hubungan yang mendalam.

Selain itu, ketergantungan pada media sosial dapat menggeser fokus dari interaksi langsung ke interaksi digital. Meskipun kita mungkin memiliki banyak "teman" atau "pengikut" secara *online*, hubungan ini tidak selalu mewakili kedalaman hubungan interpersonal yang dapat ditemukan dalam interaksi sehari-hari. Hubungan yang dibangun melalui media sosial juga dapat menjadi lebih dangkal karena sering kali dibatasi oleh filter *online* dan presentasi diri yang sangat disunting (Watie, 2019).

Penting untuk diakui bahwa sementara media sosial membawa keuntungan dalam hal konektivitas global, kita juga perlu menjaga keseimbangan dengan menjaga hubungan interpersonal tradisional. Interaksi tatap muka masih penting untuk membentuk hubungan yang mendalam dan bermakna, dan kesadaran akan potensi pengurangan kedalaman dalam hubungan akibat media sosial dapat membantu kita lebih bijaksana dalam mengelola interaksi *online* dan *offline*.

Pendekatan teori pertukaran sosial memberikan wawasan tentang bagaimana individu memberikan nilai pada hubungan sosial melalui interaksi media sosial. Pertukaran informasi, dukungan, dan interaksi sosial dianggap sebagai bagian dari dinamika komunikasi interpersonal di era digital. Teori pertukaran sosial membantu kita memahami cara individu menilai hubungan sosial melalui interaksi media sosial. Dalam kerangka teori ini, pertukaran informasi, dukungan, dan interaksi sosial dianggap sebagai elemen kunci dalam dinamika komunikasi interpersonal di era digital.

Media sosial memberikan platform untuk berbagi informasi dengan cepat dan luas. Individu memberikan nilai pada hubungan sosial mereka dengan berbagi pembaruan status, berita, atau pengetahuan khusus. Pertukaran informasi ini menjadi cara untuk membangun dan memelihara hubungan. Dukungan sosial, baik itu dukungan emosional atau dukungan praktis, juga menjadi bagian penting dari pertukaran sosial melalui media sosial. Individu mengevaluasi kualitas hubungan berdasarkan sejauh mana mereka mendapatkan dukungan atau memberikan dukungan kepada orang lain di platform tersebut.

Interaksi sosial, seperti memberi "*like*," komentar, atau berbagi konten, dianggap bernilai dalam teori pertukaran sosial. Aktivitas ini menjadi cara untuk mengekspresikan keterlibatan dan mendukung pertukaran sosial di dunia digital. Teori pertukaran sosial menekankan keseimbangan dan timbal balik dalam pertukaran sumber daya sosial. Individu cenderung terlibat dalam interaksi media sosial yang memberikan manfaat dan memenuhi kebutuhan sosial mereka. Evaluasi nilai hubungan juga menjadi bagian dari teori ini. Individu akan menilai sejauh mana pertukaran sosial memenuhi harapan mereka dan mungkin memilih untuk lebih berinvestasi dalam hubungan yang memberikan pertukaran sosial yang positif dan

memuaskan. Dengan memahami teori pertukaran sosial, kita dapat meraih wawasan tentang bagaimana media sosial memengaruhi cara individu membentuk dan menilai hubungan interpersonal mereka melalui pertukaran informasi, dukungan, dan interaksi sosial (Wood, 2013).

Dalam pembahasan, muncul konsep transformasi dalam gaya komunikasi dan dualitas dalam hubungan sosial. Media sosial memberikan tantangan bagi individu untuk beradaptasi dalam komunikasi interpersonal, dan ada dilema antara kuantitas dan kualitas hubungan. Implikasi teori pertukaran sosial menyoroti cara individu memberikan nilai pada interaksi media sosial melalui pertukaran informasi dan dukungan. Ini memberikan dasar untuk memahami motivasi di balik interaksi interpersonal di dunia digital.

Sebagai rekomendasi, penting untuk mendorong pengembangan literasi media sosial, penelitian lebih lanjut untuk mendalami dampak media sosial, dan pengembangan pedoman etika digital untuk membimbing komunikasi yang positif dan etis melalui platform tersebut. Keseluruhan, penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana media sosial memengaruhi komunikasi interpersonal dan memberikan dasar untuk merancang strategi komunikasi yang sehat di era digital.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, perubahan pola hubungan sosial yang muncul akibat media sosial dapat dipahami melalui lensa teori pertukaran sosial. Media sosial memberikan wadah untuk pertukaran informasi, dukungan, dan interaksi sosial, namun, dampaknya adalah munculnya dinamika yang kadang-kadang dapat mengorbankan kedalaman dan kualitas hubungan interpersonal tradisional. Dalam konteks ini, individu menilai hubungan mereka berdasarkan sejauh mana pertukaran sosial tersebut memenuhi kebutuhan mereka dan sejauh mana keseimbangan dan timbal balik dapat dipertahankan. Kesadaran akan dinamika ini dapat membantu kita mengelola interaksi media sosial dengan bijaksana, menjaga kualitas hubungan, dan menemukan keseimbangan yang sehat antara dunia maya dan dunia nyata.

DAFTAR PUSTAKA

- Aw, Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Azeharie, S. dan Khotimah, N. 2019. *Jurnal Pekommas. Pola Komunikasi Antarpribadi antara Guru dan Siswa di Panti Sosial Taman Penitipan Anak "Melati" Bengkulu*, 18(3), 213-224. Diperoleh dari: <https://jurnal.kominfo.go.id/index.php/pekommas/article/view/1180307>
- Baruah, T D. 2012. *International Journal of Scientific and Research Publications. Effectiveness of Social Media as a tool of communication and its potential for*

technology enabled connections: A micro-level study, 2(5), 1-10. Diperoleh dari:
http://www.ijsrp.org/research_paper_may2012/rp24.html

- Devito, Joseph A. 2019. *Komunikasi Antar Manusia*. Tangerang: Karisma Publishing Group.
- Flew, Terry. 2020. *New Media: An Introduction*. New York: Oxford University Press.
- Hardjana, Agus M. 2013. *Komunikasi Intrapersonal dan Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hidayat, D. N. 2013. *Paradigma dan Metodologi Penelitian Sosial Empirik Klasik*. Jakarta: Departemen Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Indonesia
- Nasrullah, Rulli. 2016. *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sosioteknologi*. Bandung: Rodakarya.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2013. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suranto, Aw. 2019. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tamburaka, Apriadi. 2018. *Literasi Media: cerdas bermedia khalayak media massa*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Watie, Errika Dwi Setya. 2019. "Komunikasi dan Media Sosial". *The Messenger*. 3 (1). Juli.
- Wood, Julia T. 2013. *Komunikasi Interpersonal: interaksi keseharian*. Jakarta: Salemba Humanika.