

**DARI TATAP MUKA KE LAYAR: PENGARUH PENGGUNAN MEDIA
SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI
GENERASI Z**

Farhan Nur Zikri¹, Lestari Sanjaya², Perawati³

Universitas Muhammadiyah Riau

E-mail: frhnnurzkri@gmail.com¹,

lestari.sanjaya001@gmail.com², Perawati@umri.ac.id³

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam cara manusia berkomunikasi, khususnya pada Generasi Z yang tumbuh dan berkembang di tengah kemajuan media sosial. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap pola komunikasi antarpribadi Generasi Z. Dengan pendekatan kajian pustaka, artikel ini membahas pergeseran dari komunikasi tatap muka ke komunikasi berbasis layar, dampak positif dan negatif media sosial, serta implikasinya terhadap kualitas hubungan interpersonal. Hasil kajian menunjukkan bahwa media sosial mempermudah interaksi dan memperluas jejaring sosial, namun juga berpotensi mengurangi kedalaman komunikasi, empati, dan keterampilan komunikasi langsung.

Kata Kunci: Generasi Z; Media Sosial; Komunikasi AntarPribadi; Teknologi Digital.

Abstract

The development of digital technology has brought significant changes to the way humans communicate, particularly among Generation Z, who have grown and developed alongside the rapid advancement of social media. This article aims to analyze the influence of social media usage on the interpersonal communication patterns of Generation Z. Using a literature review approach, this study discusses the shift from face-to-face communication to screen-based communication, the positive and negative impacts of social media, and its implications for the quality of interpersonal relationships. The findings indicate that social media facilitates interaction and expands social networks; however, it also has the potential to reduce communication depth, empathy, and direct communication skills.

Keywords: Generatin Z; Social Media; Interpersonal Communication; Digital technology.

1. PENDAHULUAN

Perkembangan komunikasi manusia mengalami perubahan yang signifikan dari masa ke masa. Pada masa awal, komunikasi dilakukan dengan cara-cara sederhana seperti isyarat asap dan pengiriman surat, yang memiliki keterbatasan dari segi jarak dan waktu. Kondisi tersebut menyebabkan proses komunikasi antar individu, khususnya yang berada di wilayah geografis berbeda, berlangsung lambat dan tidak efisien. Seiring berkembangnya peradaban dan teknologi, manusia menciptakan berbagai media komunikasi untuk mempermudah pertukaran informasi. Akibatnya, pada era modern saat ini, aktivitas komunikasi dapat dilakukan dengan cepat dan relatif tanpa hambatan yang berarti.

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi turut mendorong perubahan model komunikasi kewargaan di Indonesia. Pola komunikasi yang sebelumnya bersifat konvensional dan berorientasi pada interaksi tatap muka kini mengalami transformasi menuju komunikasi

berbasis internet dan teknologi digital. Perubahan ini menjadikan proses komunikasi kewargaan lebih cepat, efektif, dan efisien. Kehadiran media sosial memperkuat transformasi tersebut dengan membentuk pola komunikasi digital yang semakin dominan di ruang publik. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga menjadi bagian integral dalam aktivitas komunikasi kewargaan di Indonesia, sebagaimana ditunjukkan oleh meningkatnya penggunaan berbagai platform media sosial dalam interaksi sosial masyarakat (Arianto, 2022a). Fenomena serupa juga terjadi di berbagai negara, di mana media sosial memengaruhi perubahan perilaku generasi internet (Duffett & Wakeham, 2016).

Generasi Z merupakan kelompok yang tumbuh di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital dan memiliki tingkat keterikatan yang tinggi terhadap media sosial. Media sosial digunakan tidak hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai ruang untuk membangun dan menampilkan identitas diri. Perubahan pola komunikasi ini berdampak pada meningkatnya praktik berbagi informasi pribadi di ruang publik digital. Akhtar (2020) menyatakan bahwa Generasi Z cenderung membentuk citra diri melalui aktivitas digital yang mereka lakukan, sehingga media sosial berperan sebagai ruang konstruksi identitas digital.

Dalam konteks komunikasi digital, fenomena oversharing menjadi isu yang semakin relevan untuk dikaji. Oversharing dapat membuat kecenderungan terhadap individu ketika membagikan informasi pribadi secara berlebihan di media sosial. Fenomena ini dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kebutuhan akan pengakuan dan validasi sosial, serta faktor eksternal berupa tekanan sosial dan budaya media digital. Nurudin (2007) menjelaskan bahwa perkembangan teknologi komunikasi telah mengaburkan batas antara ruang publik dan ruang privat, sehingga individu sering kali tidak menyadari bahwa informasi yang dibagikan bersifat personal dan seharusnya dibatasi.

2. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap pola komunikasi antarpribadi Generasi Z. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam semi-terstruktur terhadap 20 responden Generasi Z berusia 18–25 tahun yang dipilih secara purposive berdasarkan intensitas penggunaan media sosial. Data wawancara dianalisis menggunakan analisis tematik melalui tahapan transkripsi, pengkodean, pengelompokan tema, dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini juga didukung oleh studi pustaka sebagai data sekunder dengan menelaah literatur ilmiah relevan yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir. Validitas data diperkuat melalui triangulasi sumber dengan membandingkan temuan wawancara dan kajian literatur.

Platform Media Sosial	Persentase Generasi Z Menggunakan	Lama Penggunaan per Hari
Instagram	98,1%	1–3 jam/hari
TikTok	92,1%	< 5 jam/hari

Tabel 1.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Media Sosial

Media sosial didefinisikan sebagai media berbasis daring yang memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi secara aktif dalam berbagi, menciptakan, serta mendistribusikan konten, seperti blog, jejaring sosial, wiki, forum diskusi, dan dunia virtual. Di antara berbagai bentuk tersebut, blog, jejaring sosial, dan wiki merupakan jenis media

sosial yang paling banyak digunakan secara global. Media sosial juga dipahami sebagai platform berbasis teknologi web yang mendukung interaksi sosial dengan mengubah pola komunikasi satu arah menjadi komunikasi dua arah yang bersifat interaktif.

Meningkatnya penggunaan media sosial telah menyebabkan perubahan signifikan dalam pola komunikasi tradisional. Interaksi tatap muka dan komunikasi melalui telepon secara bertahap mulai tergantikan oleh platform digital. Pergeseran ini memengaruhi cara Generasi Z dalam mengekspresikan emosi serta membangun hubungan sosial (Rahmawati, 2022). Beberapa individu dari generasi ini mengalami kesulitan dalam membangun kedekatan emosional yang mendalam akibat dominannya interaksi sosial secara virtual. Dampak tersebut juga terlihat dalam konteks profesional, di mana keterampilan komunikasi langsung tetap menjadi kompetensi penting, terutama dalam proses wawancara kerja dan interaksi formal.

Selain itu, penggunaan media sosial turut memengaruhi bahasa dan gaya komunikasi Generasi Z yang cenderung informal, singkat, serta mengandalkan elemen visual seperti emoji, GIF, dan meme. Pola komunikasi ini mencerminkan kebutuhan akan penyampaian informasi yang cepat dan efisien dalam lingkungan digital. Generasi Z juga menunjukkan preferensi yang tinggi terhadap komunikasi virtual melalui aplikasi pesan instan dan percakapan kelompok karena memungkinkan keterhubungan tanpa batasan ruang dan waktu.

Namun demikian, Generasi Z cenderung kurang menyukai gaya komunikasi yang bersifat otoritatif atau menggurui. Dalam situasi tersebut, mereka lebih memilih memperoleh dukungan emosional dan validasi sosial dari kelompok sebaya melalui media digital. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang pembentukan relasi sosial dan dukungan emosional bagi Generasi Z.

B. Pengaruh Media Sosial terhadap Perubahan Sosial Gen Z

Perubahan-perubahan dalam hubungan sosial (social relationships) atau sebagai perubahan terhadap keseimbangan (equilibrium) hubungan sosial dan segala bentuk perubahan-perubahan pada lembaga-lembaga kemasyarakatan didalam suatu masyarakat, yang mempengaruhi sistem sosialnya, termasuk didalamnya nilai-nilai, sikap dan pola perilaku diantara kelompok-kelompok dalam masyarakat. Masyarakat dapat berkomunikasi langsung dengan presiden melalui media sosial guna menyampaikan saran kritik dan ide yang membangun.

Pengaruh negatif terhadap perubahan sosial Generasi Z saat ini kerap terlibat dalam dinamika sosial yang kompleks, termasuk munculnya konflik antar kelompok dengan latar belakang suku, ras, atau agama. Beberapa kelompok memanfaatkan media sosial untuk membangun pengikut yang banyak dan menggerakkan massa pada momen-momen tertentu. Media sosial secara langsung memengaruhi terbentuknya kelompok-kelompok sosial ini dengan menanamkan prinsip, nilai, dan keyakinan tertentu yang dapat mendorong perubahan dalam sistem sosial. Selain itu, platform digital juga mempermudah kelompok-kelompok tersebut mempengaruhi kondisi sosial dan stabilitas yang lebih luas di masyarakat maupun negara.

Jika dilihat dari sisi interaksi sosial pengaruh perubahan sosial di lingkungan Gen Z saat ini terjadi karena semakin mudahnya manusia berinteraksi melalui media sosial, maka interaksi sosial di dunia nyata akan turut berkurang. Manusia tidak perlu lagi saling bertemu secara langsung untuk berkomunikasi, sehingga hal ini akan membentuk pola hidup Generasi Z yang semakin tertutup.

Hambatan Komunikasi yang Terjadi Akibat Penggunaan Platform Digital

Hambatan	Deskripsi	Dampak
Isolasi tatap muka	Preferensi digital kurangi latihan langsung	rendah empati
Bahasa informal	Emoji/meme ganti kalimat lengkap	Bingung formal
Pencitraan diri	Tekanan likes/followers	Kurang autentik

Tabel 2.

C. Adaptasi Generasi Z Dalam Komunikasi Antarpribadi Digital

Generasi Z sebagai kelompok yang tumbuh seiring perkembangan teknologi digital memiliki kebutuhan untuk mengembangkan kemampuan dalam mengelola, menyeleksi, serta memanfaatkan media sosial secara kritis dan bertanggung jawab. Literasi digital berperan penting dalam meningkatkan kapasitas individu, baik dalam memperdalam analisis personal maupun dalam mendistribusikan pengetahuan yang bernilai kepada masyarakat. Salah satu peluang strategis yang dapat dimanfaatkan adalah keterlibatan sebagai aktor utama dalam komunikasi publik melalui media sosial, sehingga penggunaan platform digital tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian pesan, tetapi juga memberikan nilai tambah bagi penggunaannya (Juniarty et al., 2024).

Kehadiran media sosial tak lepas dari peran para ilmuwan yang terus mengembangkan teknologi ini agar bisa menyesuaikan dengan kebutuhan manusia. Selain itu, media sosial memainkan peran krusial dalam kemajuan riset dan kolaborasi ilmiah. Di luar fungsinya sebagai sarana komunikasi dan hiburan, media sosial juga digunakan sebagai alat bantu bagi para akademisi untuk menyebarkan hasil penelitian mereka ke seluruh dunia.

Media sosial dapat dipandang sebagai representasi kehidupan nyata dalam bentuk digital, sehingga berbagai aktivitas dan fenomena sosial dapat terjadi juga di platform ini. Potensi media sosial sangat besar dalam mendukung riset, pengembangan pengetahuan, serta akses pendidikan. Dalam konteks pendidikan, media sosial memudahkan siswa dan mahasiswa memperoleh informasi dan pengalaman belajar yang menarik, memungkinkan pembelajaran berlangsung dari mana saja dan kapan saja tanpa dibatasi oleh ruang maupun waktu (Andi Asari et al., 2023).

Selain itu, perkembangan media sosial yang terus berlangsung memberikan pengaruh signifikan terhadap kehidupan sehari-hari. Pengguna dapat memanfaatkan perkembangan ini secara aktif untuk ikut berkembang bersama teknologi, tanpa sekadar menjadi konsumen pasif. Misalnya, dalam hal branding, media sosial kini tidak hanya digunakan untuk membagikan foto atau video, tetapi juga sebagai sarana memberikan dukungan, menyampaikan apresiasi, menjalankan bisnis, atau membangun citra diri secara profesional. Generasi Z memiliki kesempatan untuk memanfaatkan hal ini sebagai peluang menjadi technopreneur, sekaligus membangun hubungan kerja yang saling menguntungkan melalui kolaborasi yang semakin efektif dan metode komunikasi yang semakin inovatif (Firamadhina & Krisnani, 2021).

D. Peran Komunikasi Interpersonal Bagi Generasi Z

Menurut Joseph A. DeVito (2016 dalam Putri, 2021), komunikasi interpersonal memiliki beberapa tujuan utama yang relevan dengan kehidupan Generasi Z. Salah satu tujuan tersebut adalah proses menemukan diri (personal discovery), di mana melalui interaksi interpersonal individu dapat memahami identitas, emosi, serta nilai-nilai personal secara lebih mendalam. Proses ini diperkuat dengan adanya keterbukaan diri sebagaimana dijelaskan dalam konsep Johari Window, yang memungkinkan perluasan open area melalui umpan balik dari orang lain, sekaligus membantu individu menyadari aspek diri yang sebelumnya berada dalam blind area. Selain itu, komunikasi interpersonal juga bertujuan untuk membangun dan

memelihara hubungan sosial. Keterbukaan, empati, serta kepercayaan yang terjalin dalam komunikasi interpersonal memungkinkan Generasi Z membentuk relasi yang lebih dekat dan bermakna, baik dalam interaksi tatap muka maupun melalui media digital. Tujuan lainnya adalah memengaruhi sikap dan perilaku orang lain, di mana komunikasi interpersonal digunakan sebagai sarana untuk menyampaikan pandangan, nilai, serta dukungan emosional yang dapat mendorong terjadinya perubahan sikap secara sukarela. Dengan demikian, komunikasi interpersonal tidak hanya berperan dalam pengembangan diri Generasi Z, tetapi juga dalam membangun hubungan sosial dan menciptakan dinamika interaksi yang konstruktif.

E. Dampak Media Social Terhadap Komunikasi Gen Z

Dampak Positif

- a) Memudahkan kita dalam berinteraksi dengan banyak orang di media sosial, kita dapat dengan mudah berinteraksi dengan semua orang termasuk kerabat jauh yang juga menggunakan berbagai macam media sosial seperti Instagram, Facebook bahkan Whatsapp.
- b) Media sosial membuat kita bisa memiliki banyak koneksi dan jaringan yang luas. Tentu saja hal ini berdampak positif bagi orang yang ingin mendapatkan teman dari berbagai negara.
- c) melalui media social informasi dapat menyebar begitu cepat, siapapun dapat menyebarkan informasi kapan saja, sehingga orang lain juga dapat memperoleh informasi yang tersebar di media sosial kapan saja.

Dampak Negatif

- a) Beresiko mengabaikan orang-orang sekitar di kehidupannya sehari-hari.
- b) Kurangnya berinteraksi secara langsung atau tatap muka, membuat orang-orang mengalami penurunan dalam hal komunikasi yang baik dan benar.
- c) Membuat orang-orang menjadi kecanduan terhadap internet. Dengan kemudahan menggunakan media sosial, maka orang-orang akan semakin tergantung pada media social dan internet.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi, penggunaan media sosial memberikan pengaruh yang kompleks terhadap pola komunikasi interpersonal Generasi Z. Di satu sisi, media sosial dapat menimbulkan dampak negatif, seperti ketergantungan dan menurunnya kemampuan mendengarkan secara aktif. Di sisi lain, media sosial juga mampu mendorong perubahan perilaku positif, misalnya berdasarkan informasi yang diperoleh, termasuk dalam konteks kesehatan. Oleh karena itu, Generasi Z perlu mengembangkan sikap bijak dan kritis dalam menggunakan media sosial, serta menyadari risiko yang mungkin timbul.

Selain itu, kesibukan dan interaksi di dunia digital sering mengganggu fokus komunikasi langsung dan memunculkan perilaku komunikasi yang kurang jujur, karena sebagian interaksi hanya berlangsung di dunia maya. Untuk itu, penting bagi Generasi Z dan milenial menerapkan pengendalian diri dengan membatasi penggunaan gawai sesuai kebutuhan. Peran orang tua atau pendamping juga diperlukan untuk membimbing anak menerapkan etika digital, sehingga komunikasi tetap sehat dan penggunaan media sosial tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain.

5. DAFTAR PUSTAKA

Afandi, F., Wijayanti, Q. A. N., Ikom, S., & Ikom, M. (2024). Peran Komunikasi Efektif bagi Mahasiswa dalam Membangun Hubungan yang Baik dan Berkelanjutan. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(1).

- Ahmad, K. R., Amir, L. S., & Hapipi, M. (2024). Pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi dan hubungan sosial dalam kalangan generasi Z. *Sanskara Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(02), 85-94.
- Akhtar, N. (2020). Social media and self-presentation: A study of identity construction among Generation Z. *Journal of Media and Communication Studies*, 12(3), 45–56.
- Alamsyah, I. L., Aulya, N., & Satriya, S. H. (2024). Transformasi media dan dinamika komunikasi dalam era digital: Tantangan dan peluang ilmu komunikasi. *Jurnal Ilmiah Research Student*, 1(3), 168-181.
- Arganata, Z., & Hamka, M. Y. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Pola Komunikasi Generasi Z Dalam Interaksi Sosial. *Jurnal Dinamika Sosial Dan Sains*, 2(1), 412-416.
- Arianto, B. (2022a). Media sosial dan transformasi komunikasi kewargaan di Indonesia. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 19(1), 1–15.
- Arianto, B., & Handayani, B. (2023). Media sosial sebagai saluran komunikasi. Unpublished manuscript.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Publiciana*, 9(1), 140-157.
- Devi, S. (2024). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Penggunaan Media Sosial Di Kalangan Remaja. *Jurnal ILMAN (Jurnal Ilmu Manajemen)*, 12(1), 44-47.
- Duffett, R., & Wakeham, M. (2016). Social media marketing communication effect on attitudes among Generation Z consumers. *Journal of Marketing Management*, 32(15–16), 1464–1488.
- Fakhri, M. N., Zakiah, F. N., & Novia, L. (2025). Literasi Digital dan Kesadaran Budaya sebagai Solusi Tantangan Atemporalitas dalam Komunikasi Antarbudaya. *Al-Jamahiria: Jurnal Komunikasi dan Dakwah Islam*, 3(1), 89-102.
- Hasan, K., Utami, A., Izzah, N., & Ramadhan, S. C. (2023). Komunikasi di era digital: Analisis media konvensional vs new media pada kalangan mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh angkatan 2021. *Jurnal Komunikasi Pemberdayaan*, 2(1), 56-63.
- Hasibuan, S. R., Sumanti, S. T., & Rozi, F. (2023). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap pola perilaku komunikasi siswa SMA Ar-Rahman Medan. *Sibatik Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 2(5), 1411-1418.
- Khairiah, A., Prasasti, T. I., Putri, M. A., Sanjaya, I., & Rizki, T. (2025). PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI GENERASI Z. *Inspirasi Edukatif: Jurnal Pembelajaran Aktif*, 6(4).
- Kustiawan, W., Siregar, F. K., Alwiyah, S., Lubis, R. A., Gaja, F. Z., & Pakpahan, N. S. (2022). Komunikasi massa. *Journal Analytica Islamica*, 11(1), 134-142.
- Lestari, F. A., & Arni, A. (2023). Pengaruh Ketergantungan Media Komunikasi Terhadap Perilaku Komunikasi (Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Makassar). *Jurnal Komunikasi dan Organisasi (J-KO)*, 5(2), 69-74.
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media sosial dalam mempererat interaksi antar keluarga di desa Esandom kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, 2(1).
- Muharram, M. R., Prayoga, I., Berasa, K. W., Naibaho, S. Y., & Harahap, N. (2024). Dampak Teknologi Komunikasi Terhadap Hubungan Antarpersonal Mahasiswa Dengan Dosen. *Jurnal Bisnis dan Komunikasi Digital*, 1(4), 7-7.
- Ontoh, T. A., Ontoh, F. A., Ngutra, L. L. G., & Kastera, V. C. (2024). Dampak Konten Di Media Sosial Terhadap Public Speaking Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Mercu Buana Yogyakarta. *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 4(1), 95-99.
- Putri, Z. H. A., Pradana, N. R., Yustraini, Y. A., & Efansyah, A. D. (2024). Analisis Pengaruh Chat GPT terhadap Keterampilan, Kolaborasi, dan Kreativitas Mahasiswa: Metode Systematic Literature Review Identifikasi Dampak dan Pengaruh. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 4(2), 7983-7999.
- Rahman, R. (2024). Pengaruh Komunikasi Interpersonal terhadap Partisipasi Mahasiswa Universitas

- Hang Tuah Pekanbaru dalam Kegiatan Kampus. *Sagara Komunika*, 1(1), 27-32.
- Setiawan, B., Sari, I. J., Larasaty, K., Mahira, N. H., Ramadhani, W. I., & Nugraha, J. T. (2025). PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DI ERA MODERN MEMPENGARUHI POLA KOMUNIKASI MAHASISWA. *Journal of Governance and Public Administration*, 2(2), 468-479.
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021). Perubahan perilaku komunikasi generasi milenial dan generasi z di era digital. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69-87.