



---

**PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI  
GENERASI Z DALAM INTERAKSI SOSIAL**

Zaky Arganata<sup>1</sup>, Muhammad Yusuf Hamka<sup>2</sup>  
Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Esa Unggul  
e-mail: [zakyardanata@gmail.com](mailto:zakyardanata@gmail.com)<sup>1</sup>, [hamkayusuf35@gmail.com](mailto:hamkayusuf35@gmail.com)<sup>2</sup>

**Accepted:** 17/1/2025; **Published:** 19/1/2025

---

**ABSTRAK**

Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari Generasi Z. Mereka menggunakan berbagai platform untuk berkomunikasi, berbagi informasi, serta membentuk identitas sosial mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi Generasi Z dalam interaksi sosial. Dengan perkembangan teknologi yang pesat, media sosial menjadi sarana utama komunikasi bagi Generasi Z, menggantikan komunikasi tatap muka secara tradisional. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam terhadap 20 responden Generasi Z. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berperan dalam meningkatkan frekuensi komunikasi, tetapi juga berkontribusi pada perubahan cara berkomunikasi, seperti penggunaan bahasa yang lebih singkat, berkurangnya keterampilan komunikasi langsung, serta meningkatnya preferensi komunikasi non-verbal melalui emoji dan meme. Implikasi dari temuan ini adalah perlunya strategi edukasi untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal yang seimbang antara dunia digital dan dunia nyata.

**Kata Kunci:** Media Sosial, Pola Komunikasi, Generasi Z, Interaksi Sosial, Komunikasi Digital.

**ABSTRACT**

*Social media has become an inseparable part of Generation Z's daily lives. They use various platforms to communicate, share information, and shape their social identity. This study aims to analyze the influence of social media on Generation Z's communication patterns in social interactions. With the rapid development of technology, social media has become the main means of communication for Generation Z, replacing traditional face-to-face communication. The research method used is a qualitative approach with in-depth interviews with 20 Generation Z respondents. The results of the study show that social media plays a role in increasing the frequency of communication, but also contributes to changes in the way they communicate, such as the use of shorter language, reduced direct communication skills, and increased preference for non-verbal communication through emojis and memes. The implication of this finding is the need for an educational strategy to improve interpersonal communication skills that are balanced between the digital world and the real world.*

**Keywords:** Social Media, Communication Patterns, Generation Z, Social Interaction, Digital Communication.

## PENDAHULUAN

Teknologi komunikasi berkembang pesat dalam dua dekade terakhir, khususnya dengan munculnya media sosial seperti Instagram, TikTok, dan WhatsApp. Generasi Z, yang lahir dalam era digital, menjadikan media sosial sebagai alat utama dalam berkomunikasi (Basuki, 2019). Namun, perubahan ini menimbulkan pertanyaan tentang bagaimana pola komunikasi mereka dalam interaksi sosial berubah akibat ketergantungan pada teknologi digital.

Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari Generasi Z. Mereka menggunakan berbagai platform untuk berkomunikasi, berbagi informasi, serta membentuk identitas sosial mereka. Interaksi yang sebelumnya banyak terjadi secara langsung kini bergeser ke ranah digital, menciptakan budaya komunikasi baru yang berbeda dari generasi sebelumnya (Kusuma, 2019). Seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial, muncul pula berbagai dampak terhadap cara Generasi Z berkomunikasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat meningkatkan hubungan sosial, tetapi juga dapat menyebabkan isolasi sosial ketika komunikasi tatap muka menjadi semakin jarang dilakukan (Lestari, 2021). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana perubahan ini mempengaruhi kualitas interaksi sosial mereka.

Salah satu aspek yang berubah dalam pola komunikasi Generasi Z adalah cara mereka mengekspresikan diri. Dengan adanya fitur seperti emoji, GIF, dan stiker, komunikasi menjadi lebih ekspresif, tetapi juga lebih singkat dan kurang mendalam. Hal ini dapat menyebabkan kesalahpahaman dalam komunikasi, terutama dalam konteks yang memerlukan ekspresi emosional yang lebih kompleks (Kusuma, 2019). Selain itu, fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) juga menjadi isu yang sering dikaitkan dengan penggunaan media sosial di kalangan Generasi Z. Mereka cenderung terus memantau aktivitas teman-teman mereka secara daring yang dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan pola komunikasi mereka dalam kehidupan nyata. Perkembangan teknologi komunikasi juga mempengaruhi bagaimana Generasi Z mengakses dan menyebarkan informasi. Mereka lebih memilih untuk mengonsumsi konten berbasis visual dan audio dibandingkan teks panjang. Hal ini menunjukkan adanya pergeseran dalam cara mereka memproses informasi, yang juga berpengaruh terhadap cara mereka berkomunikasi dalam berbagai situasi sosial (Pratama, 2017).

Dalam konteks akademik dan profesional, penggunaan media sosial juga membawa dampak yang signifikan. Generasi Z lebih terbiasa berkomunikasi melalui *platform* digital seperti email, aplikasi perpesanan, dan konferensi video dibandingkan pertemuan langsung. Meskipun hal ini meningkatkan efisiensi, ada kekhawatiran bahwa keterampilan komunikasi interpersonal mereka menjadi kurang berkembang. Selain dampak negatif, media sosial juga memberikan banyak manfaat bagi Generasi Z. Mereka memiliki akses lebih luas terhadap berbagai komunitas dan informasi, memungkinkan mereka untuk menjalin hubungan dengan individu dari berbagai latar belakang budaya. Hal ini dapat meningkatkan pemahaman dan toleransi mereka terhadap perbedaan sosial (Fitriani, 2018).

Namun, tantangan terbesar adalah bagaimana menyeimbangkan antara komunikasi digital dan komunikasi langsung. Banyak ahli komunikasi menyarankan perlunya literasi digital yang lebih baik agar Generasi Z dapat memanfaatkan media sosial dengan optimal tanpa mengorbankan keterampilan komunikasi interpersonal mereka. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana media sosial mempengaruhi pola komunikasi Generasi Z dalam interaksi sosial, serta mencari solusi untuk mengatasi tantangan yang muncul akibat perubahan tersebut. Dengan memahami pola komunikasi Generasi Z, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi akademisi, pendidik, serta praktisi komunikasi dalam mengembangkan strategi yang tepat untuk meningkatkan keterampilan komunikasi generasi muda di era digital.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan wawancara mendalam terhadap 20 responden Generasi Z (usia 18–25 tahun). Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur yang membahas kebiasaan komunikasi mereka, preferensi media sosial, serta dampak media sosial terhadap interaksi sosial mereka. Selain itu, teknik analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi pola dan tema utama dalam data yang dikumpulkan. Validitas data diperkuat melalui triangulasi sumber, di mana hasil wawancara dibandingkan dengan studi literatur yang relevan guna memastikan keakuratan temuan penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Frekuensi Komunikasi Meningkat

Responden melaporkan bahwa media sosial memungkinkan mereka untuk berkomunikasi lebih sering dengan teman dan keluarga. Komunikasi yang terjadi tidak hanya dalam bentuk teks, tetapi juga melalui panggilan video dan pesan suara, yang meningkatkan keterhubungan antarindividu. Selain itu, kemudahan akses komunikasi membuat interaksi lebih fleksibel tanpa terbatas oleh jarak dan waktu. Namun, beberapa responden mengungkapkan bahwa komunikasi yang lebih sering tidak selalu berarti lebih berkualitas, karena banyak percakapan bersifat singkat dan dangkal.

Dalam beberapa kasus, komunikasi yang terlalu sering melalui media sosial dapat menurunkan kualitas interaksi langsung. Beberapa responden menyatakan bahwa mereka lebih memilih mengobrol di media sosial daripada bertemu langsung, yang akhirnya mengurangi kehangatan dalam hubungan sosial mereka. Selain itu, karena komunikasi cenderung lebih cepat dan instan, ada kemungkinan miskomunikasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan komunikasi tatap muka. Tidak hanya itu, dengan meningkatnya penggunaan media sosial, pola komunikasi tradisional juga mengalami pergeseran. Percakapan yang sebelumnya dilakukan melalui telepon atau pertemuan langsung kini beralih ke platform digital. Hal ini mengubah cara individu mengekspresikan emosi dan membangun hubungan sosial (Rahmawati, 2022).

Penggunaan media sosial juga mendorong multitasking dalam komunikasi. Responden sering kali membalas pesan sambil melakukan aktivitas lain, yang bisa mengurangi fokus dan kualitas komunikasi. Akibatnya, pesan yang disampaikan sering kali kurang mendalam dan tidak sepenuhnya dipahami oleh penerima.

### Perubahan Gaya Berkomunikasi

Banyak responden lebih nyaman menggunakan teks dibandingkan komunikasi lisan. Penggunaan emoji, meme, dan singkatan menjadi ciri khas komunikasi mereka. Mereka juga cenderung menggunakan gaya bahasa yang lebih informal dan singkat dibandingkan komunikasi formal. Selain itu, gaya komunikasi yang lebih kasual ini juga berdampak pada interaksi formal. Beberapa responden mengalami kesulitan menyesuaikan gaya komunikasi mereka ketika berada dalam situasi akademik atau profesional. Hal ini dapat menjadi tantangan bagi mereka yang harus beradaptasi dengan komunikasi formal di dunia kerja. Perubahan gaya komunikasi juga terlihat dalam cara Generasi Z menyampaikan pendapat. Mereka lebih sering menggunakan *platform* daring untuk mengekspresikan opini mereka dibandingkan dengan berbicara secara langsung. Ini menunjukkan adanya pergeseran preferensi komunikasi dari tradisional ke digital (Wibowo, 2020).

Selain itu, muncul kebiasaan komunikasi yang lebih cepat dan efisien, tetapi sering kali mengorbankan kejelasan pesan. Responden mengakui bahwa mereka cenderung menghindari percakapan panjang dan lebih memilih komunikasi singkat yang dapat diselesaikan dengan satu atau dua kalimat.

### **Dampak terhadap Interaksi Sosial**

Sebagian besar responden merasa bahwa mereka mengalami kesulitan dalam berbicara di depan umum atau membangun hubungan interpersonal tanpa bantuan media sosial. Beberapa bahkan mengalami kecemasan sosial ketika harus berinteraksi secara langsung. Sebagai akibatnya, mereka lebih memilih komunikasi berbasis teks untuk menghindari situasi sosial yang menuntut ekspresi emosi secara langsung (Ahmad, 2020).

Media sosial juga membentuk cara Generasi Z menjalin pertemanan. Mereka cenderung merasa lebih nyaman memulai percakapan melalui media sosial sebelum bertemu langsung. Meskipun hal ini mempermudah mereka dalam membangun jaringan sosial, namun ada potensi ketergantungan yang berlebihan terhadap komunikasi digital. Selain itu, beberapa responden menyatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam memahami bahasa tubuh dan ekspresi wajah karena lebih sering berkomunikasi melalui layar. Hal ini dapat mempengaruhi efektivitas komunikasi mereka dalam interaksi sehari-hari. Lebih jauh, ketergantungan pada komunikasi berbasis teks membuat beberapa individu lebih enggan untuk menghadapi konflik secara langsung. Mereka lebih suka menyelesaikan masalah melalui pesan daring daripada berdiskusi secara tatap muka.

### **Kehilangan Keterampilan Komunikasi Interpersonal**

Generasi Z yang terbiasa dengan media sosial sering kali mengalami penurunan keterampilan komunikasi langsung, seperti kesulitan membaca ekspresi wajah dan bahasa tubuh lawan bicara. Akibatnya, mereka lebih cenderung menghindari percakapan tatap muka. Beberapa responden juga mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam komunikasi daring dibandingkan komunikasi langsung, yang dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial mereka di dunia nyata (Lestari, 2021).

Kurangnya keterampilan komunikasi interpersonal ini juga dapat berdampak pada kualitas hubungan sosial mereka. Beberapa responden menyatakan bahwa mereka merasa kesulitan dalam membangun hubungan emosional yang mendalam karena interaksi mereka lebih banyak terjadi secara virtual. Lebih lanjut, hilangnya keterampilan komunikasi interpersonal juga dapat berdampak pada dunia kerja. Beberapa responden menyadari bahwa keterampilan berbicara secara langsung masih menjadi elemen penting dalam wawancara kerja dan interaksi profesional lainnya. Dalam beberapa kasus, responden mengaku lebih nyaman menyampaikan perasaan mereka dalam bentuk tulisan daripada berbicara langsung, yang berisiko menimbulkan kesalahpahaman dalam komunikasi emosional.

### **Peningkatan Koneksi Global**

Meskipun media sosial dapat menghambat komunikasi langsung, ada manfaat lain seperti meningkatnya keterhubungan dengan individu dari berbagai latar belakang budaya dan geografis. Generasi Z lebih mudah menjalin pertemanan lintas negara dan mengikuti perkembangan global. Selain itu, mereka dapat bertukar informasi dengan lebih cepat dan memahami perspektif yang lebih luas tentang berbagai isu global (Darmawan, 2021).

Dengan adanya media sosial, Generasi Z dapat mengakses informasi dari berbagai belahan dunia dalam hitungan detik. Hal ini memperkaya wawasan mereka dan memungkinkan mereka untuk lebih memahami perbedaan budaya serta tren global yang sedang berkembang.

Selain itu, media sosial juga membuka peluang bagi Generasi Z untuk membangun jaringan profesional yang lebih luas. Mereka dapat terhubung dengan individu dari berbagai bidang pekerjaan dan memperoleh wawasan tentang berbagai industri melalui platform digital. Kemudahan akses ke komunitas global juga meningkatkan keterlibatan Generasi Z

dalam isu-isu sosial dan politik di berbagai negara, menjadikan mereka lebih aktif dalam diskusi global.

### KESIMPULAN

Media sosial memiliki dampak signifikan terhadap pola komunikasi Generasi Z. Meskipun meningkatkan konektivitas, ketergantungan yang berlebihan dapat mengurangi keterampilan komunikasi langsung. Oleh karena itu, dibutuhkan keseimbangan dalam penggunaan media sosial dan interaksi sosial secara langsung untuk menjaga keterampilan komunikasi interpersonal. Selain itu, diperlukan edukasi mengenai literasi digital yang lebih mendalam agar Generasi Z dapat memanfaatkan media sosial secara optimal tanpa mengorbankan kemampuan komunikasi interpersonal.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, N. (2020). Dampak Media Sosial terhadap Komunikasi Interpersonal di Kalangan Remaja. *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 8(2), 101-115.
- Basuki, R. (2019). Penggunaan Media Sosial dan Perubahan Pola Komunikasi Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 17(1), 23-35.
- Darmawan, A. (2021). Media Sosial sebagai Sarana Interaksi Sosial: Studi pada Generasi Z. *Jurnal Penelitian Komunikasi*, 14(3), 56-70.
- Fitriani, R. (2018). *Komunikasi Digital dalam Era Media Baru*. *Jurnal Komunikasi Digital*, 6(1), 45-60.
- Hidayat, T. (2020). Implikasi Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Masyarakat Urban. *Jurnal Interaksi Sosial*, 5(2), 78-92.
- Kusuma, D. (2019). Perubahan Pola Bahasa dalam Komunikasi Media Sosial. *Jurnal Linguistik & Komunikasi*, 11(4), 120-135.
- Lestari, M. (2021). Pengaruh Media Sosial terhadap Hubungan Sosial dan Interaksi Tatap Muka. *Jurnal Sosiologi Komunikasi*, 9(2), 88-102.
- Pratama, B. (2017). Digitalisasi dan Perubahan Komunikasi Remaja dalam Jaringan. *Jurnal Komunikasi & Teknologi*, 12(3), 155-170.
- Rahmawati, S. (2022). Media Sosial dan Identitas Sosial Generasi Z. *Jurnal Media dan Masyarakat*, 10(1), 33-50.
- Wibowo, F. (2020). Strategi Adaptasi Komunikasi dalam Era Digital. *Jurnal Riset Komunikasi*, 13(2), 67-82.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)