

**TREND PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DALAM INTERAKSI SOSIAL REMAJA**

Dr. Syairal Fahmy Dalimunthe, S.Sos.,M.I.Kom., Vebiola Br Simanjorang,  
Rizky Aprilia Pulungan, Putri Domianda  
Universitas Negeri Medan

## Correspondence

Email: vebiolasimanjorang161@gmail.com

No. Telp:

Submitted: 27 April 2024

Accepted: 6 May 2024

Published: 7 May 2024

**Abstrak**

Artikel ini mengkaji trend penggunaan media sosial dalam interaksi sosial remaja. Tulisan ini menggunakan teknik studi kepustakaan atau metode kualitatif deskriptif, dengan menganalisis bagaimana platform media sosial telah memengaruhi cara remaja berinteraksi secara sosial. Hasil menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian pokok kehidupan sosial remaja, memengaruhi pola komunikasi, pembentukan identitas, dan hubungan sosial mereka. Artikel ini dibuat untuk membahas dampak dari penggunaan media sosial tersebut dan bagaimana pandangan guru BK terhadap trend tersebut.

**Kata Kunci:** Media Sosial, Interaksi Sosial, Remaja.

**Pendahuluan:**

Menurut Georg Simmel, masyarakat bukan merupakan suatu kesatuan yang homogen melainkan kumpulan dari berbagai bentuk interaksi yang terjadi antar individu. Masyarakat merupakan The synthesis of many interactions atau sintesis dari banyak interaksi. Menurut Simmel, ada tiga unsur pokok dalam interaksi sosial, yaitu: 1) Individu-individu yang terlibat di dalam interaksi, unsur yang satu ini merupakan subjek dari interaksi sosial, didalamnya terdiri dari individu-individu yang saling berinteraksi atau berhubungan dalam situasi sosial tertentu. 2) Isi dari interaksi, unsur selanjutnya adalah isi yang merupakan objek dari interaksi sosial. Yaitu segala sesuatu yang menjadi perhatian, motif, dan tujuan dari individu-individu yang melakukan interaksi sosial. 3) Pola atau bentuk dari interaksi, unsur yang ketiga merupakan metode atau cara dalam berinteraksi, yaitu berupa aturan, norma, serta gaya yang mengatur hubungan antara individu dalam interaksi sosial. Unsur yang ketiga ini dianggap paling penting untuk membantu memahami masyarakat. Selain menjelaskan mengenai unsur pokok dalam interaksi sosial, Simmel juga mengelompokkan bentuk interaksi sosial menjadi dua, yaitu bentuk asosiatif yang bersifat kooperatif, positif dan harmonis serta bentuk disosiatif yang bersifat negatif, antagonis atau konflikatif.

Menurut Gilin dan Gilin, interaksi sosial adalah hubungan sosial yang sifatnya dinamis dan menyangkut hubungan antara orang perorangan, antara kelompok-kelompok manusia serta antara orang perorangan dengan kelompok manusia.

Adapun, bentuk interaksi sosial bisa dibedakan menjadi dua, yaitu: 1) Proses Sosial Asosiatif, bentuk interaksi sosial ini mengarah pada kesatuan dan sering disebut proses sosial konjungtif atau integratif. Dalam interaksi ini masyarakat berada dalam kondisi yang harmonis dan mengarah pada kerjasama. Bentuk interaksi ini terdiri dari 4 jenis, yaitu kerjasama yang merupakan usaha untuk mencapai tujuan bersama, akomodasi yang bertujuan mencapai keseimbangan, asimilasi yang ditandai dengan usaha mengurangi perbedaan serta akulturasi dengan menerima unsur budaya asing. 2) Proses Disosiatif, bentuk interaksi sosial disosiatif

merupakan kondisi yang tidak harmonis dalam kehidupan masyarakat karena adanya pertentangan di dalamnya. Adapun bentuknya bisa berupa persaingan, kontradiksi seperti penolakan, keraguan dan penyangkalan serta pertentangan.

Teori interaksi sosial yang dikemukakan para ahli menjelaskan bahwa interaksi sosial adalah hubungan sosial yang terjadi antara individu dengan individu, individu dengan kelompok maupun kelompok dengan kelompok.

### **Kajian Literatur**

Gadget adalah salah satu media yang digunakan sebagai alat komunikasi modern. Perkembangan Gadget yang sangat cepat semakin mempermudah komunikasi dalam kehidupan manusia. Gadget adalah Gawai (bahasa Inggris: gadget) adalah suatu instrumen yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang secara spesifik dirancang lebih canggih dibandingkan dengan teknologi yang diciptakan sebelumnya. Perbedaan gawai dengan teknologi yang lainnya adalah unsur kebaruan berukuran lebih kecil. Sebagai contoh:

- 1) Komputer merupakan alat elektronik yang memiliki pembaruan berbentuk gawainya yaitu laptop, notebook, netbook.
- 2) Telepon rumah merupakan alat elektronik yang memiliki pembaruan berbentuk gawainya telepon seluler.

Dewasa ini gadget tidak hanya digunakan oleh kalangan orangtua, pekerja dan profesional lainnya, melainkan hampir semua kalangan baik itu dewasa atau anak-anak sudah memanfaatkan gadget dalam aktifitas sehari-harinya. Sebagian besar orang yang memiliki gadget menghabiskan banyak waktu mereka untuk menggunakan gadget dikarenakan gadget juga memiliki nilai dan manfaat tersendiri bagi kalangan orang tertentu. Akan tetapi tentu saja kita tidak bisa memungkiri bahwa banyak dampak negatif yang berbahaya dalam pemanfaatan gadget terutama bagi kalangan pelajar, remaja, anak dan bahkan balita.

Gadget merupakan salah satu bentuk kemajuan teknologi komunikasi yang sangat cepat selama lebih dari lima tahun terakhir. Gadget selain memiliki fungsi utama sebagai alat komunikasi, juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana lainnya semisal untuk bisnis, sumber informasi, penyimpanan berbagai macam data, sarana hiburan, jejaring sosial, media para produsen gadget mempromosikan barang mereka bahkan sebagai alat dokumentasi.

### **Manfaat dan Efek Negatif Penggunaan Gadget**

#### **1) Manfaat Penggunaan Gadget**

Gadget memiliki fungsi dan manfaat yang relatif sesuai dengan penggunaannya. Fungsi dan manfaat gadget secara umum diantaranya:

##### **a. Komunikasi**

Ilmu pengetahuan manusia semakin berkembang dengan pesat. Jika zaman dahulu manusia berkomunikasi melalui surat yang dikirim menggunakan burung merpati atau penunggang kuda yang memerlukan waktu berhari-hari untuk sampai ditempat yang dituju. Metode tersebut kemudian berkembang melalui tulisan yang dikirimkan melalui pos. Sekarang zaman era globalisasi manusia dapat berkomunikasi dengan mudah, cepat, praktis dan lebih efisien dengan menggunakan handphone.

##### **b. Sosial**

Saat ini Gadget telah dibekali banyak fitur dan aplikasi canggih yang memungkinkan kita untuk dapat berbagi berita, kabar, dan cerita. Sehingga dengan pemanfaatan kecanggihan gadget

tersebut dapat memperbanyak teman memperluas jalinan hubungan dan dengan kerabat yang jauh dengan waktu yang relatif cepat.

### c. Pendidikan

Belajar di zaman pesatnya teknologi memungkinkan peserta didik untuk bisa belajar dimana pun dan kapan pun tanpa dibatasi dinding kelas. Mereka tidak hanya terfokus pada buku namun melalui gadget mereka dapat mengakses berbagai ilmu pengetahuan yang mereka perlukan. Saat ini mereka tidak harus repot pergi ke perpustakaan yang mungkin jauh untuk belajar tentang pendidikan, politik, ilmu pengetahuan umum, agama, cukup dengan gadget ditangan sudah cukup mengantarkan mereka mengunjungi sumber-sumber ilmu tersebut secara cepat dan mudah.

### 2) Efek Negatif Penggunaan Gadget

Disamping aspek manfaatnya, ada pula beberapa dampak negatif penggunaan gadget saat anak-anak menggunakannya. tanpa arahan dari orangtua dan menggunakannya secara berlebihan. Efek negatif penggunaan gadget tersebut diantaranya adalah:

- a) Membuang waktu secara percuma Anak-anak biasanya akan lupa diri dan lupa waktu ketika mereka sedang asyik bermain gadget. Mereka membuang waktu yang dapat mereka manfaatkan untuk aktifitas yang mendukung kematangan berbagai aspek perkembangan pada dirinya untuk aktifitas yang tidak terlalu penting.
- b) Penggunaan gadget terlalu lama dalam seluruh aktifitas sehari-hari akan mengganggu perkembangan dan kesehatan otak. Hal ini juga bisa menimbulkan hambatan dalam kemampuan berbicara (untuk anak balita), serta menghambat kemampuan dalam mengungkapkan pikirannya.
- c) Banyaknya fitur atau aplikasi yang sebenarnya tidak sesuai dengan usia anak, dan diperparah dengan kurangnya akan nilai norma, etika, edukasi dan agama yang bisa menyebabkan anak berperilaku menyimpang.
- d) Semakin sering anak menggunakan gadget terutama dalam jarak pandang yang tidak ideal akan mengganggu kesehatan terutama pada mata. Selain itu penggunaan gadget bimbingan orang tua akan tanpa mengurangi minat baca anak karena terbiasa pada objek bergambar dan bergerak.
- e) Aplikasi dan fitur menarik yang ada dalam gadget bisa menghilangkan ketertarikan anak pada aktifitas sosial seperti bermain atau melakukan kegiatan lain bersama teman-teman seusianya. Hal ini yang membuat mereka bersifat lebih individualis, menutup dan menarik diri dari interaksi sosialnya. Bahkan di hari libur dan diakhir pekan digunakan untuk bermain gadget ketimbang bermain dengan teman-temannya.

Upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak negatif media sosial terhadap interaksi sosial, banyak yang tidak memahami pentingnya komunikasi langsung antar manusia. Di sisi lain, komunikasi langsung (tatap muka) memiliki banyak keunggulan dibandingkan komunikasi elektronik. Namun pada kenyataannya, kebanyakan remaja suka berkomunikasi di dunia maya, dan segala sesuatu terjadi di dunia maya, tetapi perlu diingat bahwa apa yang dilihat di dunia maya tidak selalu sesuai dengan kenyataan fisik. Umpan balik dan tanggapan dari pihak lain jarang terjadi saat berkomunikasi secara online (Husna, 2017).

oleh karena itu perlu upaya- upaya yang dilakukan untuk mengurangi dampak negatif dari penggunaan media sosial diatas yakni sebagai berikut:

1. Pengawasan dan pengontrolan orang tua kepada anak, karena permasalahan interaksi sosial yang kurang akibat media sosial kebanyakan juga terjadi pada anak, sehingga orang tua perlu mengawasi kegiatan anak dengan handphone nya (Aziz & Nurainiah 2018).
2. Untuk para remaja yang telah kecanduan oleh media sosial diharapkan untuk menggunakan media sosial dengan bijak, membatasi penggunaannya sesuai fungsi utama media sosial tersebut agar interaksi langsung dengan masyarakat dapat terjalin secara normal (Aziz & Nurainiah 2018).
3. Jika seseorang telah kecanduan media sosial dan cenderung merubah kepribadiannya dalam hal interaksi sosial di lingkungan masyarakat, maka bisa melakukan upaya konseling dengan seorang psikolog agar mengarahkan seseorang tersebut kembali menjadi seseorang yang memiliki kehidupan sosial seperti berkomunikasi yang baik dengan lingkungan sekitarnya, menghindarkannya dari perbuatan yang dapat merusak moralnya, kepedulian, toleransi atas sesama dapat tumbuh lagi dengan baik (Elmansyah, 2017).

### **Metode penelitian**

Adapun metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini, adalah menggunakan metode kualitatif deskriptif, yaitu dengan teknik studi kepustakaan. Yaitu bentuk penelitian konseptual dengan menguraikan beberapa teori para ahli terkait variabel penelitian, dan membandingkannya dengan kehidupan nyata serta menambahkan beberapa argumen terkait teori yang ada. Penelitian ini mengumpulkan beberapa sumber yang berkaitan dengan topik artikel, lalu dianalisis dengan cara menelaah teori-teori tersebut.

### **Hasil penelitian**

Remaja dengan kontrol diri tinggi cenderung tidak mengarah pada perilaku kecanduan gadget. Sebaliknya, remaja yang memiliki kontrol diri rendah cenderung mudah untuk kecanduan gadget. Hasil ini sesuai dengan penelitian Sulistyoko dkk (2020), yang juga melihat kontrol diri yang tinggi terhadap internet mempengaruhi cara remaja untuk tidak tenggelam terhadap penggunaan internet dan mampu menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan. Kecanduan gadget terjadi ketika individu tidak dapat bersikap disiplin terhadap kehidupannya. Penelitian yang dilakukan Adly dkk (2020) terhadap 275 siswa mengenai pengaruh self-control dengan disiplin pada siswa menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan disiplin pada siswa. Penelitian Putri & Prasetyaningrum (2018) juga menemukan hubungan kontrol diri dengan intensitas bermain game online pada siswa sekolah dasar. Semakin tinggi kontrol diri pada siswa semakin rendah intensitas bermain game online pada siswa.

Bhattacharyya (2015) juga mengungkapkan bahwa ketergantungan pada teknologi menyebabkan hilangnya produktivitas secara signifikan dan dapat menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal. Kondisi ini disebabkan bahwa dalam proses sebagian besar perilaku adiktif dikarenakan kurangnya kontrol atas tindakan adiktif tersebut (Shirinkam dkk, 2016). Jadi, apabila remaja memiliki kontrol diri yang rendah, salah satu perilaku negatif yang dapat ditimbulkan adalah penggunaan gadget yang berlebihan.

Jadi, dalam penggunaan media sosial yang sudah menjadi topik yang sering dibahas ini kita bisa melihat bagaimana remaja dengan kontrol diri yang rendah akan mudah kecanduan pada penggunaan media sosial dalam kehidupannya, karena itu diperlukan cara mencegah atau mengurangi kecanduan media sosial ini terhadap kehidupan sosial remaja.

### **Pembahasan**

Guru BK atau konselor memiliki peran penting dalam memantau penggunaan media sosial dalam interaksi sosial remaja sekarang, melihat mudahnya remaja untuk terikut dalam pergaulan yang mungkin mereka tidak tahu adalah hal yang melanggar hukum, maka guru BK disini perlu memberikan langkah-langkah pencegahan agar remaja yang menggunakan media sosial dalam interaksinya tidak terjerumus hal-hal yang bisa mengganggu atau menghambat proses perkembangan mereka secara psikologis.

Langkah-langkah dalam pencegahan yang dilakukan dapat dengan cara:

- a) Memberikan nasehat, pengawasan dan pendampingan yang maksimal baik di rumah, di lingkungan sekolah, maupun masyarakat.
- b) Mengadakan kegiatan-kegiatan positif seperti kegiatan keagamaan yang dilakukan setiap hari dengan tujuan agar peserta didik mempunyai kebiasaan yang baik dan terpuji.
- c) Pelanggaran-pelanggaran yang terjadi pada siswa/i langsung diberikan hukuman sesuai dengan pelanggaran yang ada.

Ataupun sebagai guru BK ada beberapa tindakan dalam upaya untuk mengatasi hal diatas:

#### a) Tindakan Preventif

Tindakan preventif merupakan suatu tindakan mencegah timbulnya kenakalan remaja akibat kecanduan media sosial. Bisa dilakukan dengan memberikan layanan informasi kepada remaja tentang bahaya terlalu sering berinteraksi secara online dan banyaknya bahaya yang ada di internet, dan juga bimbingan tentang cara penggunaan media sosial yang baik serta untuk menghindari hal-hal yang tidak baik di dunia maya.

#### b) Tindakan Represif

Usaha menindak pelanggaran norma-norma sosial dan moral dapat dilakukan dengan mengadakan hukuman terhadap setiap perbuatan pelanggaran. Banyak remaja yang sudah terlanjur kecanduan menggunakan media sosial untuk berinteraksi cenderung tidak bisa menyaring mana hal baik di media sosial yang bisa dilakukan dan mana yang tidak sesuai moral atau peraturan yang ada di lingkungan sosial, karena itu diperlukan tindakan yang bisa membuat efek jera pada remaja yang melanggar peraturan.

#### c) Tindakan Kuratif

Tindakan kuratif yaitu membimbing anak yang sudah terlanjur melakukan kesalahan, untuk mencegah kesalahan tersebut menjangkiti remaja lainnya dan perkembangan psikologis remaja bisa terbentuk begitu juga moral remaja tersebut.

### **Kesimpulan**

Remaja dengan kontrol diri tinggi cenderung tidak mengarah pada perilaku kecanduan gadget. Sebaliknya, remaja yang memiliki kontrol diri rendah cenderung mudah untuk

kecanduan gadget. Guru BK atau konselor memiliki peran penting dalam memantau penggunaan media sosial dalam interaksi sosial remaja sekarang, melihat mudahnya remaja untuk terikat dalam pergaulan yang mungkin mereka tidak tahu adalah hal yang melanggar hukum, maka guru BK disini perlu memberikan langkah-langkah pencegahan agar remaja yang menggunakan media sosial dalam interaksi sosial nya tidak terjerumus hal-hal yang bisa mengganggu atau menghambat proses perkembangan mereka secara psikologis.

Penggunaan gadget dalam berinteraksi memang memudahkan remaja untuk berkomunikasi jarak jauh dan bahkan mendapatkan teman baru. Namun, jika penggunaan gadget dilakukan secara berlebihan maka akan berdampak buruk bagi kesehatan baik fisik maupun psikologis. Dimana secara fisik akan menurunkan kesehatan mata akibat terpapar cahaya gadget, dan insomnia akibat terlalu lama menggunakan gadget. Serta mental yang terganggu dimana remaja menjadi sulit bergaul secara langsung dengan orang lain, dan tidak bisa membedakan mana dunia nyata dengan dunia maya.

### Saran

Sebagai orang tua dan guru diharapkan dapat memberikan pemantauan ekstra terhadap remaja yang sudah menggunakan gadget, dan membatasi penggunaan media sosial bagi anak agar dampak negatif dapat dihindari dan dampak positif bisa diterapkan, apalagi usia remaja adalah usia mencari jati diri, dan merupakan usia pematangan mental bagi individu, jadi sebagai pendidik dan orang tua kita harus bisa membimbing anak agar tidak salah jalan.

### Penutup

Sekian artikel ini disampaikan semoga bisa berguna bagi kita semua, mohon maaf jika ada kesalahan dalam penyampaian dan terima kasih sudah membaca artikel ini. Diharapkan kritik dan saran membangun nya agar penulis bisa lebih baik lagi dalam membuat artikel ilmiah.

### Daftar Pustaka

- Sudariyanto, S. P. (2020). *Interaksi Sosial*. Alprin.
- Fahri, L. M., & Qusyairi, L. A. H. (2019). *Interaksi sosial dalam proses pembelajaran*. Palapa, 7(1), 149-166.
- Syahyudin, D. (2019). *Pengaruh gadget terhadap pola interaksi sosial dan komunikasi siswa*. *Gunahumas*, 2(1), 272-282.
- Pratidina, N. D., & Mitha, J. (2023). *Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Interaksi Sosial Masyarakat: Studi Literature*. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 810-815.
- Mumbaasithoh, L., Ulya, F. M. A., & Rahmat, K. B. (2021). *Kontrol diri dan kecanduan gadget pada siswa remaja*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1), 33-42.
- Rini, M. K., & Huriah, T. (2020). *Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget Pada Remaja: Literature Review*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1).
- Firdaus, W., & Marsudi, M. S. (2021). *Konseling remaja yang kecanduan gadget melalui terapi kognitif behavior*. *Studia: Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), 15-24.
- Fauzyah, P. F. (2023). *Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Siswa Kecanduan Media Sosial Di Man Pematangsiantar (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara)*.

- Marlia, A., Darmawan, M. I., Sari, I. T., Rendrahadi, D., Nosa, A., Agustina, A., & Kusmara, P. W. (2023). PERAN GURU BK DAN PAI DALAM MENGATASI PROBLEMATIKA TERHADAP TREND MEDIA SOSIAL REMAJA SMP SHAILENDRA PELEMBANG. SIGNIFICANT: Journal Of Research And Multidisciplinary, 2(02 Desember), 299-211.
- Nur, A. (2020). Peran Guru BK dalam Mengatasi Penyalahgunaan Media Sosial di Kecamatan Walenrang Utara dan Lamasi Kabupaten Luwu (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO).