

HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN MEDIA SOSIAL DENGAN EFEKTIVITAS KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 CEPU

Prayogi Seno Utomo, Diana Rusmawati

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia, 50275

yogiutomo7@gmail.com

Abstrak

Kecanduan media sosial adalah perilaku menggunakan media sosial secara berlebihan yang mengakibatkan tersitanya waktu dan tidak dapat mengontrol penggunaannya dikarenakan kegiatan tersebut memberikan arti yang penting. Sedangkan, efektivitas komunikasi interpersonal adalah tercapainya suatu pemahaman yang sama dari proses penyampaian pesan dari kedua belah pihak ketika berkomunikasi, dimana isi pesan tersampaikan dengan tidak menimbulkan kesalahpahaman serta berlangsung secara kondusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan media sosial dan efektivitas komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu yang berjumlah 360 siswa. Sampel sejumlah 178 siswa diambil dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Hasil dari analisis regresi sederhana menunjukkan hubungan negatif antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal, dengan koefisien korelasi $R_{xy} = -0,346$ dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Artinya bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan media sosial maka semakin rendah efektivitas komunikasi interpersonal, begitu juga sebaliknya. Kecanduan media sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 11,9% terhadap efektivitas komunikasi interpersonal.

Kata Kunci: Kecanduan Media Sosial, Efektivitas Komunikasi Interpersonal, Remaja

Abstract

Social media addiction is excessive use of social media which caused time wasting and cannot control while using it because these activities provided important meaning. Meanwhile, the effectiveness of interpersonal communication is achieved a common understanding from the process of delivering the message from each two sides while communication occurred, where the content of the message not making any misunderstanding and occurred on safe and conducive situation. This research aim is to understand relation between social media addiction and the effectiveness of interpersonal communication of eleventh grade's students in public senior high schools 1 Cepu. The population of this research is 360 students. There are 178 sample which chosen by cluster random sampling technique. The results of simple regression analysis shows that there is negative relationship between social media addiction and the effectiveness of interpersonal communication, with coefficient correlations between variable is $R_{xy} = -0,346$ while the signification is 0,000 ($p < 0,05$). The result mean, the higher social media addiction, causes lower effectiveness of interpersonal communication. The opposite, the lower social media addiction causes higher effectiveness of interpersonal communication. Social media addiction has an effective effect of 11,9% on the effectiveness of interpersonal communication.

Kata Kunci: Social Media Addiction, Effectiveness of Interpersonal Communication, Adolescence

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial, hal ini berarti manusia tidak bisa berdiri sendiri dan membutuhkan manusia lainnya untuk hidup. Individu sebagai makhluk sosial dimanapun berada akan selalu berelasi dengan sesama manusia. Relasi diartikan sebagai upaya untuk menyampaikan ataupun menerima informasi serta memiliki tujuan dalam perilakunya. Salah satu hubungan atau relasi yang dilakukan oleh manusia adalah dengan melakukan komunikasi. Salah satu bentuk komunikasi adalah komunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal memiliki tujuan salah satunya untuk membina hubungan baik ataupun kerjasama, bukan untuk terjadinya konflik maupun kesalahpahaman, berdasar itu maka komunikasi interpersonal yang baik adalah komunikasi yang bersifat efektif. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh AW (2011) efektivitas komunikasi interpersonal bersifat positif apabila hasil dari komunikasi tersebut mengarah pada suatu kerjasama dan bersifat negatif apabila mengarah kepada suatu konflik atau pertentangan. Efektivitas komunikasi interpersonal yang ada disekolah diharapkan mengarah kepada suatu kerjasama yang ditandai dengan timbulnya sikap menghormati, empati, rendah hati dan meningkatnya hubungan antar pribadi yang terlibat dalam komunikasi interpersonal, pengertian yang sama terhadap maksud dari pesan dan melaksanakan pesan secara sukarela.

Sedangkan menurut Sugiyo (2005), komunikasi interpersonal negatif yang terbentuk disekolah memiliki dampak yang kurang baik yaitu kurang optimalnya pengembangan potensi akademik siswa, kehidupan sosial dan kepribadiannya, hal ini dikarenakan melalui efektivitas komunikasi interpersonal seseorang dapat mengetahui seberapa dikenal dirinya oleh lingkungan dan hal ini dapat menghindarkan individu dari penolakan oleh lingkungan hal ini dapat diperoleh melalui meningkatkan efektivitas komunikasi interpersonal agar kesehatan mental individu menjadi sehat. Dalam penelitian ini subjek merupakan siswa dan siswi kelas XI, dimana hal ini berarti subjek pada tahapan perkembangan remaja.

Siswa yang mengalami kesulitan berkomunikasi antar teman sebaya akan berdampak pada sulitnya menyesuaikan diri dengan teman sebaya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni'mah, Hardjajani dan Karyanta (2010) yang menyebutkan bahwa semakin tinggi komunikasi interpersonal dengan teman sebaya maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial pada remaja, begitu sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal maka semakin rendah pula penyesuaian sosial pada remaja. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Yuswanita (2011) yang menyebutkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan pada tingkat penerimaan sosial pada remaja.

Selain itu, menurut Bagaswuri (2018) menyebutkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan positif yang signifikan dengan harga diri, dimana harga diri dapat meningkatkan tingkat penyesuaian diri di lingkungan sosial pada remaja. Menurut (Sulistinganah, 2013), terhambatnya efektivitas komunikasi interpersonal juga dapat menghambat prestasi siswa. Efektivitas komunikasi interpersonal dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek menurut AW (2011) yaitu: a) keterbukaan (*openness*), b) empati (*emphaty*), c) sikap mendukung (*supportiveness*), d) sikap positif (*positiveness*), e) kesetaraan (*equality*).

Semakin marak dan berkembangnya internet berakibat pada semakin banyaknya fasilitas yang disediakan oleh internet, salah satunya media sosial. Media sosial merupakan salah satu fasilitas dari internet yang berguna bagi perkembangan komunikasi antar manusia, namun kehadiran internet pada umumnya dan media sosial pada khususnya tentu memiliki dampak positif dan negatif. Kemunculan situs jejaring sosial ini menyebabkan interaksi interpersonal secara tatap muka (*face-to-face*) cenderung menurun. Menurut penelitian Cahyono (2016) dampak negatif penggunaan media sosial adalah menimbulkan adanya kecanduan, interaksi tatap muka menurun serta menimbulkan konflik.

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Abadi, Sukmawan dan Utari (2013) menjelaskan bahwa remaja yang mengalami kecanduan media sosial dapat memengaruhi perkembangan komunikasi menunjukkan bahwa hubungan di dunia maya memberi pengaruh bagi komunikasi masyarakat pada komunikasi tatap muka. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Subathra, Nimisha, & Hakeem (2013) yang menyatakan ketergantungan dan kecanduan akan membuat seseorang merasa terdorong untuk melakukan kegiatan tertentu berulang kali dan menjadi kegiatan yang berbahaya yang kemudian akan mengganggu kegiatan penting lainnya seperti bekerja atau sekolah.

Masa remaja merupakan masa peralihan dan pertumbuhan dari masa anak-anak ke masa dewasa (Santrock, 2011). Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai 21 tahun pada wanita dan 13 tahun sampai 23 tahun pada pria. Pada periode ini terjadi perubahan-perubahan baik dari sisi psikologis, sosial maupun intelektualnya. Pada remaja salah satu tugas perkembangan yang penting untuk dipenuhi yaitu tercapainya hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan (Hurlock, 2011).

Pada perkembangannya komunikasi melalui media sosial dijadikan pengganti komunikasi secara tatap muka. Pada komunikasi menggunakan media jejaring sosial bisa saja terjadi ketidaksepahaman arti disebabkan tidak ada non verbal yang membantu. Padahal, komunikasi secara non verbal akan membantu untuk menonjolkan atau menekankan beberapa bagian dari pesan verbal (Devito, 2011).

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Abadi, Sukmawan dan Utari (2013) menjelaskan bahwa remaja yang mengalami kecanduan media sosial dapat memengaruhi perkembangan komunikasi menunjukkan bahwa hubungan di dunia maya memberi pengaruh bagi komunikasi masyarakat pada komunikasi tatap muka. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Yuswanita (2011) yang menyebutkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan pada tingkat penerimaan sosial pada remaja. Hal ini juga didukung oleh penelitian Affandi (2013) penggunaan internet yang berlebihan mengakibatkan sifat keterbukaan pada remaja cenderung rendah.

Apabila proses interaksi atau komunikasi yang terjadi di setting sekolah kurang baik, maka akan melahirkan sikap yang apatis, terutama ketika terjadi konflik atau perbedaan pendapat antara satu dan lainnya (Zainuri, 2018). Hal ini didukung oleh penelitian menurut (Sulistinganah, 2013) yang menyebutkan bahwa terhambatnya efektivitas komunikasi interpersonal juga dapat menghambat prestasi siswa. Dalam penelitian ini kecanduan media sosial diukur berdasar aspek menurut Young dan Abreu (2011) yaitu: a) menonjol (*salience*), b) perubahan suasana (*mood*), c) konflik (*conflict*), d) toleransi (*tolerance*), e) gejala *withdrawal*, f) *relapse*.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu. Semakin tinggi kecanduan media sosial maka semakin rendah efektivitas komunikasi interpersonal, sebaliknya semakin rendah kecanduan media sosial maka semakin tinggi efektivitas komunikasi interpersonal.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah 360 siswa dan siswi kelas XI SMA Negeri 1 Cepu yang terbagi menjadi 10 kelas. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah teknik *cluster random sampling* dan jumlah sampel sejumlah 178 siswa terbagi menjadi lima kelas. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert, yang terbagi menjadi skala kecanduan media sosial dan skala efektivitas komunikasi interpersonal. Skala kecanduan media sosial disusun berdasarkan aspek menurut Young dan Abreu (2011) terdiri dari 36 aitem ($\alpha = 0,934$) dan skala efektivitas komunikasi interpersonal disusun berdasarkan aspek menurut AW (2011) yang terdiri dari 28 aitem ($\alpha = 0,884$). Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis regresi sederhana dengan menggunakan program aplikasi komputer *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) versi 23.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasar hasil uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi sederhana, diperoleh hasil koefisien korelasi (r_{xy}) antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal sebesar $-0,346$ dengan signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$). Hasil dari koefisien korelasi tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal, yang artinya semakin tinggi kecanduan media sosial maka semakin rendah efektivitas komunikasi interpersonal. Sebaliknya, semakin rendah kecanduan media sosial maka semakin tinggi efektivitas komunikasi interpersonal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan negatif antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu dapat diterima.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecanduan media sosial memberikan sumbangan efektif sebesar $11,9\%$ terhadap efektivitas komunikasi interpersonal. Berdasarkan penelitian ini juga diketahui bahwa siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu memiliki tingkat kecanduan media sosial pada kategori rendah ($49,43\%$) dan tingkat efektivitas komunikasi interpersonal pada kategori tinggi ($59,55\%$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa siswa kelas kelas XI SMA Negeri 1 Cepu memiliki tingkat kecanduan media sosial yang rendah dan efektivitas komunikasi interpersonal yang tinggi.

Tingkat kecanduan media sosial pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu yang rendah dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu tujuan penggunaan media sosial, kontrol diri dan faktor sosial. Menurut Young (2011) salah satu faktor tingkat kecanduan media sosial menjadi rendah dikarenakan tujuan penggunaan media sosial adalah sebagai media untuk mencari informasi, seseorang yang menggunakan media sosial sebagai media mencari informasi memiliki kemungkinan yang lebih kecil untuk mengalami kecanduan media sosial.

Tingkat kecanduan media sosial pada remaja dapat juga dipengaruhi oleh tingkat kontrol diri remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Muna dan Astuti (2014) menyatakan bahwa remaja memunculkan kecenderungan kecanduan media sosial berkaitan dengan kemampuan remaja untuk melakukan pengendalian atas perilakunya atau kontrol diri. Kemampuan kontrol diri remaja yang baik membuat mereka terhindar dari kecanduan media sosial. Faktor lain yang diperkirakan berpengaruh adalah faktor sosial. Berdasarkan penelitian Montag dan Reuter (2015) dikatakan seseorang memiliki tingkat kecanduan media sosial yang lebih tinggi apabila memiliki kesulitan dalam komunikasi interpersonal atau individu yang mengalami permasalahan sosial.

Tingginya efektivitas komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dari dalam diri remaja sendiri salah satunya adalah kematangan emosional, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Pratama (2017) yang menyebutkan bahwa semakin tinggi kematangan emosional maka semakin tinggi pula kualitas komunikasi interpersonal. Faktor internal selanjutnya adalah keterampilan sosial, Majorsy, Kinasih, Andriani, dan Lisa (2013) menyebutkan bahwa kurangnya keterampilan sosial membuat individu merasa tidak nyaman dan tidak mampu berkomunikasi dengan baik, sulit mengenali isyarat verbal maupun nonverbal, serta kesulitan dalam menyesuaikan perilaku dari berbagai situasi sosial.

Penelitian Yuswanita (2011) yang menyebutkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan pada tingkat penerimaan sosial pada remaja. Hal ini didukung dengan penelitian menurut Bagaswuri (2018) menyebutkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan positif yang signifikan dengan harga diri, dimana harga diri dapat meningkatkan tingkat penyesuaian diri di lingkungan sosial pada remaja. Sedangkan penelitian menurut Sulistinganah (2013) terhambatnya efektivitas komunikasi interpersonal juga dapat menghambat prestasi siswa.

Faktor dari luar diri remaja salah satunya adalah pola asuh orangtua hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fuadi (2012) yang menyebutkan bahwa pola asuh orang tua memiliki peran penting bagi perkembangan kepribadian anak, pembentukan watak dan perkembangan cara berkomunikasi dalam bersosialisasi. Selain faktor pola asuh, kegiatan ekstrakurikuler yang ada di lingkungan SMA Negeri 1 Cepu mendukung tingginya komunikasi secara *facetoface* dan efektivitas komunikasi interpersonal, yaitu palang merah remaja (PMR) dan pramuka.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecanduan media sosial dengan efektivitas komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu. Artinya, semakin tinggi kecanduan media sosial maka semakin rendah efektivitas komunikasi interpersonal. Sebaliknya, semakin rendah kecanduan media sosial maka semakin tinggi efektivitas komunikasi interpersonal. Kecanduan media sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 11,9% terhadap efektivitas komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Cepu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, T. W., Sukmawan, F., & Utari, D. A. (2013). Media sosial dan pengembangan hubungan interpersonal remaja di Sidoarjo. *Jurnal Komunikasi*, 2(1), 95-106.
- Affandi, M. (2013). Pengaruh *game online* terhadap tingkat efektivitas komunikasi interpersonal pada kalangan pelajar kelas 5 SDN 9 Samarinda. *Jurnal. eJournal Ilmu Komunikasi*, 1(4), 177-187.
- AW, S. (2011). *Komunikasi interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bagaswuri, E. B. (2018). Hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal dengan harga diri siswa kelas XII SMAN 1 Semarang. *Jurnal Empati*, 7(20), 361-367
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Skripsi*.
- Devito, J. A. (2011). *Komunikasi antar manusia*. Tangerang: Kharisma.
- Fuadi, A. (2012). Hubungan persepsi pola asuh demokratis orangtua dengan komunikasi interpersonal antara remaja dan orang tua. *Skripsi*.
- Hurlock, E.B. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Majorsy, U., Kinasih, A. D., Andirani, I., & Lisa, W. (2013). Hubungan antara keterampilan sosial dengan kecanduan situs jejaring sosial pada masa dewasa awal. *Jurnal Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur, & Teknik Sipil*, 5. <https://doi.org/1858-2559>.
- Montag, C., & Reuter, M. (2015). *Molecular genetics, personality and internet addiction*. In C. Montag & M. Reuter (Eds.), *Internet addiction, studies in neuroscience, psychology and behavioral economics*. London: Springer International Publishing.
- Muna, R. F., & Astuti, T. P. (2014). Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media Sosial pada remaja akhir. *Jurnal Empati*, 3(4), 481-491.
- Ni'mah., Hardjajani., & Karyanta.(2010). Hubungan antara komunikasi interpersonal dan interaksi teman sebaya dengan penyesuaian sosial pada remaja di SMP Negeri 1 Sukoharjo. *Jurnal Wacana*, 2(2), 85-105.
- Pratama, A. F. (2017). Hubungan antara kematangan emosi dengan komunikasi interpersonal di SMA Negeri 6 Kediri tahun pelajaran 2016/2017. *Skripsi*.
- Santrock. (2011). *Life-span development: Perkembangan masa-hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Subathra, N., & Hakeem. L. (2013). A study on the level of social network addiction among college students. *Social Science*, 3, 355-357.
- Sugiyo. (2005). *Komunikasi antarpribadi*. Semarang: UNNES Press.
- Sulistinganah. (2013). Meningkatkan kemampuan komunikasi antar teman sebaya menggunakan bimbingan kelompok berbasis permainan pada siswa kelas V di SD Negeri 1 Parakancangah Kabupaten Banjarnegara tahun 2012/2013. *Skripsi*.

Young, K. S., & Abreu, C. N .D. (2011). *Kecanduan internet*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Yuswanita, F. (2011). Hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal dengan penerimaan sosial pada remaja. *Skripsi*.