

Pengaruh Durasi Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Komunikasi Interpersonal Remaja Di SMK Az-Zahra

Muhammad Ali Murtadho^{1*}, Fajar Diah Astuti²

¹ Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Komunikasi Universitas Bina Sarana Informatika

² Dosen Universitas Bina Sarana Informatika

^{1*}murtadhoali070301@email.com, ²fajar.fja@bsi.ac.id

Abstrak

Perubahan komunikasi yang dipicu oleh media sosial tidak hanya terbatas pada kecepatan dan aksesibilitas, tetapi juga mencakup perubahan dalam bahasa, gaya komunikasi, dan norma sosial. Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial yang intens juga dapat memengaruhi kemampuan komunikasi langsung, seperti kemampuan berbicara secara tatap muka atau memahami isyarat nonverbal, yang merupakan elemen penting dalam komunikasi tradisional. Hal ini menimbulkan kekhawatiran tentang potensi penurunan kualitas interaksi sosial secara langsung di kalangan remaja (Khairiah et al., 2025). Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode cross-sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik Random Sampling dengan total sampel sebanyak 111 remaja. Penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa kuesioner durasi penggunaan media sosial dan komunikasi interpersonal. Hasil: Penelitian ini menunjukkan mayoritas durasi penggunaan media sosial instagram tinggi sebanyak 51 responden (46,%). Dan hasil penelitian mayoritas mengalami pola komunikasi interpersonal berpengaruh sebanyak 64 responden (57.7%). Hasil uji Chi-square tests menunjukkan nilai $p\text{-value } 0,001 < \alpha 0,005$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh durasi penggunaan media sosial instagram terhadap perubahan komunikasi remaja di SMK Az Zahra Sepatan.

Kata Kunci: Durasi, Media Sosial, Komunikasi Interpersonal,

PENDAHULUAN

Berinteraksi melalui komunikasi adalah salah satu aktivitas fundamental manusia. Dengan berkomunikasi, manusia dapat menjalin hubungan dengan orang lain dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan keluarga, tempat kerja, pasar, masyarakat, atau di mana pun manusia berada. Tidak ada manusia yang tidak terlibat dalam komunikasi. Komunikasi memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia (Asari et al., 2023).

Perubahan komunikasi yang dipicu oleh media sosial tidak hanya terbatas pada kecepatan dan aksesibilitas, tetapi juga mencakup perubahan dalam bahasa, gaya komunikasi, dan norma sosial. Media sosial juga memungkinkan komunikasi multimodal, di mana teks, gambar, dan video digabungkan untuk menyampaikan pesan, menciptakan pengalaman komunikasi yang lebih kaya namun kompleks. Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial yang intens juga dapat memengaruhi kemampuan komunikasi langsung, seperti kemampuan berbicara secara tatap muka atau memahami isyarat nonverbal, yang merupakan elemen penting dalam komunikasi tradisional. Hal ini menimbulkan kekhawatiran tentang potensi penurunan kualitas interaksi sosial secara langsung di kalangan remaja (Khairiah et al., 2025).

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi berdampak besar pada aktivitas manusia. Teknologi yang tumbuh pesat saat ini merupakan teknologi data dimana bagi *Information Technology Association of America* (ITAA) teknologi data ialah rancangan, kajian, pertumbuhan, ataupun sistem data lewat gadget khususnya aplikasi fitur lunak serta fitur keras (Shafa, 2021). Perkembangan teknologi digital yang pesat telah mendorong lahirnya berbagai platform media sosial yang semakin beragam. Beberapa platform baru yang sering digunakan masyarakat saat ini yaitu seperti Facebook, Instagram, dan TikTok yang kini telah berkembang menjadi ruang virtual yang multifungsi (Endarwati & Ekawarti, n.d.).

Databoks data yang menunjukkan bahwa pada tahun 2024, jumlah pengguna internet di Indonesia diperkirakan mencapai lebih dari 221 juta orang, mencakup sekitar 93,4% dari total populasi. Dari angka tersebut, sebanyak 191 juta orang (73,7%) adalah pengguna media sosial, dengan 167 juta (64,3%) di antaranya tercatat sebagai pengguna aktif. Platform seperti YouTube (53,8%), Instagram (47,3%), Facebook (45,9%), WhatsApp (45,2%), dan TikTok (34,7%) menjadi yang paling populer di kalangan masyarakat. Data ini mencerminkan bahwa media sosial memainkan peran sentral dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat Indonesia, baik di tingkat personal maupun komunitas (Trilestari et al., 2025).

Indonesia sendiri termasuk ke dalam empat besar negara pengguna Instagram tertinggi. Lebih lanjut, semenjak pandemi Covid-19, waktu penggunaan Instagram secara global meningkat sebesar 13,8%, padahal sebelumnya hanya

diperkirakan terjadi peningkatan sebesar 1,3%. Peningkatan waktu dalam menggunakan Instagram menjadi masalah yang penting karena waktu yang digunakan untuk mengakses Instagram berpengaruh signifikan terhadap perilaku adiksi Instagram (Safira et al., n.d.).

Napoleon Cat dalam (Shafa, 2021), menulis kembali bahwa pengguna paling banyak masih didominasi oleh kelompok usia 18 hingga 24 tahun dengan rincian 19,3% pengguna perempuan dan 17% pengguna laki-laki. Hasil terbaru yakni pada Agustus 2021, pengguna Instagram di Indonesia meningkat menjadi 98.060.000 dimana kelompok usia 18 hingga 24 tahun juga meningkat menjadi 36.000.000 dan tetap menjadi kelompok usia yang memiliki pengguna terbanyak. Hal ini menunjukkan peningkatan yang sangat drastis, dilihat dari awal pandemi pengguna Instagram sejumlah 62.230.000 menjadi 98.060.000 atau naik sebanyak 35.830.000 pengguna secara umum, sedangkan pada kelompok usia 18 hingga 24 tahun meningkat sebanyak 13.000.000 pengguna dari yang awalnya 23.000.000 menjadi 36.000.000. Selain itu, sebanyak 87% remaja memilih berkomunikasi melalui smartphone daripada berinteraksi antar sesama melalui tatap muka. Kejadian tersebut memperlihatkan bahwa terdapat fenomena *phubbing* di remaja sekarang dimana hal itu dapat mempengaruhi pola komunikasi interpersonal pada remaja (Shafa, 2021).

Perkembangan media sosial sebagai produk revolusi digital global telah mengubah cara manusia berkomunikasi secara signifikan, khususnya di kalangan remaja. Remaja sebagai kelompok usia yang rentan dan eksploratif sangat terpengaruh oleh tren teknologi ini, baik dari sisi kognitif, afektif, hingga perilaku sosial. Data yang dikumpulkan dari Lembaga Perlindungan Anak menunjukkan bahwa penetrasi media sosial dalam kehidupan remaja menciptakan perubahan dalam pola interaksi sehari-hari, mempercepat penyebaran informasi, namun juga membawa potensi risiko seperti *cyberbullying*, penyimpangan perilaku, hingga kerentanan terhadap hoaks. Oleh karena itu, topik mengenai pengaruh media sosial terhadap komunikasi remaja menjadi penting tidak hanya untuk akademisi dan peneliti, tetapi juga bagi lembaga pendidikan dan masyarakat dalam merancang intervensi yang lebih tepat guna (Widyanti et al., 2025).

Remaja yang menggunakan media sosial biasanya memposting aktivitas pribadi, cerita, dan foto bersama teman dan keluarga. Di media sosial, semua orang merasa aman dan bebas mengutarakan komentar dan pendapatnya. Sebab di internet khususnya media sosial sangat mudah untuk salah mengartikan identitas atau jati diri seseorang sehingga dapat melakukan tindak pidana. Faktanya, seiring dengan kemajuan remaja di sekolah, mereka berusaha menemukan identitas mereka dengan menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Namun, para remaja saat ini kerap beranggapan bahwa semakin aktif mereka di media sosial, maka mereka akan dianggap semakin keren dan tren di teman temannya. Sebaliknya, remaja yang tidak memiliki media sosial biasanya dianggap kolot atau ketinggalan jaman dan tidak ramah (Harahap et al., 2024).

Berdasarkan hasil study pendahuluan peneliti mendapatkan data jumlah siswa SMK AZ ZAHRA Sepatan tahun Pelajaran 2025-2026 berjumlah 153 dengan siswa laki-laki 55 dan siswi Perempuan 98 siswi, kelas 10 berjumlah 52 siswa, sedangkan kelas 11 berjumlah 48 siswa dan kelas 12 berjumlah 53 siswa.

Setelah peneliti mengobservasi dan mewawancarai guru di SMK AZ ZAHRA Sepatan maka ditinjau lebih lanjut untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan media sosial instagram terhadap pola komunikasi remaja di SMK AZZAHRA Sehingga berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh durasi penggunaan media sosial instagram terhadap komunikasi interpersonal remaja di SMK AZZAHRA Sepatan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode cross-sectionial yaitu penelitian yang dilakukan untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu waktu (*point of approach*), artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel independen dan dependen (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini peneliti ingin menganalisis Pengaruh durasi penggunaan sosial media instagram terhadap komunikasi interpersonal remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Prasyarat Analisis Data

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas
One-sample kolmogrov-smirnov tets (n=111)

Variabel	(n)	P value
Durasi Penggunaan Media Sosial Instagram	111	0,00
Komunikasi Interpersonal	111	0,00
Total	111	100%

Berdasarkan keterangan dari hasil uji Normalitas Data menggunakan Metode *Kolmogorov Smirnov* didapatkan hasil signifikansi dari uji normalitas Durasi penggunaan media sosial instagram $0,00 > 0,05$ dan komunikasi interpersonal $0,00 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa uji Normalitas berdistribusi tidak normal.

2. Analisis Univariat

a. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Durasi Penggunaan Media Sosial Instagram

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Durasi Penggunaan Media Sosial Instagram (n=111)

Durasi Penggunaan Media Sosial Instagram	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tinggi	51	46 %
Sedang	25	22.5%
Rendah	35	31.5 %
Total	111	100%

Berdasarkan tabel diatas didapatkan jumlah responden yang durasi penggunaan media sosial instagram tinggi sebanyak 51 responden (46%), yang mengalami durasi penggunaan media sosial instagram sedang sebanyak 25 responden (22,5%), yang mengalami durasi penggunaan media sosial instagram rendah sebanyak 35 responden (31,5%).

Durasi penggunaan media sosial memiliki implikasi terhadap keterlibatan digital dan kehidupan sosial. Menurut Valkenburg durasi yang tinggi dalam menggunakan media sosial dapat meningkatkan keterlibatan sosial, tetapi juga bisa memunculkan ketergantungan dan efek psikologis seperti kecemasan sosial. Remaja yang menghabiskan lebih dari dua jam sehari di media sosial memiliki risiko lebih tinggi terhadap masalah kesehatan mental (Saummi et al., 2025).

Berdasarkan hasil tersebut mayoritas durasi penggunaan media sosial instagram tinggi sebanyak 51 responden (46%).

b. Distribusi Frekuensi Pola Komunikasi Interpersonal

Tabel 2.Distribusi Frekuensi Berdasarkan Komunikasi Interpersonal (N=111)

Komunikasi Interpersonal	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Berpengaruh	26	23,4 %
Berpengaruh	64	57.7%
Sangat Berpengaruh	21	18.9 %
Total	111	100%

Berdasarkan tabel diatas didapatkan jumlah responden yang komunikasi interpersonal tidak berpengaruh sebanyak 26 responden (23,4%), yang mengalami komunikasi interpersonal berpengaruh sebanyak 64 responden (57.7%), yang mengalami komunikasi interpersonal sangat berpengaruh sebanyak 21 responden (18,9%).

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang terjadi dalam diri kita. Dalam konteks komunikasi interpersonal, biasanya dilakukan lebih sering terjadi daripada dalam konteks komunikasi lainnya. Secara khusus, komunikasi interpersonal mencakup di mana kita dapat membayangkan, bermimpi, memahami dan memecahkan masalah dalam pikiran kita (Imron, 2023)

Berdasarkan hasil tersebut mayoritas mengalami komunikasi interpersonal berpengaruh sebanyak 64 responden (57.7%).

3. Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Komunikasi Interpersonal (N=111)

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	19.757 ^a	4	.001
Likelihood Ratio	20.565	4	.000
Linear-by-Linear Association	13.257	1	.000
N of Valid Cases	111		

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini responden yang durasi penggunaan media sosial instagram tinggi sebanyak 51 responden (46%), yang mengalami durasi penggunaan media sosial instagram sedang sebanyak 25 responden (22,5%), yang mengalami durasi penggunaan media sosial instagram rendah sebanyak 35 responden (31,5%) sedangkan jumlah responden yang pola komunikasi interpersonal tidak berpengaruh sebanyak 26 responden (23,4%), yang mengalami pola komunikasi interpersonal berpengaruh sebanyak 64 responden (57.7%), yang mengalami pola komunikasi interpersonal sangat berpengaruh sebanyak 21 responden (18,9%).

Hasil dari pengujian yang dilakukan dengan Dari hasil *uji chi-square* didapatkan hasil tarap signifikansi $0,001 < \alpha$ 0,05 sehingga H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya ada pengaruh penggunaan sosial media instagram terhadap perubahan pola komunikasi interpersonal remaja.

Hal ini didukung juga oleh (Lailatul hasanah, 2023) menunjukkan ada hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan komunikasi interpersonal pada remaja di SMK Negeri 1 Percut Sei Tuan dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar - 0.482 dan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Koefisien determinan (r^2) 0,232 yaitu 23,2% artinya sumbangan intensitas penggunaan media sosial terhadap komunikasi interpersonal sebesar 23,2% dan masih terdapat 76,8% dari faktor lain dari komunikasi interpersonal yang tidak dijelaskan dan tidak terlihat dalam penelitian ini (Lailatul hasanah, 2023).

Hasil penelitian dari (ikhwan afandi, 2021) hasil pengujian yang dilakukan dengan Teknik product moment diperoleh r_{xy} 0,889 dengan nilai signifikan 0,000 (nilai signifikan $< 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat kuat media sosial instagram terhadap interaksi sosial anak. Semakin sering anak bermain atau menggunakan media sosial instagram maka akan sangat berpengaruh terhadap intensitas interaksi sosial di lingkungan sekitar (ikhwan afandi, 2021).

Semakin sering remaja bermain atau menggunakan media sosial instagram maka akan sangat berpengaruh terhadap intensitas interaksi sosial remaja di lingkungan sekitar. Sebaliknya jika semakin rendahnya intensitas remaja dalam memainkan media sosial instagram, maka semakin kecil pula pengaruhnya terhadap interaksi sosial remaja di lingkungan sekitarnya.

Penelitian ini menyatakan adanya hubungan media sosial instagram terhadap interaksi sosial remaja. Dimana pada era global ini kita jarang sekali melihat remaja bermain dengan teman-teman sebayanya langsung di luar rumah, mereka lebih asik bermain dengan media sosialnya terutama bermain instagram. Hal ini lah yang membuat intensitas interaksi sosial remaja dengan lingkungan sekitarnya berkurang secara drastis, yang pada akhirnya mereka merasa asing di lingkungan sekitarnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Asari, A., Fahlevi, R., Astuti, S. W., Nugroho, B. S., Hasyim, M., Utami, N. K., Azizah, N., Dewijanti, I. I., Butarbutar, M. H., & Agitha, N. (2023). *Pengantar ilmu komunikasi*.
 Endarwati, E. T., & Ekawarti, Y. (n.d.). *Pengguna Aktif Tiktok*. 4, 112–120.
 Harahap, N., Galib, A., Yasmin, R., Pasya, N., Pratama, H. M., Mazlan, I., & Setiawan, E. B. (2024). *Pengaruh Media Sosial terhadap Perilaku Komunikasi Remaja di Era Digital*. 8, 29841–29848.
 ikhwan afandi. (2021). *PENGARUH MEDIA SOSIAL INSTAGRAM*.

- Imron, A. L. I. (2023). *KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENENTUKAN MINAT MENJADI JURNALIS MUSLIM PADA MAHASISWA KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM IAIN METRO*.
- Khairiah, A., Prasasti, T. I., Putri, M. A., Sanjaya, I., Medan, U. N., Komunikasi, P., & Digital, I. (2025). *PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI GENERASI Z*. 6(4), 193–201.
- Lailatul hasanah. (2023). *HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA REMAJA DI SMK NEGERI 1 PERCUT SEI TUAN*.
- Nursalam. (2020). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*.
- Safira, N. A., Diantina, F. P., Psikologi, P., Psikologi, F., & Bandung, U. I. (n.d.). *Pengaruh Perceived Behavioral Control terhadap Intensi Mengurangi Waktu Penggunaan Instagram pada Mahasiswa Adiksi*. 42–50.
- Saummi, D. W., Holilah, I., Dakwah, F., Islam, U., Sultan, N., & Hasanuddin, M. (2025). *Pengaruh Durasi Penggunaan Media Sosial Terhadap Pola Komunikasi Generasi Milenial : Studi Kasus Akun Instagram @ Folkative*. 3(April).
- Shafa, T. (2021). *PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL KOMUNIKASI INTERPERSONAL REMAJA DI*.
- Trilestari, L., Shovmayanti, N. A., Kurniawan, D., & Prakosa, F. A. (2025). *PEMANFAATAN GOOGLE TRENDS UNTUK MENGANALISIS POLA*. 12–25.
- Widyanti, Y. P., Natasya, N., Zahra, A., & Vitriana, N. (2025). *Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Remaja*. 302–315.