

KONSTRUKSI SOSIAL PECANDU MEDIA SOSIAL TENTANG HUBUNGAN PERTEMANAN

Gemah Amallia Putri. Moh. Mudzakkir

Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Negeri Surabaya

Corresponding Author: gemah.22131@mhs.unesa.ac.id

Abstract

Social media has transformed the way individuals establish and maintain friendship relationship by creating new interaction patterns based on digital platforms. This study aims to analyse how social media addicts construct the meaning of friendship through their daily interactions on social media. The research employed a qualitative approach using a case study design. Data were collected through in-depth interviews with six informants aged 18-25 years who actively used social media for more than eight hours a day. The findings indicate that the social construction of friendship occurs through three dialectical processes by Berger and Luckmann: externalization, objectivation, and internalization. During the externalization stage, informants intentionally construct their digital identities to attract and maintain friendships. The objectivation process appears through the emergence of shared norms regarding online interaction. Such as expectations to respond to messages, stories, and other platform activities. These norms are subsequently internalized, leading informants to perceive online presence as an essential indicator of friendship quality. Consequently, friendship relationships become increasingly dependent on digital validation, resulting in superficial emotional intimacy and higher social anxiety when online interactions decrease. This study concludes that social media has become a significant agent in reconstructing the meaning of friendship among young adults by shifting interpersonal relationship from face-to-face interaction toward platform mediated social validation.

Keywords: Digital identity; Friendship; Social construction; social media addictions; virtual interaction.

Abstrak

Media sosial telah mengubah cara individu membangun dan mempertahankan hubungan pertemanan melalui pola interaksi yang dimediasi oleh platform digital. Penelitian ini bertujuan menganalisis bagaimana pecandu media sosial mengonstruksi makna hubungan pertemanan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap enam informan berusia 18-25 tahun yang menggunakan media sosial lebih dari delapan jam setiap hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konstruksi sosial hubungan pertemanan berlangsung melalui tiga proses dialektis menurut Berger dan Luckmann, yaitu eksternalisasi, objektivikasi, dan internalisasi. Pada tahap eksternalisasi informan secara sadar membangun identitas digital untuk memperoleh dan mempertahankan relasi sosial. Tahap objektivikasi ditandai munculnya norma bersama mengenai kewajiban berinteraksi melalui media sosial, seperti membalas pesan, memberikan respon terhadap unggahan, maupun menjaga intensitas komunikasi daring. Norma tersebut kemudian diinternalisasikan sehingga kehadiran di media sosial dipandang sebagai ukuran utama kualitas pertemanan. Kondisi tersebut menyebabkan hubungan pertemanan semakin bergantung pada validasi digital, mengurangi kedalaman emosional hubungan interpersonal, serta meningkatkan kecemasan sosial ketika interaksi daring berkurang. Penelitian ini menyimpulkan bahwa media sosial telah menjadi agen penting dalam membentuk kembali makna pertemanan di kalangan dewasa muda melalui proses konstruksi sosial yang berlangsung secara berkelanjutan.

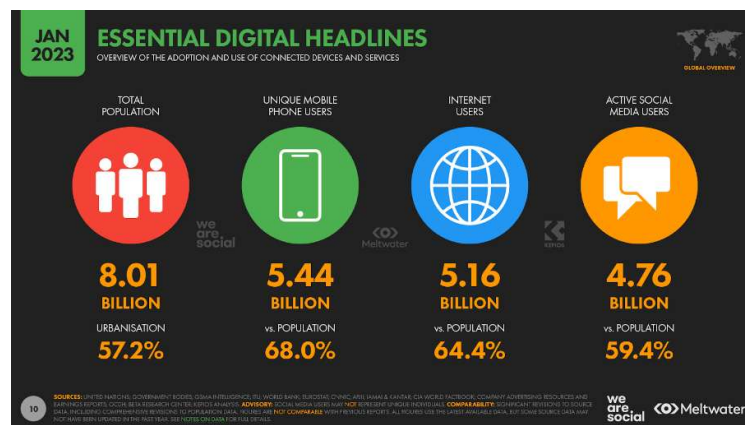
Keyword: Adiksi media sosial; Identitas digital; Interaksi virtual; Konstruksi sosial; pertemanan.

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi sosial Masyarakat, khususnya melalui pengguna media sosial sebagai ruang komunikasi, pembentukan identitas, serta pemeliharaan hubungan sosial. Bagi generasi muda media sosial tidak lagi berfungsi hanya sebagai sarana berbagi informasi, tetapi juga menjadi arena untuk memperoleh pengakuan sosial, membangun jaringan pertemanan, dan membentuk identitas diri. Tingginya intensitas penggunaan media sosial menyebabkan batas antara kehidupan daring dan luring semakin kabur sehingga memengaruhi cara individu memaknai hubungan sosial yang mereka miliki. Kondisi tersebut memunculkan fenomena adiksi media sosial yang ditandai dengan penggunaan platform digital secara berlebihan hingga mengganggu aktivitas dan relasi sosial di kehidupan nyata [1].

Menurut data dari *We Are Social* dan *Hootsuite* 2023, Masyarakat global menghabiskan rata-rata 6 jam 37 menit sehari untuk mengakses internet dengan porsi lebih dari dua jam dialokasikan khusus untuk media sosial. Tren konsumsi digital yang tinggi ini terlihat sangat menonjol di Indonesia, di mana 60,4% dari total populasi atau sekitar 167 juta orang tercatat sebagai pengguna aktif media sosial. Pergeseran fungsi media sosial dari sarana informasi menjadi kebutuhan primer yang mengikat ini pada akhirnya melahirkan sebuah gejala sosial baru. Fenomena ketergantungan digital tersebut kini ramai menjadi onbjek kajian ilmiah dengan istilah adiksi media sosial (*social media addiction*).

Sumber: We Are Social dan Hootsuite 2023



Meningkatnya jumlah pengguna media sosial di Indonesia yang Sebagian berasal dari kelompok usia produktif, menjadi fenomena ini semakin penting untuk dikaji. Akses internet yang semakin mudah melalui telepon pintar memungkinkan individu terhubung dengan berbagai platform digital secara berkelanjutan. Kondisi tersebut mendorong terjadinya pergeseran pola interaksi sosial dari komunikasi tatap muka menuju komunikasi yang dimediasi oleh media digital. Perubahan ini tidak hanya memengaruhi cara individu berkomunikasi tetapi juga mengubah cara mereka membangun kepercayaan, memelihara kedekatan emosional, serta memaknai kualitas hubungan pertemanan. Dalam situasi tertentu, tingginya intensitas pengguna media sosial menjadikan aktivitas di ruang digital sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari sehingga keberlangsungan hubungan sosial semakin bergantung pada eksistensi dan pengakuan yang diperoleh melalui platform media sosial.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh terhadap kualitas hubungan interpersonal, Kesehatan mental, maupun pola komunikasi pengguna[2], [3]. Namun demikian, Sebagian besar penelitian masih menempatkan media sosial sebagai variabel yang memengaruhi perilaku individu, sedangkan kajian mengenai bagaimana pengguna mengonstruksi

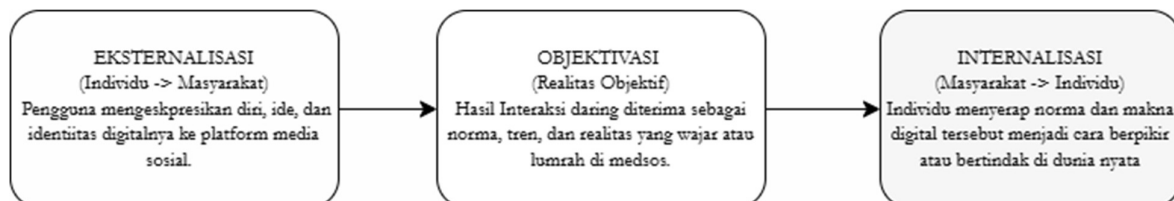
makna hubungan pertemanan melalui pengalaman mereka sebagai pecandu media sosial masih relative terbatas. Padahal hubungan pertemanan merupakan realitas sosial yang terbentuk melalui proses interaksi dan negosiasi makna yang berlangsung secara terus-menerus. Perspektif konstruksi sosial dari Berger dan Luckmann menjelaskan bahwa realitas sosial dibangun melalui proses eksternalisasi, objektivikasi, dan internalisasi sehingga memungkinkan perubahan makna hubungan sosial sesuai dengan konteks kehidupan Masyarakat [4].

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis bagaimana pecandu media sosial mengonstruksi makna hubungan pertemanan mellaui pengalaman mereka dalam menggunakan media sosial secara intensif. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian sosiologi pengetahuan dan sosiologi digital dengan menunjukkan bagaimana media sosial tidak hanya menjadi media komunikasi, tetapi juga menjadi agen yang membentuk realitas sosial mengenai hubungan pertemanan.

2. Kajian Pustaka

Teori konstruksi sosial yang dikemukakan oleh Peter L. Berger dan Thomas Luckmann menjelaskan bahwa realitas sosial merupakan hasil proses dialektis antara individu dan Masyarakat melalui tiga tahapan, yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi [4]. Eksternalisasi merupakan proses individu mengekspresikan pengalaman dan mehamannya ke dalam dunia sosial. Objektivikasi terjadi Ketika hasil interaksi tersebut diterima sebagai kenyataan yang dianggap wajar oleh kelompok sosial, sedangkan internalisasi merupakan proses individu menyerap Kembali realitas yang telah terbentuk singga menjadi bagian dari cara berpikir dan bertindak. Dalam konteks media sosial, ketiga proses tersebut menjelaskan bagaimana identitas digital, norma interaksi daring, dan makna hubungan pertemanan dibangun serta dipertahankan melauai aktivitas pengguna di platform digital.

Diagram Teori konstruksi Sosial



Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa media sosial telah mengubah pola komunikasi dan hubungan interpersonal Masyarakat. Marchellia [5] menemukan bahwa media sosial memperluas jaringan pertemanan, tetapi cenderung mengurangi interaksi tetap muka. Sementara itu Azhar [6] menjelaskan bahwa komunikais virtual membentuk pola relasi baru yang lebih bergantung pada aktivitas digital dibandingkan interaksi langsung. Penelitian Mumu Munajah dan Novitasari [7] juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan berkaitan dengan meningkatnya kecemasan sosial dan berkurangnya kualitas hubungan interpersonal. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memfokuskan analysis pada bagaiman pecandu media sosial mengonstruksi makna hubungan sehingga memberikan perspektif sosiologi penegtahuan dalam memahami perubahan relasi sosial di era digital.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami koanstruksi sosial hubungan pertemanan pada pecandu media sosial. Perspektif teori yang digunakan

Adalah teori konstruksi sosial Berger dan Luckmann, yang menjelaskan proses realitas sosial melalui tahapan eksternalisasi, objektivikasi, dan internalisasi [4]. Unit analisis penelitian Adalah pengalaman dan pemaknaan individu terhadap hubungan pertemanan yang dibangun melalui media sosial.

Informan penelitian menggunakan Teknik purposive sampling dengan kriteria berusia 18-25 tahun, aktif menggunakan minimal dua platform media sosial, serta memiliki intensitas penggunaan lebih dari delapan jam per hari selama sedikitnya enam bulan. Penelitian ini melibatkan enam informan yang diwawancarai secara mendalam (*in-depth interview*). Selain wawancara, data diperoleh melalui observasi terhadap aktivitas media sosial yang bersifat public dan dokumentasi berupa catatan lapangan. Panduan wawancara dikembangkan berdasarkan tiga dimensi konstruksi sosial Berger dan Luckmann: eksternalisasi, objektivikasi, dan internalisasi.

Analisis data dilakukan dengan metode analisis tematik yang melibatkan Langkah-langkah seperti pengurangan data, pengkodean, penyusunan tema, interpretasi, dan penarikan Kesimpulan. Validitas data dipastikan melalui triangulasi sumber dan pemeriksaan dari informan, sehingga hasil interpretasi sesuai dengan pengalaman dan pandangan para informan terkait dengan hubungan pertemanan di platform media sosial.

Table Profil Informan

Inisial	Usia	Jenis Kelamin	Platform Utama	Durasi Penggunaan Harian
SD	21	Perempuan	Instagram, TikTok	± 10 jam
KA	21	Perempuan	Instagram, TikTok	± 8 jam
NF	22	Perempuan	Instagram, TikTok	± 9 jam
CI	22	Laki-laki	Instagram, TikTok, Twitter (X)	± 10 jam
NL	23	Laki-laki	Instagram, TikTok, Youtube	± 11 jam
AN	23	Laki-laki	Instagram	± 8 jam

4. Analisis dan Pembahasan

4.1 Eksternalisasi Identitas Digital dalam Hubungan Pertemanan

Temuan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa platform media sosial berfungsi sebagai arena bagi para informan untuk membangun identitas digital mereka sebagai fondasi dalam menjalin hubungan pertemanan. Semua informan secara sadar merancang foto profil, konten yang diunggah, dan cara berinteraksi demi menciptakan Kesan tertentu di mata pengguna lainnya. Identitas digital dianggap sebagai cerminan diri yang berpengaruh terhadap kemungkinan mendapatkan teman baru serta mempertahankan hubungan yang telah terjalin. Oleh karena itu, aktivitas di media sosial; tidak lagi dianggap sebagai ungkapan yang bersifat spontan, melainkan sebagai bentuk presentasi diri yang direncanakan untuk mendapatkan pengakuan sosial.

Salah satu informan menjelaskan bahwa ia terlebih dahulu mengevaluasi akun media sosial seseorang sebelum memutuskan untuk berkenalan. Di sisi lain, ia juga berupaya merawat penampilan profil pribadinya agar dapat menarik perhatian orang lain yang memiliki ketertarikan yang sama. Pengalaman ini mengindikasikan bahwa persahabatan dibentuk melalui proses pemilihan yang berdasarkan pada citra digital, bukan hanya interaksi tatap muka.

Hasil temuan ini juga mengungkapkan bahwa pembentukan identitas digital bukan lagi sekedar sarana untuk memperkenalkan diri kepada khalayak, melainkan telah bertransformasi menjadi sebuah strategi sosial guna mendapatkan penerimaan di dalam suatu kelompok tertentu. Para informan memahami bahwa dengan menjaga konsistensi dalam menampilkan citra diri di media sosial, peluang untuk mendapatkan tanggapan positif dari orang lain akan semakin besar, jaringan pertemanan pun dapat meluas dan eksistensi mereka dalam ekosistem sosial digital tetap terjaga. Dengan kata lain, identitas digital kini tidak hanya berfungsi sebagai representasi diri semata melainkan telah bergeser menjadi semacam modal sosial yang turut menentukan keberlangsungan relasi pertemanan.

Tabel Eksternalisasi Identitas Digital

Tahapan	Deskripsi/Temuan Lapangan
Indikator Awal	Tindakan sadar informan dalam merancang profil dan konten media sosial.
Proses Seleksi	Saling mengevaluasi citra akun seseorang sebelum memutuskan untuk berteman.
Transformasi	Identitas digital bergeser fungsi menjadi sebuah “modal sosial”
Output Akhir	Pencapaian strategi sosial (mendapat pengakuan, kelompok baru, dan menjaga eksistensi).
Konseptual	PROSES EKSTERNALISASI (identitas digital resmi menjadi produk sosial yang melandasi hubungan pertemanan.

Fenomena ini mencerminkan proses eksternalisasi yang diuraikan oleh Berger dan Luckmann [4], yaitu saat seseorang menyampaikan pengalaman serta identitasnya ke dalam lingkungan sosial. Di dalam ranah digital, identitas yang tercipta melalui unggahan dan interaksi di media sosial menjadi produk sosial yang jadi landasan dalam membangun hubungan. Penemuan ini mendukung penelitian Marchellia yang menyebutkan bahwa media sosial berperan penting dalam pembentukan identitas sosial pada generasi muda [5], namun penelitian ini mengindikasikan bahwa proses tersebut berjalan dengan kesadaran serta strategi untuk meraih pengakuan dalam pertemanan.

4.2 Objektivasi Norma Interaksi di Media Sosial

Penelitian menunjukkan bahwa ikatan persahabatan di platform media sosial tidak hanya dibentuk lewat identitas online, tetapi juga melalui norma-norma interaksi yang muncul di dalamnya. Para

informan berpendapat bahwa merespon pesan, memberikan tanda suka, melihat story, serta mengomentari Adalah bentuk perhatian yang mencerminkan kualitas dari hubungan pertemanan. Jika seseorang tidak memenuhi ekspektasi tersebut, hubungan dianggap mengalami penurunan kedekatan, meskipun tidak ada konflik yang terjadi secara langsung.

Norma tersebut pada awalnya muncul dari kebiasaan pengguna media sosial, kemudian berkembang menjadi aturan tidak tertulis yang diterima Bersama oleh kelompok pertemanan. Beberapa informan mengaku merasa kecewa Ketika teman dekat tidak merespon unggahan atau terlambat membalas pesan karena Tindakan tersebut dimaknai sebagai kurangnya kepedulian terhadap hubungan yang dimiliki.

Dalam pandangan Berger dan Luckmann, situasi ini dianggap sebagai proses objektivikasi di mana hasil dari interaksi antara manusia dianggap sebagai kenyataan yang bersifat objektif [4]. Norma yang dibentuk melalui interaksi pengguna akhirnya dianggap sebagai peraturan sosial yang wajib diikuti. Hasil ini sejalan dengan penjelasan Azhar [6] yang menyatakan bahwa komunikasi secara virtual menciptakan pola hubungan sosial yang baru karena adanya intensitas interaksi di dunia digital. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa norma-norma tersebut tidak hanya berpengaruh pada pola komunikasi tetapi juga menjadi factor utama dalam mengevaluasi kualitas hubungan pertemanan.

Hasil temuan ini turut memperlihatkan bahwa norma interaksi di ranah digital bersifat dinamis bukan tetap karena senantiasa berubah mengikuti perkembangan fitur serta pola kebiasaan pengguna di tiap platform. Sebagai contoh, hadirnya fitur story yang memperlihatkan daftar penonton semakin memperkuat tekanan sosial bagi pengguna untuk saling memberi respon, sebab absennya tanggapan dapat langsung diketahui oleh pihak lain. Hal ini menunjukkan bahwa proses objektivikasi di ranah digital berlangsung dengan lebih cepat dibandingkan interaksi secara langsung, meninggalkan jejak digital bersifat kasatmata dan dapat diukur. Oleh karena itu, norma sosial yang tumbuh di ruang digital bukan hanya bersifat tidak tertulis melainkan juga diperkuat oleh rancangan teknis dari platform yang bersangkutan.

4.3 Internalisasi Makna Berbasis Platform

Tahap selanjutnya Adalah proses internalisasi, di mana norma-norma yang muncul di media sosial diterima sebagai bagian dari pandangan informan terhadap interaksi sosial. Banyak informan berpendapat bahwa aktivitas seseorang di media sosial merupakan indikator yang signifikan untuk menilai kedekatan suatu hubungan. Bahkan, beberapa informan mengungkapkan kesulitan untuk membayangkan pertemanan dengan orang yang tidak aktif di media sosial.

Pandangan ini menunjukkan bahwa media sosial telah menciptakan standar baru dalam mendefinisikan arti persahabatan. Hubungan sosial sekarang tidak hanya dinilai dari kedekatan emosional atau seberapa sering bertemu secara langsung, tetapi juga melalui seberapa intens komunikasi digital yang dilakukan. Sebagai hasilnya, pengakuan yang diperoleh melalui media sosial menjadi elemen penting dalam menjaga hubungan.

Temuan ini menunjukkan bahwa proses internalisasi telah menghasilkan perubahan dalam makna hubungan pertemanan. Berger dan Luckmann [4] mengemukakan bahwa realitas sosial yang telah diinternalisasikan akan dianggap normal dan sulit dipisahkan dari kehidupan seseorang. Situasi ini menjelaskan mengapa responden tetap menggunakan media sosial secara intens, meskipun mereka menyadari pengaruhnya terhadap kehidupan sosial mereka. Penelitian oleh Mumu Munajah dan Novitasari [7] juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan

meningkatkan kecemasan sosial. Penelitian ini melengkapi temuan sebelumnya dengan menunjukkan bahwa kecemasan tersebut muncul akibat hubungan pertemanan yang dibangun berdasarkan kehadiran individu dalam ruang digital.

Fenomena ini juga mencerminkan adanya perubahan cara pandang para informan dalam menilai kualitas suatu hubungan, di mana kehadiran secara digital dipandang tidak kalah penting dibandingkan interaksi langsung. Sejumlah informan bahkan menghubungkan tingginya intensitas komunikasi di media sosial dengan besarnya rasa percaya terhadap suatu hubungan, sehingga rendahnya interaksi secara digital berpotensi memunculkan kecurigaan maupun perasaan terabaikan. Hal ini semakin menguatkan argument bahwa proses internalisasi norma digital bukan hanya membentuk pola komunikasi semata, melainkan turut melahirkan standar baru dalam menilai keikhlasan serta keberlangsungan suatu hubungan pertemanan.

4.4 Pembahasan

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa relasi pertemanan di kalangan pengguna media sosial adalah suatu kenyataan sosial yang terbentuk melalui interaksi dinamis antara individu dan lingkungan digital. Proses eksternalisasi memproyeksikan diri mereka ke dunia digital, menciptakan identitas siber (*cyber identity*) melalui kurasi konten, status, dan ekspresi diri yang berfungsi sebagai cerminan atau representasi diri yang diinginkan. Objektivasi merupakan hasil dari interaksi kemudian mengkristal dan mengalami objektivasi, di mana interaksi berulang melahirkan norma baru, etika digital, serta konsesus sosial yang disepakati Bersama dan dianggap sebagai aturan objektif dalam berjejaring. Sedangkan internalisasi pada akhirnya norma-norma objektif ini diinternalisasi kembali oleh individu, membentuk kesadaran baru dan merestrukturisasi pemahaman mendalam mereka tentang arti esensial dari sebuah hubungan pertemanan.

Ketiga proses ini terjadi secara terus menerus, media sosial telah bertransformasi ia tidak lagi sekedar berfungsi sebagai alat komunikasi teknis atau ruangan perantara melainkan telah menjelma sebagai sebuah Lembaga sosial (*social institution*) baru yang secara fundamental memengaruhi, mengarahkan, dan mengonstruksi cara individu memandang serta menjalani hubungan interpersonal di era modern.

Tabel Proses Konstruksi Sosial

Proses	Mekanisme	Hasil di Media Sosial
Eksternalisasi	Individu memproyeksikan diri ke ruang digital	Terbentuknya identitas digital sebagai cerminan diri.
Objektivasi	Norma interaksi disepakati Bersama pengguna.	Terbentuknya aturan/norma interaksi yang diterima secara sosial.
Internalisasi	Individu menyerap Kembali norma yang telah terbentuk.	Munculnya pemahaman baru tentang makna “pertemanan.”

Temuan penelitian menunjukkan adanya perubahan orientasi dalam relasi pertemanan, dari yang semula bertumpu pada keakraban emosional bergeser menuju ketergantungan terhadap validasi di ranah digital, misalnya melalui jumlah likes, komentar, atau bentuk interaksi lain yang dapat disaksikan public di media sosial. Intensitas interaksi di platform daring kerap dijadikan patokan dalam menilai mutu suatu hubungan alih-alih mengacu pada pengalaman tatap muka yang dijalani secara nyata sehingga tingginya frekuensi komunikasi virtual acap kali dianggap mencerminkan kedekatan yang autentik, walaupun anggapan tersebut tidak selalu akurat. Pergeseran perspektif tersebut turut berimplikasi pada cara informan memakai konsep “sahabat”, di mana pengakuan yang diperoleh secara daring lambat laun menggantikan makna kebersamaan yang dahulu terbentuk lewat pertemuan langsung. Akibatnya, informan cenderung memiliki jaringan pertemanan yang lebih luas dari segi jumlah, tetapi kedalaman relasi interpersonal justru terkesan menyusut, mengingat Sebagian besar interaksi berlangsung melalui media digital yang umumnya bersifat sekilas, superfisial, dan minim muatan emosional yang substansial.

Tabel Pergeseran Makna Hubungan Pertemanan

Aspek	Sebelumnya (Konvensional)	Setelah Pergeseran) (Digital)
Fokus utama	Kedekatan emosional	Pengakuan/validasi di dunia maya
Tolok ukur kualitas hubungan	Pengalaman tatap muka langsung	Frekuensi inetraksi digital (like, komen, chat)
Ukuran lingkaran pertemanan	Cenderung lebih kecil dan mendalam.	Lebih besar, tapi cenderung dangkal.

Secara teoritis, temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa teori konstruksi sosial dari Berger dan Luckmann tetap relevan digunakan untuk memahami dinamika hubungan sosial pada era digital. Meski demikian, hasil penelitian juga mengindikasikan bahwa proses konstruksi sosial di kalangan Masyarakat digital tidak semata-mata terbentuk melalui interaksi antarindividu, tetapi turut dipengaruhi oleh karakteristik platform media sosial itu sendiri yang mendorong penggunaanya untuk terus menerus mencari validasi, mempertahankan eksistensi diri serta menyesuaikan diri dengan norma interaksi yang berlaku di ruang digital. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa media sosial tidak hanya menjadi sarana melainkan juga berperan aktif sebagai agen yang ikut membentuk realitas sosial terkait hubungan pertemanan melalui mekanisme algoritma, budaya partisipatif, serta system validasi yang melekat pada masing-masing platform.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan adanya implikasi yang lebih luas terhadap perubahan makna hubungan pertemanan di era digital. Ketika intensitas interaksi di media sosial dijadikan indikator utama dalam menilai kedekatan hubungan, terdapat kecenderungan bahwa kualitas ikatan emosional yang sebenarnya menjadi kurang diperhatikan meskipun aktivitas komunikasi di platform digital tetap berlangsung secara intensif. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa konstruksi sosial yang terbentuk melalui media sosial memiliki karakter yang paradoks. Di satu sisi, media sosial mampu memperluas jaringan sosial dan mempermudah individu menjalin relasi dengan lebih banyak orang, tetapi di sisi lain berpotensi mengurangi kedalaman makna hubungan interpersonal. Oleh karena itu, media sosial perlu dipahami tidak hanya sebagai sarana

komunikasi, tetapi juga sebagai agen sosial yang berperan dalam membentuk norma, ekspektasi, dan cara individu memaknai hubungan pertemanan.

Tabel Karakter Paradoks Media Sosial dalam Relasi Pertemanan

Sisi Positif	Sisi Negatif
Memperluas jaringan sosial	Mengurangi kedalaman makna hubungan interpersonal
Mempermudah menjalin relasi dengan banyak orang	Kualitas ikatan emosional kurang diperhatikan
Interaksi tetap berlangsung intensif	Interaksi cenderung dangkal/kurang bermakna

5. Kesimpulan

Penelitian ini memetakan bagaimana pecandu media sosial mengkonstruksi realitas hubungan pertemanan melalui tiga proses dialektis yaitu eksternalisasi identitas digital sebagai fondasi seleksi pertemanan, objektivasi norma interaksi virtual yang memiliki kekuatan secara paksa, dan internalisasi standar pertemanan berbasis platform yang menggeser basis penilaian kualitas hubungan. Temuan ini bersifat paradoks, media sosial memperluas jaringan sosial secara kuantitas namun mengikis kedalaman emosional dan kualitas hubungan interpersonal secara signifikan. Informan memiliki banyak koneksi namun sedikit yang benar-benar intim, mereka aktif berinteraksi namun sering mengalami kesepian emosional.

Secara teoritis temuan ini menegaskan bahwa teori konstruksi sosial yang dikemukakan Berger dan Luckmann masih relevan diterapkan untuk memahami fenomena di ranah digital, meskipun demikian diperlukan pengembangan lebih lanjut guna mengakomodasi aspek algoritma dan gamifikasi yang menjadi ciri khas platform media sosial. Proses pembentukan realitas sosial pada masa kini tidak lagi hanya berlangsung melalui interaksi antarindividu semata, melainkan turut dipengaruhi dan dibentuk oleh struktur atau desain platform itu sendiri yang secara aktif menstimulasi penggunaannya untuk mencari pengakuan (validasi) serta mempertahankan keberadaan dirinya di dunia maya.

Secara praktis, hasil temuan ini membawa implikasi yang signifikan terhadap Upaya intervensi Kesehatan mental serta program Pendidikan literasi digital, di mana kedua hal tersebut perlu memasukkan aspek konstruksi sosial guna membantu pengguna terutama kalangan generasi media agar mampu bersikap kritis terhadap norma-norma pertemanan yang terbentuk akibat pengaruh platform. Studi ini masih memiliki keterbatasan yakni jumlah informan yang terbatas serta cakupan geografis yang hanya mencakup satu institusi pendidikan. Untuk itu, penelitian mendatang disarankan agar memperluas jangkauan informan dengan melibatkan latar belakang sosial-ekonomi yang lebih variatif, sekaligus mengkaji perbedaan pola konstruksi sosial pertemanan di berbagai platform, mengingat masing-masing platform memiliki struktur dan norma interaksi yang tidak sama.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction: An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053–4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>.
- [2] Azhar, I. (2018). Interaksi virtual remaja di media sosial. *LONTAR: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(1), 1–10.
- [3] Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Doubleday.
- [4] Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>.
- [5] Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- [6] Fakhris Aulady, S. H., & Setiawan Hendra. (2022). Pertukaran sosial dalam hubungan pertemanan remaja Desa Winong melalui media sosial. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 8(2), 120–131.
- [7] Hadiwijaya, A. S. (2023). Sintesa teori konstruksi sosial realitas dan konstruksi sosial media massa. *Jurnal Kajian Komunikasi dan Pembangunan Daerah*, 13(1), 45–58.
- [8] DataReportal, "Digital 2023: Indonesia," Jan. 2023. [Online]. Available: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-indonesia>
- [9] Marchellia, R. I. (2022). Penggunaan media sosial dalam hubungan pertemanan. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 11(2), 87–99.
- [10] Mumu Munajah, N. G., & Novitasari, G. (2023). Globalisasi dan alienasi: Dampak media sosial terhadap keterasingan manusia. *Peace and Interfaith Studies*, 4(1), 33–47.
- [11] Sulaiman, A. (2016). Memahami teori konstruksi sosial Peter L. Berger. *Jurnal Society*, 6(1), 15–22.