

Scroll, Like, Repeat: Analisis Kritis Komunikasi Orang Muda dalam Budaya Digital Kontemporer

Agustino Basten Mbake Woka

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana

Alfredsius Ngese Doja

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana

Email: alfreddoja23@gmail.com

Leonardo Rama Dwi Julio

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana

Maksimusi Abi

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana

Romansyah Doni

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana

Recieved: 29 Juli 2025 ; Revised: 27 September 2025 ; Published: 22 Oktober 2025

Abstract

This paper examines the phenomenon of shallow and repetitive communication patterns developing among young people in the contemporary digital cultural ecosystem. The main focus of this study is the "scroll, like, repeat" activity on social media platforms like Instagram and TikTok, which has replaced reflective interpersonal communication with instant, symbolic, and meaningless interactions. This research evaluates how digital culture, which prioritizes speed, visualization, and rapid reactions, encourages passive content consumption and shapes communication that is more performative than substantial. Using critical communication theory approaches from thinkers such as Habermas, McLuhan, and Baudrillard, this analysis shows that social media is not only a communication channel but also a tool for cultural domination and the construction of social reality. The phenomenon of instant communication has created a crisis of meaning, reduced the quality of dialogue, and given rise to psychological impacts such as alienation and dependence on external validation. Young people tend to be trapped in interaction patterns that prioritize quick responses over reflection, which impacts critical thinking and empathy. This paper

emphasizes the need for developing media literacy and critical communication education to rebuild awareness of the meaning of communication. Meaningful communication focuses not only on expression but also on engaging in authentic dialogue that enriches social relationships and shared existence. The study found that digital communication among young people today faces significant challenges in maintaining depth, reflection, and authenticity. Collective efforts to slow down the pace of communication, increase critical awareness, and encourage dialogical practices are crucial to creating a healthier, more inclusive, and transformative digital space.

Keywords: Communication, Media sosial, *Scroll*

Abstrak

Tulisan ini membahas fenomena pola komunikasi dangkal dan repetitif yang berkembang di kalangan orang muda dalam ekosistem budaya digital kontemporer. Fokus utama kajian ini adalah aktivitas “*scroll, like, repeat*” di media sosial seperti *Instagram* dan *TikTok* yang telah menggantikan bentuk komunikasi interpersonal yang reflektif dengan interaksi instan, simbolik dan minim makna. Penelitian ini mengevaluasi bagaimana budaya digital yang mengutamakan kecepatan, visualisasi dan reaksi cepat mendorong konsumsi konten pasif serta membentuk komunikasi yang lebih performatif daripada substansial. Dengan menggunakan pendekatan teori komunikasi kritis dari pemikir seperti Habermas, McLuhan, dan Baudrillard, analisis ini menunjukkan bahwa media sosial tidak hanya sebagai saluran komunikasi, tetapi juga sebagai alat dominasi budaya dan konstruksi realitas sosial. Fenomena komunikasi instan telah menciptakan krisis makna, menurunkan kualitas dialog dan memunculkan dampak psikologis seperti alienasi dan ketergantungan terhadap validasi eksternal. Orang muda cenderung terjebak dalam pola interaksi yang mementingkan respons cepat ketimbang refleksi, yang berdampak pada kemampuan berpikir kritis dan berempati. Tulisan ini menekankan perlunya pengembangan literasi media dan pendidikan komunikasi kritis untuk membangun kembali kesadaran terhadap makna komunikasi. Komunikasi yang bermakna tidak hanya berfokus pada ekspresi, tetapi juga keterlibatan dalam dialog otentik yang memperkaya relasi sosial dan keberadaan bersama. Penemuan dari kajian ini adalah bahwa komunikasi digital di kalangan orang muda saat ini menghadapi tantangan besar dalam menjaga kedalaman, refleksi dan keaslian. Upaya kolektif untuk memperlambat ritme komunikasi, meningkatkan kesadaran kritis dan mendorong praktik dialogis sangat penting untuk membentuk ruang digital yang lebih sehat, inklusif dan transformatif.

Agustino Basten Mbake Woka dkk, Scroll, Like, Repeat: Analisis Kritis Komunikasi Orang Muda Dalam Budaya Digital Kontemporer

Kata Kunci: Komunikasi, Media sosial, *Scroll*

1. Pendahuluan

Pola komunikasi dangkal dan repetitif di media sosial di antara generasi muda sangat penting untuk dipahami dalam konteks budaya digital kontemporer. Era informasi saat ini didominasi oleh kehadiran platform media sosial yang menjadi alat komunikasi utama bagi generasi muda, yang seringkali berfungsi sebagai sarana untuk berbagi pengalaman, mengekspresikan pendapat, dan terlibat dalam interaksi sosial. Namun, pola komunikasi di dalam ranah ini seringkali mengakibatkan formasi komunikasi yang tidak mendalam, ditandai dengan siklus "*scroll, like, repeat*".

Penelitian menunjukkan bahwa media sosial seperti Instagram telah menjadi arena utama bagi generasi milenial yang tidak hanya terlibat dalam komunikasi pribadi tetapi juga dalam aktivitas politik. Penggunaan Instagram sebagai alat untuk komunikasi politik oleh generasi ini merefleksikan bagaimana mereka memanfaatkan platform digital untuk mengekspresikan pandangan dan keterlibatan mereka dalam isu-isu sosial.¹ Namun, penggunaan platform ini juga memperlihatkan kecenderungan untuk terlibat dalam interaksi yang dangkal, di mana komunikasi sering kali tidak melampaui permukaan.²

Dalam sebuah penelitian Sakhinah dan Arbi mencatat bahwa dalam konteks komunikasi persuasif, media sosial dapat menstimulus interaksi yang lebih emosional di kalangan anak muda, tetapi seringkali berfokus pada aspek permukaan yang tidak mendorong diskusi yang lebih mendalam.³ Kondisi tersebut menciptakan pola di mana interaksi lebih mengutamakan ketepatan waktu dan popularitas, bukan kualitas dan kedalaman informasi yang disampaikan.⁴

Literasi media sosial terlihat tidak merata di kalangan remaja, sering kali mengarah pada konsumsi yang bersifat pasif. Sebagai contoh, penelitian menunjukkan bahwa sekitar 60% remaja lebih memilih untuk menggunakan

¹ Jerry Indrawan, Ruth Elfrita Barzah, dan Hermina Simanihuruk, "Instagram Sebagai Media Komunikasi Politik Bagi Generasi Milenial," *Ekspresi Dan Persepsi Jurnal Ilmu Komunikasi* 6, no. 1 (2023): 109–118.

² Muhamad Fauzi Swarna et al., "Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Pola Komunikasi Interpersonal" 3, no. 1 (2024): 1012–1019.

³ Siti Sakhinah dan Armawati Arbi, "Persuasive Strategic Communication: Tabligh in Komunitas Anak Muda Berhijrah or Hijrah Youth Community," *Dakwah Jurnal Kajian Dakwah Dan Kemasyarakatan* 23, no. 1 (2019): 22–39.

⁴ Bambang Arianto, "Dampak Media Sosial Bagi Perubahan Perilaku Generasi Muda Di Masa Pandemi Covid-19," *Journal of Social Politics and Governance (Jspg)* 3, no. 2 (2022): 118–132.

Instagram dan WhatsApp tanpa berkontribusi pada pembuatan konten kreatif. Akibatnya, ini membentuk pola komunikasi yang terputus, di mana pertukaran informasi menjadi repetitif dan semakin menjauh dari keaslian. Selain itu, dalam konteks pengaruh sosial, penggunaan media sosial secara berlebihan telah terbukti mengubah norma-norma sosial di kalangan remaja, menimbulkan perilaku yang tidak sehat dan berpotensi merugikan secara psikologis.⁵

2. Metode Penelitian

Di sisi lain, meskipun media sosial seperti Instagram menawarkan potensi untuk mendukung rasa komunitas dan keterhubungan, penelitian telah menunjukkan bahwa pengalaman di platform ini sering kali diwarnai oleh rasa kesepian dan keterasingan.⁶ Pengaruh ini semakin diperparah oleh kecenderungan kebiasaan berkomunikasi yang dangkal dan repetitif yang mengutamakan kecepatan interaksi di atas substansi.⁷ Dalam konteks ini, penting bagi kita untuk mengevaluasi dan mengkritisi dampak dari pola komunikasi semacam ini, guna memahami bagaimana mereka membentuk identitas sosial dan mendorong perubahan perilaku dalam kelompok usia ini.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

3.1. Budaya Digital dan Pola Komunikasi Orang Muda

3.1.1. Budaya Digital Kontemporer

Budaya digital kontemporer telah mengubah secara dramatis cara orang berinteraksi, khususnya melalui ekosistem media sosial yang terdiri dari platform-platform seperti *Instagram*, *TikTok*, dan *Twitter/X*. Era digital ini ditandai dengan kecepatan penyampaian informasi, konsentrasi pada konten visual, dan kebutuhan untuk memberikan reaksi instan terhadap konten yang diperoleh. Ketiga faktor ini membentuk budaya baru di mana komunikasi dijalankan dengan cara yang jauh berbeda dibandingkan dengan generasi sebelumnya.

Di dalam ekosistem media sosial, *Instagram* dan *TikTok* menjadi pionir dalam menyuguhkan konten berbasis visual yang menarik. Kedua platform ini mendorong pengguna untuk lebih fokus pada gambar dan video ketimbang teks panjang, menghasilkan bentuk komunikasi yang lebih

⁵ Reza Septriawan, "Media Sosial Berpengaruh Pada Perubahan Perilaku Sosial Remaja Kota Medan Di Era Digital" 1, no. 2 (2024): 84–102.

⁶ Ibid.

⁷ Yosepia yuliana Betaubun, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia" (2022).

langsung dan cepat.⁸ Hal ini berpotensi meningkatkan keterlibatan (*engagement*) karena pengguna lebih tertarik pada format visual yang menyenangkan dan informatif, sehingga memungkinkan penyebaran informasi yang lebih luas dalam waktu yang singkat.⁹ Konten visual yang menarik dan mudah dipahami ini mendorong pengguna untuk lebih aktif dalam berbagai percakapan online.

Budaya kecepatan yang berkembang di media sosial saat ini mendorong pengguna untuk merespons konten secara langsung, menciptakan kebutuhan untuk selalu memperbarui informasi dan terlibat dalam diskusi.¹⁰ Di *Instagram*, pengguna sering kali merasa perlu untuk memberikan like atau komentar sesegera mungkin, yang menekankan pengalaman reaksi instan terhadap berbagai pos yang muncul. Ini menunjukkan bagaimana kecepatan telah menjadi bagian integral dari interaksi sosial, dan dalam banyak kasus, mengarahkan dialog ke ranah yang lebih dangkal dan kurang substansial.¹¹

Video pendek di *TikTok*, misalnya, menyajikan tantangan bagi pengguna untuk menyampaikan pesan yang kuat dalam waktu yang singkat, berkontribusi pada pengembangan budaya visual yang semakin kuat.¹² Gaya presentasi yang menarik ini mampu menarik perhatian bukan hanya dari generasi muda, tetapi juga dari berbagai kelompok usia yang mulai beradaptasi dengan cara berkomunikasi yang lebih cepat dan lebih visual. Selain itu, fenomena ini semakin didorong oleh algoritma yang mendukung konten yang cepat dan menarik untuk dilihat, menciptakan siklus di mana pengguna didorong untuk terus membagikan dan membuat konten baru.¹³

Namun, meskipun budaya kecepatan dan visual mengizinkan penciptaan konten yang dinamis, ada juga risiko terkait dengan penyebaran informasi yang tidak akurat. Dalam era di mana hoaks dan berita palsu dapat menyebar dengan cepat, pengguna sering kali kurang kritis dalam menilai informasi

⁸ Khaeriyah Khaeriyah et al., "The Effect of Social Media on Community Social Change" 3, no. 1 (2023): 1–11.

⁹ Yilang Peng, "What Makes Politicians' Instagram Posts Popular? Analyzing Social Media Strategies of Candidates and Office Holders With Computer Vision," *The International Journal of Press/Politics* 26, no. 1 (2020): 143–166.

¹⁰ Khaeriyah et al., "The Effect of Social Media on Community Social Change."

¹¹ Uta Rußmann dan Jakob Svensson, "Introduction to Visual Communication in the Age of Social Media: Conceptual, Theoretical and Methodological Challenges," *Media and Communication* 5, no. 4 (2017): 1–5.

¹² Sony Kusumasondjaja, "The Roles of Message Appeals and Orientation on Social Media Brand Communication Effectiveness," *Asia Pacific Journal of Marketing and Logistics* 30, no. 4 (2018): 1135–1158.

¹³ Christina Neumayer dan Luca Rossi, "Social Media Materialities and Political Struggle: Power, Images, and Networks" (2017): 263.

yang mereka terima dan bagikan.¹⁴ Perilaku ini menunjukkan bahwa meskipun konten visual mungkin menarik, kualitas dan akurasi informasinya sangat penting untuk diperhatikan, terutama dalam konteks isu politik dan sosial.¹⁵

Selanjutnya, reaksi instan yang didorong oleh kebutuhan untuk terlibat dalam percakapan online dapat mengakibatkan peningkatan tekanan sosial bagi pengguna untuk selalu menyuarakan pendapat mereka dengan cepat. Ketika reaksi tidak secepat mungkin, pengguna dapat merasakan ketertinggalan atau ketidakrelevanan dalam komunitas online mereka, menambah beban psikologis di tengah upaya untuk tetap relevan di ruang digital.¹⁶

Dalam konteks sosial yang lebih luas, media sosial juga berfungsi sebagai alat untuk aktivisme dan perubahan sosial. Platform-platform seperti *Twitter/X* memungkinkan pengguna untuk terhubung dan berkolaborasi terkait indikator sosial tanpa batasan geografis, memudahkan mobilisasi untuk berbagai isu politik dan sosial.¹⁷ Namun, penting untuk diingat bahwa meskipun ada manfaat, perilaku pengguna dalam merespons isu-isu ini sering kali terjebak dalam siklus platform yang mengutamakan kecepatan dan visual.

Untuk merespons perkembangan dan tantangan dalam budaya digital kontemporer, perlu dilakukan penelitian tentang literasi media dan pengaruhnya terhadap interaksi sosial. Meningkatkan pemahaman pengguna tentang cara menilai informasi yang diterima dan berbagi dengan bertanggung jawab merupakan langkah penting menuju interaksi yang lebih bermakna dan bermanfaat.¹⁸ Dengan demikian, meskipun budaya digital membawa banyak keuntungan, penting pula untuk mengakui dan menangani dampak negatif yang dihasilkannya, guna mempromosikan komunikasi yang lebih sehat dan berkualitas di era digital ini.

3.1.2. Pola Komunikasi Orang Muda

¹⁴ Hanwool Choe, "Type Your Listenership: An Exploration of Listenership in Instant Messages," *Discourse Studies* 20, no. 6 (2018): 703–725.

¹⁵ Ibid.

¹⁶ Rußmann dan Svensson, "Introduction to Visual Communication in the Age of Social Media: Conceptual, Theoretical and Methodological Challenges."

¹⁷ Elda Franzia Jasjfi, Stephani Nainggolan, dan R A Wahyuningrum, "Visual Framing With Humorous Approach for Gojek's J3K Initiative Video" (2022).

¹⁸ Max S Mano dan Gilberto Morgan, "Social Media, Patient Empowerment, and Physician Burnout: Seeking Middle Ground," *American Society of Clinical Oncology Educational Book*, no. 42 (2022): 28–37.

Pola komunikasi di kalangan orang muda sering kali dikarakterisasi oleh praktik "*scrolling*," di mana individu mengkonsumsi konten secara pasif tanpa memberi perhatian mendalam. Fenomena ini meresap ke dalam ekosistem media sosial, di mana banyak pengguna menghabiskan waktu berjam-jam untuk menjelajahi *feed* tanpa benar-benar berinteraksi atau memahami apa yang mereka lihat. Dalam konteks Instagram, pengguna dapat melewati banyak gambar atau video tanpa menggali makna atau konten yang lebih dalam, sehingga menyebabkan pengerdilan pengalaman komunikasi.¹⁹

Sementara itu, praktik "*liking*" dan "*reacting*" di media sosial mungkin tampak sebagai bentuk komunikasi yang sederhana dan efisien, tetapi sebenarnya ini mencerminkan pola komunikasi minimalis. Ketika seseorang menyukai atau memberi reaksi pada sebuah unggahan, mereka tidak hanya menyampaikan dukungan, tetapi juga menciptakan kesan keterlibatan yang tidak selalu mencerminkan pemikiran atau perspektif yang kompleks. Ini dapat berdampak negatif pada pemahaman yang lebih dalam tentang isu-isu yang dibahas, menciptakan ilusi partisipasi tanpa substansi.²⁰

Selanjutnya, sikap "*commenting*" di platform seperti Instagram sering kali bersifat simbolik dan singkat, dengan banyak komentar yang tidak menawarkan wawasan atau argumen substansial. Pengguna cenderung menulis komentar yang terlalu pendek dan terkadang mengandalkan humor atau sarkasme alih-alih memberikan analisis yang mendalam.²¹ Hal ini menciptakan iklim komunikasi yang dangkal, di mana pesan yang disampaikan tidak menciptakan dialog yang konstruktif atau refleksi yang terjadi di sekitar tema yang lebih besar.

Dalam kondisi "*scrolling*," komunikasi yang bersifat pasif ini sering kali berkontribusi terhadap pembentukan bias, di mana individu hanya terpaku pada pandangan atau ide tertentu.²² Ketika pengguna hanya meluangkan waktu untuk melihat konten yang sesuai dengan preferensi mereka, hal ini dapat menyebabkan terbentuknya "*echo chamber*" di mana sudut pandang yang kontradiktif diabaikan. Ini memperkuat pandangan yang sempit dan membatasi pemahaman yang lebih beragam tentang isu yang relevan.

¹⁹ Siti Nur Shabrina et al., "Pengaruh Media Sosial Terhadap Komunikasi Anak Usia Remaja," *Arus Jurnal Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2024): 290–298.

²⁰ Andi Saadillah et al., "Penggunaan Bahasa Sarkasme Netizen Di Media Sosial," *Jurnal Onoma Pendidikan Bahasa Dan Sastra* 9, no. 2 (2023): 1437–1447.

²¹ Ibid.

²² Witanti Prihatiningsih, "Motif Penggunaan Media Sosial Instagram Di Kalangan Remaja," *Communication* 8, no. 1 (2017): 51.

Di sisi lain, konten yang bersifat visual, yang menjadi arus utama di media sosial, sering kali menciptakan rasa urgensi untuk merespons tanpa memberi waktu untuk pemikiran yang matang. Ketika konten terlalu cepat mengalir, pengguna merasa tertekan untuk merespons, yang mendorong mereka untuk mengambil keputusan impulsif dalam memberikan *thumbs up* atau komentar pendek, sering kali tanpa pemikiran yang mendalam.²³ Hal ini menciptakan pola di mana komunikasi tidak dijalani sebagai proses diskursif, melainkan sebagai perilaku otomatis yang difasilitasi oleh antarmuka digital.

Ketergantungan pada reaksi instan semacam ini menciptakan distorsi dalam komunikasi antar individu, karena interaksi menjadi berorientasi pada performativitas, bukan pada pembelajaran atau pertukaran pengetahuan. Dalam situasi ini, nilai dari konten yang dibagikan berkurang secara signifikan, dan interaksi menjadi kompetisi untuk mendapatkan perhatian daripada berbagi wawasan yang berarti.²⁴ Dengan kata lain, orang muda berinteraksi dengan cara yang lebih mirip "permainan angka" daripada dialog yang produktif.

Mengingat fakta ini, kecerobohan dalam sistem komunikasi ini dapat menurunkan kualitas interaksi yang diharapkan dari platform media sosial. Pola komunikasi yang dangkal justru memperkuat kesalahpahaman dan konformitas opini di antara komunitas online, di mana individu lebih terfokus pada menerima serta memberi pengakuan demi validasi sosial daripada berinvestasi dalam dialog yang berharga dan mendalam.

Keberadaan media sosial memang membawa kekhawatiran serius terkait dampak psikologis terhadap individu, karena komunikasi yang dangkal dapat menarik mereka lebih dalam ke dalam kecemasan, depresi, dan rasa kesepian.²⁵ Pola *scrolling*, *liking*, dan *commenting* yang menghasilkan semakin banyak waktu dihabiskan untuk konsumsi konten pasif tentu dapat merusak kemampuan sosial dan keterampilan berkomunikasi yang lebih dalam. Sangat penting untuk memperkuat literasi media di kalangan orang muda, membantu mereka mengenali dan memahami implikasi dari pola komunikasi mereka.

²³ Adita Dwi Prasetya, Agus Hadi Utama, dan Mastur Mastur, "Pemanfaatan Sosial Media Sebagai Penyajian Konten Pembelajaran Digital: Study Literature Review," *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran* 4, no. 2 (2024): 1004–1017.

²⁴ Intan Musdalifah dan Nikmah Hadiati Salisah, "Cyberdakwah: Tiktok Sebagai Media Baru," *Komunida Media Komunikasi Dan Dakwah* 12, no. 2 (2022): 176–195.

²⁵ Agi Ginanjar et al., "Sosialisasi AISIRE Bagi Guru Sekolah Dasar Sebagai Pendukung Pembelajaran Pendidikan Jasmani," *Promotif Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 2 (2024): 115–127.

3.1.3. Aspek Repetitif dan Dangkal dalam Komunikasi

Aspek repetitif dan dangkal dalam komunikasi di era digital kontemporer tercermin melalui kebiasaan berulang tanpa tujuan reflektif. Penggunaan media sosial yang intens membuat interaksi sosial di antara orang muda sering kali bersifat otomatis dan tidak dipikirkan secara mendalam. Misalnya, *scrolling* tanpa henti di platform seperti *Instagram* atau *TikTok* menjadi aktivitas umum, di mana individu menyerap berbagai jenis konten tanpa mengambil waktu untuk merenung atau mempertimbangkan makna dari apa yang mereka lihat. Kebiasaan ini menunjukkan kurangnya keinginan untuk melakukan refleksi terhadap informasi yang dikonsumsi, yang dapat menyebabkan desensitisasi terhadap konten dan mengurangi kapasitas untuk memahami isu-isu yang lebih kompleks di lingkungan sosial.

Lebih jauh lagi, komunikasi di dunia maya sering kali lebih merupakan rutinitas daripada pertukaran makna yang mendalam. Ketika orang muda berinteraksi melalui komentar singkat atau reaksi emotikon, banyak komunikasi yang berlangsung menjadi datar dan kurang substansial. Ketergantungan pada format komunikasi yang cepat dan singkat ini mengurangi kesempatan untuk terlibat dalam diskusi yang dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mereka. Dengan demikian, diskusi yang seharusnya produktif dan memicu pemikiran kritis menjadi tereduksi menjadi sekadar ritual sosial tanpa makna yang lebih dalam.

Fenomena dominasi *tren* di media sosial juga memberikan dampak negatif terhadap originalitas komunikasi. Banyak orang muda merasa tertekan untuk tetap mengikuti tren terkini dan berpartisipasi dalam praktik yang dianggap "keren" oleh kelompok sebaya mereka. Hal ini mengarah pada homogenisasi konten yang dibagikan dan dipublikasikan di platform. Dalam banyak kasus, inovasi dan pemikiran original tereduksi karena individu lebih memilih untuk menyesuaikan diri dengan apa yang sedang populer, sehingga kreativitas dan keunikan suara mereka menurun secara signifikan.

Tren yang didominasi dalam komunikasi di media sosial seringkali menghasilkan rasa ketidakpuasan dan kehilangan jati diri. Ketika seseorang berkomunikasi hanya untuk memenuhi ekspektasi sosial atau mengikuti tren, keinginan untuk menyampaikan pandangan atau pengalaman pribadi berkurang drastis. Akibatnya, interaksi sosial menjadi lebih superficial, menciptakan suasana di mana orang tidak merasa nyaman atau tidak bebas untuk mengekspresikan diri secara autentik dan berbeda dari norma yang ada. Dalam konteks ini, aspek repetitif dan dangkal ini juga mencerminkan fenomena "*content fatigue*" di mana konsumen konten merasa lelah terhadap banjir informasi yang tidak bermakna dan tidak mendalam. Para pengguna

yang terjebak dalam rutinitas komunikasi digital dapat kehilangan kemampuan untuk berinvestasi dalam informasi yang relevan karena terlalu banyak konten yang tidak memenuhi ekspektasi mereka akan kualitas. Mencari makna dalam situasi seperti ini membuat mereka menjadi resisten terhadap informasi berkualitas.

Pola komunikasi repetitif dan dangkal ini memengaruhi perkembangan intelektual dan sosial orang muda. Agar dapat berkomunikasi secara efektif, mereka perlu dilatih untuk merefleksikan dan mengembangkan kemampuan menjadi pendengar dan pembicara yang baik. Hal ini melibatkan pemahaman lebih dalam akan isi pesan, melakukan analisis kritis terhadap konten, serta membangun kemauan untuk terlibat dalam dialog yang lebih bermakna dan produktif di lingkungan digital yang sering kali dangkal. Tanpa langkah-langkah ini, penting untuk menyadari bahwa komunikasi di era digital bisa menghadirkan tantangan yang tidak hanya bersifat individual tetapi juga kolektif dalam membangun masyarakat yang lebih mengedepankan kualitas diskusi dan pertukaran ide.

3.2. Analisis Kritis Pola Komunikasi Digital

3.2.1. Perspektif Teori Komunikasi Kritis

Teori komunikasi kritis, yang dipelopori oleh pemikir seperti Jürgen Habermas, menekankan bahwa komunikasi tidak hanya menjadi sarana untuk pertukaran informasi, tetapi juga berfungsi sebagai alat dominasi budaya. Dalam pandangan Habermas, dominasi ini muncul dari ketidaksamaan kekuasaan yang tertanam di dalam struktur masyarakat. Dia berargumen bahwa komunikasi yang otentik seharusnya bersifat dialogis dan tidak terikat oleh konteks sosial yang menindas. Situasi ini menunjukkan bagaimana sistem kekuasaan, melalui kontrol atas media, dapat membentuk dan mempengaruhi pemikiran individu dengan cara yang mungkin tidak disadari oleh mereka.²⁶ Oleh karena itu, penting untuk memahami komunikasi sebagai arena pertempuran ideologi, di mana suara-suara tertentu didominasi dan disuarakan, sementara yang lain ditekan atau diabaikan.

Dalam konteks ini, kebebasan berkomunikasi sering kali dibayangi oleh struktur sosial yang mengatur apa yang dianggap sebagai wacana yang sah. Media, sebagai saluran utama komunikasi, berperan penting dalam membentuk apa yang dianggap sebagai "realitas sosial." Hal ini selaras dengan pemikiran Marshall McLuhan, yang mendalilkan bahwa "media adalah pesan." Maksudnya adalah bahwa sifat media itu sendiri mengubah

²⁶ Christian Fuchs, "Ibn Khaldūn and the Political Economy of Communication in the Age of Digital Capitalism," *Critical Sociology* 50, no. 4–5 (2023): 727–745.

cara individu berinteraksi dengan dunia, lebih dari apa yang sebenarnya disampaikan oleh konten.²⁷ Media membentuk kerangka bagaimana pesan diterima dan dipahami, yang pada gilirannya dapat memperkuat struktur sosial yang ada dan mendukung dominasi budaya.

Selain itu, Jean Baudrillard mengemukakan konsep "hyperreality," di mana representasi menjadi lebih berpengaruh daripada realitas itu sendiri. Ini terjadi ketika media menjadikan simulasi sebagai hal yang lebih nyata daripada pengalaman langsung, menciptakan suatu realitas alternatif yang mempengaruhi persepsi individu terhadap dunia. Dalam konteks komunikasi, hal ini merujuk pada bagaimana informasi dan pengalaman yang disajikan di media dapat mempengaruhi pandangan seseorang, sering kali lebih kuat daripada pengalaman mereka sendiri di dunia nyata.²⁸ Dengan demikian, media berfungsi tidak sekadar sebagai refleksi realitas, tetapi juga sebagai pembentuk realitas itu sendiri.

Kedua pemikir ini menawarkan kerangka penting untuk menganalisis hubungan antara kekuasaan, media, dan komunikasi. Dalam struktur komunikasi yang diatur oleh kekuasaan, dialog yang seharusnya bersifat terbuka dan inklusif sering kali tereduksi menjadi komunikasi yang sepihak, di mana pihak yang dominan dapat memaksakan narasi mereka tanpa mendapatkan tantangan yang berarti dari perspektif yang lebih minoritas atau tertindas.²⁹ Hal ini menciptakan suasana di mana masyarakat hanya dapat beroperasi dalam batas-batas wacana yang telah ditentukan oleh media dominan.

Selain itu, ketimpangan dalam akses media juga memperburuk dominasi budaya ini. Mereka yang memiliki kendali atas produksi konten media mungkin tidak mewakili keberagaman pandangan, menyebabkan pengabaian terhadap pengalaman dan aspirasi kelompok lain. Dalam konteks ini, komunitas yang lebih kecil berjuang untuk mendapat pengakuan dan suara mereka dalam dialog publik. Ketergantungan pada platform media sosial

²⁷ Mochammad Helmy Fikri, Rakan Yuris Al Fatah Magister, dan Aloysius Mario Threciano de Rozari, "Critical Perspective Analysis in the Implementation of 'Rubber Article' ITE Law Phenomenon in the Context of Spreading the Ferdy Sambo Case" (2022): 116–122.

²⁸ Herlinda Fitria, "Hiperrealitas Dalam Social Media (Studi Kasus: Makan Cantik Di Senopati Pada Masyarakat Perkotaan)," *Informasi* 45, no. 2 (2016): 87.

²⁹ Patricia Robin dan Elisti Halimuci, "Hyperreality of Gacoan Noodles in the Foodstagramming Trend on Instagram Social Media," *Open Access Indonesia Journal of Social Sciences* 7, no. 2 (2024): 1437–1444.

untuk berkomunikasi sering kali memicu situasi di mana konten yang viral lebih dipromosikan daripada suara-suara yang berbobot.³⁰

Sebagai respons terhadap situasi ini, penting untuk mengembangkan pendekatan kritis dalam memahami media sebagai bukan hanya saluran informasi, tetapi sebagai entitas yang dapat membangun atau menghancurkan realitas sosial. Dengan memahami media dalam konteks kekuasaan, individu dapat menjadi lebih kritis terhadap informasi yang mereka konsumsi dan berlatih untuk mengejar dialog yang lebih berarti dan setara.³¹ Hal ini penting untuk membangun kesadaran akan dampak media dalam menciptakan representasi yang adil dan realistis di masyarakat.

Melalui berbagai kajian tentang perspektif teori komunikasi kritis, terlihat bahwa analisis tersebut tidak hanya relevan dalam konteks akademis, namun juga sangat penting dalam mempraktikkan kesadaran sosial di dunia nyata. Komunikasi yang efektif dan adil harus datang dari pengertian yang mendalam tentang bagaimana struktur sosial dan media berinteraksi untuk membentuk pengertian kita tentang realitas. Diperlukan upaya sadar untuk mendemokratisasi komunikasi dan menciptakan ruang bagi dialog yang otentik dan inklusif. Dengan demikian, memahami komunikasi sebagai potensi dominasi budaya dan melihat media sebagai konstruktor realitas sosial merupakan langkah vital dalam menciptakan masyarakat yang lebih adil dan setara.

Secara keseluruhan, kajian mendalam tentang dominasi budaya dan konstruksi realitas oleh media membantu kita untuk tidak hanya memahami konteks komunikasi modern, tetapi juga untuk menjadi agen perubahan yang lebih baik dalam menciptakan dialog yang lebih kritis dan inklusif. Dalam dunia *hyperreality* dan dominasi wacana, kita dihadapkan pada tantangan untuk memastikan bahwa suara-suara yang tidak terdengar diperkaya dan diakui, agar kita dapat berfungsi dan berkembang sebagai masyarakat yang utuh dan seimbang.

3.2.2. Krisis Makna dalam Komunikasi Instan

Krisis makna dalam komunikasi instan telah menjadi masalah signifikan dalam masyarakat modern, di mana informasi dapat diakses dengan sangat cepat melalui berbagai platform digital. Dengan munculnya layanan pesan

³⁰ Elizabeth A Suter dan Kristen Norwood, "Critical Theorizing in Family Communication Studies: (Re)Reading Relational Dialectics Theory 2.0," *Communication Theory* 27, no. 3 (2017): 290–308.

³¹ Manfred Kühn, "Agonistic Planning Theory Revisited: The Planner's Role in Dealing With Conflict," *Planning Theory* 20, no. 2 (2020): 143–156.

instan dan media sosial, individu sering kali dihadapkan pada arus informasi yang begitu deras sehingga tidak punya waktu untuk merenungkan atau memproses konten tersebut. Fenomena ini membuat individu berisiko tidak memahami secara mendalam informasi yang mereka konsumsi, yang dapat mengarah pada miskomunikasi dan misinterpretasi.³² Ketika informasi disajikan dalam format yang cepat dan ringkas, seperti tweet atau pesan *WhatsApp*, sering kali nilai dan konteks dari pesan tersebut hilang.

Budaya responsif, di mana orang-orang cenderung mengedepankan reaksi instan daripada pemikiran mendalam, menjadi ciri khas dari komunikasi sehari-hari di media sosial. Dalam situasi ini, reaksi yang cepat seperti *like*, *share*, atau komentar sering kali dianggap lebih penting daripada kualitas pemikiran dan analisis.³³ Konsekuensi dari budaya responsif ini adalah pengurangan kesempatan untuk refleksi yang lebih kritis; individu mungkin tidak sepenuhnya memahami atau mempertimbangkan dampak dari reaksi mereka. Dalam konteks ini, komunikasi bukan lagi proses yang membangun makna, melainkan lebih kepada serangkaian respons otomatis terhadap rangsangan dari lingkungan digital. Sebaliknya, budaya reflektif mengarah pada komunikasi yang lebih mendalam dan berbobot, yang melibatkan pemikiran kritis dan analisis terhadap informasi. Hal ini penting, terutama dalam konteks perubahan sosial dan politik, di mana informasi yang disampaikan dapat mempengaruhi pendapat publik dan keputusan individu. Namun, dominasi komunikasi instan mengurangi kesempatan untuk bertukar ide dan membangun wacana yang konstruktif. Akibatnya, individu mungkin terjebak dalam polarisasi pandangan, di mana argumen dan dialog yang bermakna menjadi jarang terjadi.³⁴

Degradasi nilai dalam komunikasi sosial adalah akibat lain dari krisis makna ini. Ketika individu berfokus pada kecepatan dan response, nilai-nilai dasar dalam interaksi manusia, seperti empati, keamanan, dan otentisitas, dapat terabaikan. Hal ini dapat meningkatkan ketidakpuasan sosial dan mengarah pada interaksi yang lebih dangkal dan kurang bermakna. Saat individu terjebak dalam pola komunikasi yang tidak berkelanjutan, persepsi

³² Nur Ain Nabilah Roslan, Ahmad Fauzi Mohd Ayub, dan Norliza Ghazali, "Predictor of Instant Messaging Use Among Students for Academic Purpose," *International Journal of Interactive Mobile Technologies (Ijim)* 14, no. 15 (2020): 195.

³³ Juhyung Sun dan Sun Kyong Lee, "Flooded With Too Many Messages? Predictors and Consequences of Instant Messaging Fatigue," *Information Technology and People* 35, no. 7 (2021): 2026–2042.

³⁴ Ibid.

terhadap norma sosial dan hubungan interpersonal dapat terdistorsi, sehingga individu merasa terasing satu sama lain.

Dalam konteks filsafat kontemporer, krisis makna dalam komunikasi instan ini dapat dihubungkan dengan konsep-konsep seperti *hyperreality* dari Jean Baudrillard, di mana batas antara realitas dan representasi menjadi kabur. Ketika orang-orang lebih tertarik pada persepsi dan citra yang dibentuk oleh media daripada interaksi nyata di dunia, substansi dan makna dari komunikasi terganggu. Pemikiran kritis terhadap bagaimana media membangun representasi realitas menjadi penting untuk memahami dampak komunikasi instan terhadap kehidupan sosial.

Menghadapi tantangan ini, penting untuk mengedepankan pendidikan literasi media yang menekankan pemrosesan informasi secara kritis. Hal ini melibatkan pembelajaran tentang bagaimana mengevaluasi sumber, memahami konteks, dan membangun argumen yang solid dalam komunikasi. Upaya untuk meningkatkan kemampuan reflektif ini dapat memperkaya kualitas dialog dalam masyarakat, memfasilitasi pertukaran ide yang lebih konstruktif dan berkualitas.³⁵

Mengalihkan fokus dari budaya responsif ke budaya reflektif dalam komunikasi tidak hanya penting untuk individu, tetapi juga untuk masyarakat secara keseluruhan. Ketika masyarakat terjebak dalam krisis makna, ada kebutuhan mendesak untuk memastikan nilai-nilai komunikasi yang mendalam dan autentik tidak hilang. Dengan kembali ke praktik komunikasi yang memprioritaskan makna, misi untuk membangun hubungan sosial yang lebih kuat dan saling mendukung dapat terlaksana, memberikan manfaat signifikan bagi kohesi sosial dan kesejahteraan individu. Melalui pemahaman dan refleksi yang lebih mendalam, kita dapat mulai mengatasi tantangan krisis makna dalam komunikasi instan ini.

3.2.3. Efek Sosial dan Psikologis

Dalam era komunikasi digital yang cepat dan serba instant, efek sosial dan psikologis yang muncul telah menunjukkan dampak yang cukup signifikan pada individu dan masyarakat. Salah satu dampak utama adalah alienasi dan keterputusan makna personal. Ketika informasi disampaikan dengan cepat dan sering kali tanpa konteks yang mendalam, individu dapat merasa terasing dari pengalaman dan nilai-nilai yang mereka anut. Penyampaian informasi yang mendesak dalam format singkat seperti tweet atau status media sosial sering kali membuat individu tidak memiliki waktu

³⁵ Ibid.

untuk merenungkan makna atau refleksi dari pengalaman tersebut. Hal ini dapat mengakibatkan hilangnya koneksi dengan diri sendiri dan orang lain, menciptakan perasaan keterasingan yang mendalam.

Ketergantungan pada validasi eksternal adalah aspek lain yang mendalam dalam dinamika komunikasi instan ini. Dalam konteks media sosial, individu seringkali mencari pengakuan melalui *likes*, *shares*, dan komentar, yang sering kali lebih berarti dibandingkan interaksi yang tulus dan autentik. Skor validasi ini menjadi ukuran 'nilai' individu di mata orang lain, sehingga menciptakan anhedonia ketika interaksi sosial tidak memenuhi ekspektasi tersebut. Seniman dan pembuat konten, misalnya, dapat terjebak dalam spiral pencarian validasi eksternal, yang menurunkan daya tarik konten kreatif mereka dalam upaya untuk mendapatkan popularitas. Ketergantungan ini dapat mengarah pada perasaan tidak puas dan keresahan, yang pada gilirannya dapat memperparah masalah kesehatan mental di kalangan individu, terutama di kalangan generasi muda.

Budaya responsif yang didorong oleh teknologi komunikasi cepat memiliki implikasi serius bagi kualitas empati dan interaksi sosial yang autentik. Ketika interaksi difasilitasi oleh respons cepat yang bersifat superfisial, ruang untuk empati atau mendengarkan dengan penuh perhatian menjadi terbatas. Penelitian menunjukkan bahwa paparan yang berlebihan terhadap konten yang disajikan dengan cepat dapat mengakibatkan desensitisasi terhadap emosi orang lain dan mengurangi kemampuan individu untuk berempati. Berkontribusi pada penurunan kemampuan berinteraksi secara mendalam, individu menjadi lebih cepat melakukan reaksi tanpa mempertimbangkan konteks atau dampak dari kata-kata yang mereka gunakan, menghasilkan interaksi yang bersifat transaksional daripada relasional.

Penurunan kualitas empati dan interaksi autentik dapat dilihat sebagai konsekuensi dari krisis yang lebih besar dalam cara kita berkomunikasi. Ketika ruang untuk berbagi pengalaman yang mendalam dan saling memahami semakin menyempit, individu mungkin kehilangan kualitas hubungan yang selama ini menjadi penyangga sosial. Alih-alih membangun koneksi yang dapat memperkaya pengalaman hidup kita, individu terjebak dalam pola komunikasi yang tidak memadai, di mana makna yang lebih dalam hilang dalam perjalanan menuju kecepatan dan respons instan. Dalam hal ini, komunikasi digital bukanlah alat yang membangun, melainkan menjadi penghalang bagi hubungan yang lebih kaya.

Penting untuk mencari solusi yang dapat membantu memulihkan makna dalam komunikasi sosial. Salah satu pendekatan adalah dengan berupaya

menciptakan ruang untuk diskusi yang lebih reflektif dan berharga. Mengedukasi individu tentang pentingnya mendengarkan dan berempati dalam interaksi dapat membantu mengurangi alienasi dan meningkatkan kualitas hubungan sosial. Ini juga termasuk mengajukan pertanyaan yang lebih dalam dalam komunikasi dan menciptakan kebiasaan untuk memberi perhatian lebih kepada orang lain dan bukan sekadar menanggapi berdasarkan impuls.

3.3. Upaya Reflektif Dan Alternatif Komunikasi

3.3.1. Membangun Komunikasi yang Bermakna

Membangun komunikasi yang bermakna dalam konteks yang terus berkembang akibat digitalisasi memerlukan pendekatan yang lebih kritis terhadap interaksi *online*. Tantangan yang dihadapi di era digital termasuk perlunya melambatkan laju interaksi dan membangkitkan kesadaran kritis terhadap komunikasi yang berlangsung di platform digital. Hal ini terutama relevan dengan meningkatnya ketergantungan pada teknologi digital yang, meskipun memungkinkan fleksibilitas dan efisiensi, seringkali mengurangi kualitas interaksi manusia.

Pertama, perluasan penggunaan platform digital mampu mempercepat proses komunikasi namun juga membawa serta risiko yang signifikan. Berbagai studi menunjukkan bahwa teknologi dapat mengakibatkan kehilangan keintiman dan komunikasi nonverbal, yang merupakan komponen penting dalam komunikasi interpersonal. Penelitian menunjukkan bahwa ruang komunikasi digital sering kali adalah konteks di mana isyarat nonverbal, seperti ekspresi wajah dan intonasi, tidak dapat disampaikan dengan baik, yang dapat menghambat pemahaman dan keterhubungan yang mendalam.³⁶ Hal ini menciptakan kebutuhan untuk melambatkan proses interaksi, memfokuskan perhatian pada pengembangan hubungan yang lebih mendalam dan bermakna di antara individu, serta meminimalisir interaksi yang dangkal dan cepat di media sosial.³⁷

Selanjutnya, meningkatkan kesadaran kritis dalam interaksi online adalah krusial dalam mengatasi ketidakseimbangan akses terhadap teknologi serta produk digital. Sederhananya, kesadaran kritis membantu individu untuk mempertanyakan dan mengevaluasi informasi yang mereka terima,

³⁶ Sevgi KAVUT, "Interpersonal Communication and Impression Management in Digital Environments: An Examination on Tiktok," *Erciyes İletişim Dergisi*, no. 3 (2022): 57–73.

³⁷ Michelle Janning, Wen-Jun Gao, dan Emma Snyder, "Constructing Shared 'Space': Meaningfulness in Long-Distance Romantic Relationship Communication Formats," *Journal of Family Issues* 39, no. 5 (2017): 1281–1303.

sehingga memperkuat pemahaman mereka tentang bagaimana media digital dapat membentuk persepsi dan hubungan sosial. Di saat yang sama, pendidikan tentang literasi digital sangat penting bagi generasi muda yang tumbuh dalam dunia yang terdigitalisasi, agar mereka tidak hanya menjadi pengguna teknologi, tetapi juga pemicu perubahan positif dalam cara berkomunikasi dan berinteraksi secara bermakna.³⁸

Membangun komunikasi yang bermakna di era digital tidak hanya tentang memanfaatkan teknologi, tetapi juga tentang melibatkan diri secara aktif dalam proses komunikasi yang lebih mendalam, dengan kesadaran akan tantangan dan peluang yang ada. Keterlibatan individu dalam mendiskusikan dan mengatasi ketidaksetaraan dalam penggunaan teknologi sangatlah penting.³⁹ Selain itu, menciptakan ruang untuk refleksi kritis dalam berinteraksi secara daring akan berkontribusi pada penguatan identitas sosial dan emosional setiap individu dalam sebuah komunitas yang lebih luas.

Dengan demikian, membangun komunikasi yang bermakna melibatkan dua langkah utama: perlunya melambatkan interaksi digital untuk meningkatkan kedalaman hubungan interpersonal, serta mendorong kesadaran kritis di kalangan individu tentang cara mereka berkomunikasi dan berinteraksi dalam ruang digital.

3.3.2. Literasi Media dan Kesadaran Sosial

Pendidikan komunikasi kritis untuk generasi muda menjadi aspek penting dalam era digital saat ini, terutama berkenaan dengan penggunaan media sosial. Dalam konteks ini, pentingnya pendekatan yang sadar dan tidak impulsif terhadap media sosial menjadi semakin relevan. Generasi muda, yang merupakan pengguna aktif media sosial, cenderung terpengaruh oleh dinamika dan sifat impulsif dari platform yang mereka gunakan. Memperhatikan fenomena ini, literasi media dan kesadaran sosial menjadi kunci dalam membentuk penggunaan media sosial yang lebih bertanggung jawab dan konstruktif.

Salah satu tantangan terbesar dalam penggunaan media sosial adalah hubungan antara impulsivitas dan penggunaan smartphone. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang lebih cenderung untuk berperilaku impulsif lebih mungkin untuk menggunakan aplikasi media sosial secara

³⁸ Jun Fu, "Digital Literacy in Chinese Young People's Engagement on Weibo," *Beijing International Review of Education* 2, no. 3 (2020): 420–434.

³⁹ Vikki S Katz dan Carmen González, "Community Variations in Low-Income Latino Families' Technology Adoption and Integration," *American Behavioral Scientist* 60, no. 1 (2015): 59–80.

berlebihan.⁴⁰ Hal ini menciptakan kecenderungan bagi pengguna untuk terlibat dalam perilaku *scrolling* tanpa tujuan yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan mereka, seperti peningkatan kecemasan dan depresi, terutama di kalangan remaja.⁴¹ Dengan adanya kesadaran diri dan kontrol diri yang lebih baik, remaja dapat terhindar dari penggunaan media sosial yang tidak terencana dan lebih berfokus pada interaksi yang bermakna.⁴²

Pendidikan komunikasi kritis bukan hanya mempersiapkan generasi muda untuk menilai dan menganalisis informasi yang mereka terima dari media sosial, tetapi juga mengajarkan mereka untuk membedakan antara penggunaan media sosial yang produktif dan yang tidak.⁴³ Strategi ini penting untuk menjaga kesehatan mental dan meningkatkan keterampilan berpikir kritis yang sangat diperlukan dalam dunia yang penuh dengan informasi dan opini yang beragam. Dalam mendukung pendidikan tersebut, pengintegrasian program-program yang berbasis pada kesadaran sosial sangat vital; hal ini membantu remaja untuk memahami dampak dari perilaku online mereka serta mengarahkan interaksi mereka ke arah yang lebih positif dan inklusif.⁴⁴

Ketahanan terhadap tekanan sosial dari penggunaan media sosial juga dapat ditingkatkan dengan membekali generasi muda dengan keterampilan literasi media yang lebih baik. Mereka diajarkan untuk tidak hanya berpartisipasi aktif dalam platform-platform sosial, tetapi juga untuk menjadi pengguna yang sadar, yang mampu mengevaluasi konten dan dampaknya terhadap diri mereka dan Masyarakat.⁴⁵ Hal ini sangat penting, terutama di era di mana disinformasi dan berita palsu dapat menyebar dengan cepat di platform digital. Kesiapan untuk mempertanyakan dan memahami nilai yang

⁴⁰ Tim Schulz van Endert dan Peter N C Mohr, "Likes and Impulsivity: Investigating the Relationship Between Actual Smartphone Use and Delay Discounting," *Plos One* 15, no. 11 (2020): e0241383.

⁴¹ Hilde Thygesen et al., "Social Media Use and Its Associations With Mental Health 9 Months After the COVID-19 Outbreak: A Cross-National Study," *Frontiers in Public Health* 9 (2022).

⁴² V N Kalinin dan Nükte Edgüer, "The Effects of Self-Control and Self-Awareness on Social Media Usage, Self-Esteem, and Affect," *Eureka* 8, no. 1 (2023).

⁴³ Andrea C Villanti et al., "Social Media Use and Access to Digital Technology in US Young Adults in 2016," *Journal of Medical Internet Research* 19, no. 6 (2017): e196.

⁴⁴ Hannah Mumber et al., "Impact of a *Comfortable in Our Skin* Interactive Workshop on Social Media Awareness and <scp>self-confidence</Scp> in Adolescents," *Pediatric Dermatology* 39, no. 4 (2022): 553–556.

⁴⁵ Bianca A Barton et al., "The Effects of Social Media Usage on Attention, Motivation, and Academic Performance," *Active Learning in Higher Education* 22, no. 1 (2018): 11–22.

terkandung dalam setiap informasi yang mereka akses dapat membantu generasi muda menghindari perilaku impulsif dan berkontribusi pada ekosistem informasi yang lebih sehat.⁴⁶

Oleh karena itu, membangun literasi media dan kesadaran sosial dalam pendidikan komunikasi kritis sangatlah penting. Ini bukan hanya soal mengajarkan generasi muda bagaimana menggunakan teknologi, tetapi juga bagaimana berpikir secara kritis dan bertanggung jawab saat terlibat dengan teknologi tersebut. Hal ini berkontribusi terhadap penciptaan masyarakat yang lebih bijaksana dalam menggunakan media sosial, dan meningkatkan kualitas interaksi antar individu di dunia digital saat ini.

3.3.3. Mengembalikan Tujuan Komunikasi

Mengembalikan tujuan komunikasi di era digital memerlukan pemahaman yang mendalam tentang sifat komunikasi itu sendiri, yakni komunikasi sebagai dialog dan bukan sekadar ekspresi. Dalam konteks ini, komunikasi seharusnya dipahami sebagai proses interaktif di mana individu berpartisipasi dalam pertukaran ide, nilai, dan makna secara aktif. Filsuf kontemporer seperti Martin Buber menekankan pentingnya hubungan antarpribadi dalam komunikasi. Dia membedakan antara "Aku-Engkau" dan "Aku-Itu," di mana komunikasi yang bermakna terjadi ketika individu saling mengakui keberadaan satu sama lain dalam konteks dialog yang lebih dalam.⁴⁷

Ruang digital berperan sentral dalam memfasilitasi komunikasi ini. Melalui platform media sosial dan forum *online*, individu dapat bertukar pemikiran dan pengalaman tanpa batasan geografis. Namun, fenomena ini juga menciptakan tantangan, di mana komunikasi seringkali terdistorsi menjadi bentuk penyampaian informasi sepihak atau ekspresi diri tanpa keterlibatan emosional yang mendalam. Dalam pandangan filsafat kontemporer, seperti yang diungkapkan oleh Jürgen Habermas, pentingnya komunikasi sebagai sarana untuk membangun konsensus dalam masyarakat demokratis menggambarkan bahwa komunikasi seharusnya berfungsi

⁴⁶ Hatice Yıldız Durak dan Süleyman Sadi Seferoğlu, "Modeling of Variables Related to Problematic Social Media Usage: Social Desirability Tendency Example," *Scandinavian Journal of Psychology* 60, no. 3 (2019): 277–288.

⁴⁷ Alejandro Rubio Barañano et al., "Using a Smartphone on the Move: Do Visual Constraints Explain Why We Slow Walking Speed?," *Experimental Brain Research* 240, no. 2 (2021): 467–480.

sebagai medium dialogis, bukan sekadar sebagai alat untuk mengekspresikan diri.⁴⁸

Dialog yang efektif dalam ruang digital tidak hanya menciptakan interaksi, tetapi juga membangun pemahaman yang lebih kaya dan saling menghargai antarindividu. Dalam konteks ini, nilai dan makna yang dihasilkan dalam dialog tersebut mencerminkan norma dan praktik budaya yang saling terkait. Universalitas nilai, khususnya dalam lintas budaya, sangat penting untuk membangun komunikasi yang inklusif. Pendekatan ini sejalan dengan pemikiran filsafat kekinian yang menekankan bahwa nilai sejati dibangun melalui interaksi yang inklusif dan saling menghormati, seperti dianjurkan oleh Martin Heidegger, yang menjelaskan pentingnya "keberadaan bersama" dalam pengalaman manusia.⁴⁹

Pentingnya mengembalikan komunikasi sebagai dialog juga terletak pada peran edukasi dalam pengembangan kesadaran kritis di kalangan pengguna media digital. Generasi muda perlu diajarkan untuk memahami bahwa komunikasi bukanlah hanya alat penyampaian informasi, tetapi juga proses membangun relasi sosial yang dinamis. Melalui pendidikan komunikasi yang menekankan dialog, mereka dapat mengembangkan keterampilan berargumentasi yang baik, sekaligus belajar untuk menghargai pandangan orang lain. Tindakan ini bukan hanya memperkaya mereka secara intelektual tetapi juga membangun rasa empati dan toleransi dalam berinteraksi dengan sesama.⁵⁰

Di sisi lain, dialog dalam ruang digital juga memberikan kesempatan bagi individu untuk mengekspresikan pendapat dan nilai-nilai mereka dengan cara yang lebih bebas dan terbuka. Namun, tantangan besar yang dihadapi adalah potensi penyebaran informasi yang keliru atau *hoaks* yang dapat merusak dialog yang sehat. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk belajar menerapkan pendekatan kritis dalam menganalisis informasi yang mereka terima dan sebarluaskan. Filsafat kritis yang dikembangkan oleh Theodor Adorno dan Max Horkheimer menyoroti perlunya evaluasi

⁴⁸ Arne Hansen et al., "Perception of the Progressing Digitization and Transformation of the German Health Care System Among Experts and the Public: Mixed Methods Study," *Jmir Public Health and Surveillance* 5, no. 4 (2019): e14689.

⁴⁹ Sutrisno Sutrisno, Kraugusteeliana Kraugusteeliana, dan Syamsuri Syamsuri, "Analysis of the Interconnection Between Digital Skills of Human Resources in SMEs and the Success of Digital Business Strategy Implementation," *Malcom Indonesian Journal of Machine Learning and Computer Science* 4, no. 2 (2024): 601–606.

⁵⁰ Margherita Saracco et al., "Early Post-liver Transplant Use of Direct-acting Antivirals in Naive and <sc>NS5A</Sc> Inhibitor-experienced <sc>HCV</Sc> Patients," *Journal of Viral Hepatitis* 30, no. 3 (2022): 201–208.

mendalam terhadap konteks sosial dan budaya yang melingkupi komunikasi, sehingga individu dapat membedakan antara informasi yang valid dan yang tidak.⁵¹

Lebih jauh lagi, pengalaman komunikasi yang terjadi di ruang digital harus memungkinkan pertukaran nilai dan makna yang lebih dari sekadar informasi. Proses dialog harus menciptakan ruang untuk refleksi, di mana individu tidak hanya berbagi pendapat tetapi juga saling belajar dan berkembang. Hal ini berkontribusi pada penyempurnaan kesadaran sosial yang lebih tinggi, di mana individu menjadi lebih peka terhadap isu-isu global dan lokal yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Dalam konteks ini, ruang digital menjadi semacam laboratorium sosial tempat konstruksi makna dan nilai bisa terjadi secara kolaboratif.⁵²

Dengan mengembalikan tujuan komunikasi sebagai dialog yang saling membangun, kita dapat menciptakan ruang digital yang lebih bermakna. Penggunaan teknologi komunikasi harus diarahkan untuk memperkuat koneksi antarindividu, membangun kepercayaan dan menciptakan kesadaran kolektif. Pendekatan ini sejalan dengan filsafat kontemporer yang menekankan peran penting partisipasi dalam membentuk masyarakat yang lebih baik. Seiring dengan perkembangan teknologi, tantangan baru akan terus muncul, sehingga keterampilan komunikasi dan kemampuan berpikir kritis perlu ditingkatkan untuk menciptakan dialog yang produktif di ruang digital.⁵³

Secara keseluruhan, mengembalikan tujuan komunikasi dalam konteks dialog di era digital adalah suatu langkah penting untuk menciptakan interaksi manusia yang lebih bermakna. Dengan demikian, ruang digital tidak hanya berfungsi sebagai tempat bertukar informasi, tetapi juga sebagai wadah untuk membangun hubungan interpersonal yang lebih dalam dan nilai-nilai sosial yang lebih luas. Hubungan ini dapat dilakukan dengan cara membudayakan komunikasi yang bersifat dialogis, sehingga ruang digital

⁵¹ Ita Athia, Budi Eko Soetjipto, dan Erfan Efendi, "The IMPROVEMENT OF MSMEs' BUSINESS PERFORMANCE DURING THE COVID-19 PANDEMIC THROUGH FINANCIAL AND DIGITAL LITERACY," *Jurnal Ekonomi Bisnis Dan Kewirausahaan* 12, no. 1 (2023).

⁵² Faisal Umardani Hasibuan, Ria Kusumaningrum, dan Susi Melinasari, "China's Economic Development: Implications for the World," *Regional Science Policy & Practice* 15, no. 9 (2023): 2344–2346.

⁵³ Zhiye Zhou et al., "The Regional Expressions of Secular Stagnation," *Journal of Physics Conference Series* 2287, no. 1 (2022): 12022.

dapat menjadi sarana memperluas pemahaman dan kesadaran sosial di kalangan individu dan komunitas secara keseluruhan.

4. Simpulan

Di era digital kontemporer, media sosial telah menjadi ruang utama komunikasi orang muda. Namun, kajian ini menunjukkan bahwa komunikasi yang terjadi cenderung dangkal dan repetitif, ditandai dengan aktivitas seperti *scrolling* tanpa tujuan, memberi *like* secara otomatis, serta membagikan ulang konten tanpa refleksi kritis. Praktik-praktik ini menunjukkan pergeseran dari komunikasi yang bermakna menjadi interaksi yang impulsif dan simbolik semata. Pola komunikasi ini berkaitan erat dengan desain platform media sosial yang menekankan kecepatan, visualitas, dan interaksi singkat. Algoritma media sosial mendorong konten yang memicu reaksi instan, bukan percakapan mendalam. Orang muda, sebagai pengguna dominan, cenderung terseret dalam siklus konsumsi dan respon cepat yang membatasi ruang untuk refleksi, dialog, dan ekspresi otentik.

Fenomena ini membawa konsekuensi sosial dan psikologis. Komunikasi yang dangkal mengaburkan makna sejati dari relasi sosial dan dapat menimbulkan rasa keterasingan meski secara statistik terlihat "terhubung". Hubungan interpersonal yang dibangun lewat media sosial rentan menjadi semu, karena interaksi yang terjadi tidak selalu mencerminkan kedekatan emosional yang sebenarnya. Lebih jauh, budaya *scroll*, *like*, *repeat* menciptakan ilusi partisipasi. Individu merasa telah "berkomunikasi" hanya dengan menyukai atau membagikan konten, padahal tidak ada pertukaran ide yang nyata. Ini mengarah pada kemunduran kemampuan berpikir kritis dan berdialog secara mendalam, yang seharusnya menjadi bagian dari proses komunikasi yang sehat dan membangun.

Sebagai penutup, penting bagi orang muda dan masyarakat luas untuk mengembangkan kesadaran kritis terhadap cara berkomunikasi di media sosial. Diperlukan upaya sadar untuk memperlambat ritme interaksi digital, memilih komunikasi yang lebih reflektif, dan membangun kembali makna komunikasi sebagai alat untuk membina relasi yang otentik, bermakna, dan transformatif dalam budaya digital yang serba cepat ini.

5. Kepustakaan

- Arianto, Bambang. "Dampak Media Sosial Bagi Perubahan Perilaku Generasi Muda Di Masa Pandemi Covid-19." *Journal of Social Politics and Governance (Jspg)* 3, no. 2 (2022): 118–132.
- Athia, Ita, Budi Eko Soetjipto, dan Erfan Efendi. "The IMPROVEMENT OF MSMEs' BUSINESS PERFORMANCE DURING THE COVID-19

- PANDEMIC THROUGH FINANCIAL AND DIGITAL LITERACY.” *Jurnal Ekonomi Bisnis Dan Kewirausahaan* 12, no. 1 (2023).
- Barañano, Alejandro Rubio, Muhammad Faisal, Brendan T Barrett, dan John G Buckley. “Using a Smartphone on the Move: Do Visual Constraints Explain Why We Slow Walking Speed?” *Experimental Brain Research* 240, no. 2 (2021): 467–480.
- Barton, Bianca A, Katharine S Adams, Blaine L Browne, dan Meagan Arrastía-Chisholm. “The Effects of Social Media Usage on Attention, Motivation, and Academic Performance.” *Active Learning in Higher Education* 22, no. 1 (2018): 11–22.
- Betaubun, Yosepia yuliana. “Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia” (2022).
- Choe, Hanwool. “Type Your Listenership: An Exploration of Listenership in Instant Messages.” *Discourse Studies* 20, no. 6 (2018): 703–725.
- Durak, Hatice Yıldız, dan Süleyman Sadi Seferoğlu. “Modeling of Variables Related to Problematic Social Media Usage: Social Desirability Tendency Example.” *Scandinavian Journal of Psychology* 60, no. 3 (2019): 277–288.
- Endert, Tim Schulz van, dan Peter N C Mohr. “Likes and Impulsivity: Investigating the Relationship Between Actual Smartphone Use and Delay Discounting.” *Plos One* 15, no. 11 (2020): e0241383.
- Fikri, Mochammad Helmy, Rakan Yuris Al Fatah Magister, dan Aloysius Mario Threciano de Rozari. “Critical Perspective Analysis in the Implementation of ‘Rubber Article’ ITE Law Phenomenon in the Context of Spreading the Ferdy Sambo Case” (2022): 116–122.
- Fitria, Herlinda. “Hiperrealitas Dalam Social Media (Studi Kasus: Makan Cantik Di Senopati Pada Masyarakat Perkotaan).” *Informasi* 45, no. 2 (2016): 87.
- Fu, Jun. “Digital Literacy in Chinese Young People’s Engagement on Weibo.” *Beijing International Review of Education* 2, no. 3 (2020): 420–434.
- Fuchs, Christian. “Ibn Khaldûn and the Political Economy of Communication in the Age of Digital Capitalism.” *Critical Sociology* 50, no. 4–5 (2023): 727–745.
- Ginanjari, Agi, Mochamad Zakky Mubarak, Dicky Oktora Mudzakir, Ahmad Syifa, Dias Suherman, Indah Sari, Mohammad Arroihan, Rahayuda Rahayuda, dan Tri Wahyuni. “Sosialisasi AISIRE Bagi Guru Sekolah Dasar Sebagai Pendukung Pembelajaran Pendidikan Jasmani.” *Promotif Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 2 (2024): 115–127.
- Hansen, Arne, Maximilian Herrmann, Jan P Ehlers, Thomas Mondritzki, Kai

- O Hensel, Hubert Truebel, dan Philip Boehme. "Perception of the Progressing Digitization and Transformation of the German Health Care System Among Experts and the Public: Mixed Methods Study." *Jmir Public Health and Surveillance* 5, no. 4 (2019): e14689.
- Hasibuan, Faisal Umardani, Ria Kusumaningrum, dan Susi Melinasari. "China's Economic Development: Implications for the World." *Regional Science Policy & Practice* 15, no. 9 (2023): 2344–2346.
- Indrawan, Jerry, Ruth Elfrita Barzah, dan Hermina Simanihuruk. "Instagram Sebagai Media Komunikasi Politik Bagi Generasi Milenial." *Ekspresi Dan Persepsi Jurnal Ilmu Komunikasi* 6, no. 1 (2023): 109–118.
- Janning, Michelle, Wen-Jun Gao, dan Emma Snyder. "Constructing Shared 'Space': Meaningfulness in Long-Distance Romantic Relationship Communication Formats." *Journal of Family Issues* 39, no. 5 (2017): 1281–1303.
- Jasjfi, Elda Franzia, Stephani Nainggolan, dan R A Wahyuningrum. "Visual Framing With Humorous Approach for Gojek's J3K Initiative Video" (2022).
- Kalinin, V N, dan Nükte Edgüer. "The Effects of Self-Control and Self-Awareness on Social Media Usage, Self-Esteem, and Affect." *Eureka* 8, no. 1 (2023).
- Katz, Vikki S, dan Carmen González. "Community Variations in Low-Income Latino Families' Technology Adoption and Integration." *American Behavioral Scientist* 60, no. 1 (2015): 59–80.
- KAVUT, Sevgi. "Interpersonal Communication and Impression Management in Digital Environments: An Examination on Tiktok." *Erciyes İletişim Dergisi*, no. 3 (2022): 57–73.
- Khaeriyah, Khaeriyah, Anne Abdul Rahman, Indriati Amirullah, Idham Gentanegara, dan Nurasia Natsir. "The Effect of Social Media on Community Social Change" 3, no. 1 (2023): 1–11.
- Kühn, Manfred. "Agonistic Planning Theory Revisited: The Planner's Role in Dealing With Conflict." *Planning Theory* 20, no. 2 (2020): 143–156.
- Kusumasondjaja, Sony. "The Roles of Message Appeals and Orientation on Social Media Brand Communication Effectiveness." *Asia Pacific Journal of Marketing and Logistics* 30, no. 4 (2018): 1135–1158.
- Mano, Max S, dan Gilberto Morgan. "Social Media, Patient Empowerment, and Physician Burnout: Seeking Middle Ground." *American Society of Clinical Oncology Educational Book*, no. 42 (2022): 28–37.
- Mumber, Hannah, Sarem Rashid, Grace Carey, Alexis Navarro, Eric Oh, Muhammad Nasir, dan Margaret Lee. "Impact of a <i>Comfortable in Our Skin</i> Interactive Workshop on Social Media Awareness and <sc>self-confidence</Sc> in Adolescents." *Pediatric Dermatology*

- 39, no. 4 (2022): 553–556.
- Musdalifah, Intan, dan Nikmah Hadiati Salisah. “Cyberdakwah: Tiktok Sebagai Media Baru.” *Komunida Media Komunikasi Dan Dakwah* 12, no. 2 (2022): 176–195.
- Neumayer, Christina, dan Luca Rossi. “Social Media Materialities and Political Struggle: Power, Images, and Networks” (2017): 263.
- Peng, Yilang. “What Makes Politicians’ Instagram Posts Popular? Analyzing Social Media Strategies of Candidates and Office Holders With Computer Vision.” *The International Journal of Press/Politics* 26, no. 1 (2020): 143–166.
- Prasetya, Adita Dwi, Agus Hadi Utama, dan Mastur Mastur. “Pemanfaatan Sosial Media Sebagai Penyajian Konten Pembelajaran Digital: Study Literature Review.” *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran* 4, no. 2 (2024): 1004–1017.
- Prihatiningsih, Witanti. “Motif Penggunaan Media Sosial Instagram Di Kalangan Remaja.” *Communication* 8, no. 1 (2017): 51.
- Robin, Patricia, dan Elisti Halimuci. “Hyperreality of Gacoan Noodles in the Foodstagramming Trend on Instagram Social Media.” *Open Access Indonesia Journal of Social Sciences* 7, no. 2 (2024): 1437–1444.
- Roslan, Nur Ain Nabilah, Ahmad Fauzi Mohd Ayub, dan Norliza Ghazali. “Predictor of Instant Messaging Use Among Students for Academic Purpose.” *International Journal of Interactive Mobile Technologies (Ijim)* 14, no. 15 (2020): 195.
- Rußmann, Uta, dan Jakob Svensson. “Introduction to Visual Communication in the Age of Social Media: Conceptual, Theoretical and Methodological Challenges.” *Media and Communication* 5, no. 4 (2017): 1–5.
- Saadillah, Andi, Andi Haryudi, Muhammad Reskiawan, dan Alam Ikhsanul Amanah. “Penggunaan Bahasa Sarkasme Netizen Di Media Sosial.” *Jurnal Onoma Pendidikan Bahasa Dan Sastra* 9, no. 2 (2023): 1437–1447.
- sakhinah, siti, dan Armawati Arbi. “Persuasive Strategic Communication: Tabligh in Komunitas Anak Muda Berhijrah or Hijrah Youth Community.” *Dakwah Jurnal Kajian Dakwah Dan Kemasyarakatan* 23, no. 1 (2019): 22–39.
- Saracco, Margherita, Francesco Tandoi, Francesca Maletta, Roberto Balagna, Renato Romagnoli, dan Silvia Martini. “Early Post-liver Transplant Use of Direct-acting Antivirals in Naive and <sc>NS5A</Sc> Inhibitor-experienced <sc>HCV</Sc> Patients.” *Journal of Viral Hepatitis* 30, no. 3 (2022): 201–208.
- Septriawan, Reza. “Media Sosial Berpengaruh Pada Perubahan Perilaku

- Sosial Remaja Kota Medan Di Era Digital” 1, no. 2 (2024): 84–102.
- Shabrina, Siti Nur, Fany Rifqoh, Afifah Dewi Nayla Putri, dan Azzura Bilqies. “Pengaruh Media Sosial Terhadap Komunikasi Anak Usia Remaja.” *Arus Jurnal Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2024): 290–298.
- Sun, Juhyung, dan Sun Kyong Lee. “Flooded With Too Many Messages? Predictors and Consequences of Instant Messaging Fatigue.” *Information Technology and People* 35, no. 7 (2021): 2026–2042.
- Suter, Elizabeth A, dan Kristen Norwood. “Critical Theorizing in Family Communication Studies: (Re)Reading Relational Dialectics Theory 2.0.” *Communication Theory* 27, no. 3 (2017): 290–308.
- Sutrisno, Sutrisno, Kraugusteeliana Kraugusteeliana, dan Syamsuri Syamsuri. “Analysis of the Interconnection Between Digital Skills of Human Resources in SMEs and the Success of Digital Business Strategy Implementation.” *Malcom Indonesian Journal of Machine Learning and Computer Science* 4, no. 2 (2024): 601–606.
- Swarna, Muhamad Fauzi, Alya Rumardani, Egi adi Saputra, Duvi Pratama Nuryadi, Muhammad Dzakwan Al-mufid, dan Nadia Amalia. “Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Pola Komunikasi Interpersonal” 3, no. 1 (2024): 1012–1019.
- Thygesen, Hilde, Tore Bonsaksen, Mariyana Schoultz, Mary Ruffolo, Janni Leung, Daicia Price, dan Amy Østertun Geirdal. “Social Media Use and Its Associations With Mental Health 9 Months After the COVID-19 Outbreak: A Cross-National Study.” *Frontiers in Public Health* 9 (2022).
- Villanti, Andrea C, Amanda L Johnson, Vinu Ilakkuvan, Megan A Jacobs, Amanda L Graham, dan Jessica M Rath. “Social Media Use and Access to Digital Technology in US Young Adults in 2016.” *Journal of Medical Internet Research* 19, no. 6 (2017): e196.
- Zhou, Zhiye, Yating Mao, Xinyao Wang, dan Yuqing Qian. “The Regional Expressions of Secular Stagnation.” *Journal of Physics Conference Series* 2287, no. 1 (2022): 12022.