

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Interaksi sosial merupakan aspek mendasar dalam kehidupan mahasiswa karena menjadi sarana pembentukan identitas diri, keterikatan emosional, dan penguatan jaringan sosial di lingkungan kampus. Namun, berbagai temuan terkini menunjukkan bahwa kualitas interaksi sosial mahasiswa saat ini berada dalam kondisi yang mengkhawatirkan. Mahasiswa cenderung menunjukkan keterlibatan yang rendah dalam hubungan sosial bermakna, bahkan dalam aktivitas yang bersifat kolektif. Hal ini tercermin dari semakin jaranginya partisipasi dalam diskusi kelompok, komunikasi interpersonal yang canggung, serta keterbatasan dalam membentuk hubungan emosional yang sehat dengan rekan sebaya (Cerutti dkk., 2024).

Fenomena lemahnya interaksi sosial ini juga berdampak pada menurunnya rasa kebersamaan dan keterikatan dalam komunitas kampus. Mahasiswa menjadi lebih tertutup, merasa kesulitan menjalin kedekatan sosial, dan menunjukkan kecenderungan menjaga jarak dalam lingkungan akademik. Penelitian Rahayu dan Widiandyah (2025) mengungkapkan bahwa banyak mahasiswa mengalami hambatan dalam membina hubungan interpersonal, ditandai dengan melemahnya empati, minimnya komunikasi dua arah yang berkualitas, serta berkurangnya intensi untuk menjalin relasi sosial baru. Situasi ini menandakan bahwa lemahnya interaksi sosial bukan sekadar persoalan komunikasi, tetapi telah berimplikasi pada terganggunya dinamika sosial mahasiswa secara keseluruhan.

Fenomena melemahnya interaksi sosial juga tampak jelas di lingkungan mahasiswa Psikologi Universitas Merdeka Malang. Berdasarkan informasi dari percakapan informal dan temuan awal dari survei internal, mahasiswa menunjukkan kecenderungan berkurangnya interaksi sosial, yang ditunjukkan dengan rendahnya keterlibatan dalam percakapan kelompok dan interaksi antar individu di lingkungan kampus.. Banyak dari mereka yang jarang menyapa atau menegur teman sekelas, bahkan dalam ruang kuliah. Aktivitas di kelas pun didominasi oleh kesibukan individu seperti melihat gawai, mendengarkan musik, atau hanya fokus pada tugas pribadi, tanpa banyak keterlibatan dalam percakapan kelompok maupun kerja sama informal. Fenomena ini mencerminkan pola sosial yang semakin individualistis dan minim interaksi spontan. Kondisi tersebut selaras dengan laporan dari *Mahasiswa Indonesia (2025)*, yang mencatat bahwa ruang-ruang sosial di kampus kini semakin sepi dan interaksi tatap muka terus menurun, terutama akibat dominasi aktivitas digital. Temuan serupa juga disampaikan oleh *The Guardian (2025)*, yang menggambarkan perubahan wajah kampus modern menjadi ruang-ruang sunyi, karena mahasiswa lebih memilih mengakses pembelajaran secara daring dan menghindari keterlibatan sosial langsung. Konteks ini memperkuat bahwa apa yang terjadi di lingkungan Universitas Merdeka Malang merupakan bagian dari tren yang lebih luas dan perlu mendapat perhatian akademik.

Kekhawatiran muncul seiring dengan penurunan kualitas interaksi sosial secara langsung, karena kondisi tersebut dapat berdampak negatif pada perkembangan psikososial mahasiswa. Menurut Santrock (2018), Interaksi yang berkualitas selama fase dewasa awal termasuk saat menjadi mahasiswa memiliki kontribusi besar dalam proses pembentukan jati diri, mempererat relasi sosial,

serta melatih kemampuan berinteraksi yang relevan untuk kehidupan sehari-hari maupun kebutuhan profesional. Kurangnya interaksi tatap muka dapat menghambat proses pembentukan jati diri, melemahkan rasa keterikatan terhadap lingkungan sosial, serta mengurangi kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang penting untuk dunia kerja. Maka dari itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut faktor yang memengaruhi interaksi sosial guna merancang strategi intervensi yang mampu mendukung kesejahteraan sosial mahasiswa secara menyeluruh (Sarlito, 2002).

Interaksi sosial yang baik memainkan peran penting dalam kehidupan mahasiswa, terutama dalam membentuk jaringan dukungan yang dibutuhkan dalam kegiatan akademik maupun aktivitas sehari-hari. Penurunan kualitas interaksi sosial dapat meningkatkan risiko mahasiswa mengalami keterasingan, kecemasan, hingga depresi, yang berimplikasi pada penurunan kesejahteraan mental dan performa akademik mereka (Hampton dkk., 2016). Temuan dari studi lain juga mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan sosial rendah cenderung kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan kampus dan lebih rentan mengalami stres dalam jangka panjang (Mahmoud dkk., 2012). Apabila situasi ini tidak segera ditangani secara efektif, maka berpotensi berkembang menjadi permasalahan psikologis yang lebih serius, seperti munculnya kecemasan sosial, kesulitan dalam berkomunikasi, hingga keinginan untuk mengisolasi diri dari lingkungan akademik. (Setiawan & Lestari, 2020). Dengan demikian, memahami faktor-faktor yang memengaruhi kualitas interaksi sosial menjadi krusial agar intervensi yang tepat dapat diterapkan.

Faktor-faktor internal maupun eksternal turut memengaruhi sejauh mana mahasiswa mampu membangun hubungan sosial dengan orang lain. Faktor

internal meliputi karakteristik personal seperti tipe kepribadian, tingkat rasa percaya diri, serta keterampilan komunikasi. Di sisi lain, faktor eksternal mencakup kondisi lingkungan, gaya pengasuhan, serta kemajuan teknologi, termasuk hadirnya media sosial (Sarwono, 2016). Salah satu aspek eksternal yang kini cukup dominan pengaruhnya adalah intensitas penggunaan media sosial. Berbagai studi menunjukkan bahwa keterlibatan yang berlebihan dalam media sosial dapat mengurangi kualitas komunikasi tatap muka, terutama karena semakin jarang interaksi mendalam antarindividu (Kuss & Griffiths, 2017). Primandari dan Putri (2020) menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat penggunaan media sosial yang tinggi cenderung kurang aktif dalam kegiatan sosial di lingkungan kampus, yang mencerminkan pergeseran pola interaksi dari tatap muka ke bentuk digital. Perubahan ini berpotensi mengurangi keterampilan bersosialisasi secara nyata.

Pemilihan intensitas penggunaan media sosial sebagai variabel bebas dalam penelitian ini dilatarbelakangi oleh realitas bahwa media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari aktivitas harian mahasiswa. Sebagai individu yang tumbuh dalam era digital, mahasiswa sering menggunakan platform tersebut tidak hanya untuk menjalin komunikasi, tetapi juga sebagai sarana memperoleh informasi dan menyalurkan ekspresi diri (Nasrullah, 2015). Valkenburg dan Peter (2011) menyatakan bahwa pengaruh media sosial terhadap kemampuan interpersonal bergantung pada frekuensi serta cara penggunaannya, yang bisa membawa dampak positif maupun negatif. (Kolhar dkk., 2021) Fenomena ini turut menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam menggunakan media sosial, semakin besar pula kemungkinan menurunnya kualitas interaksi langsung serta meningkatnya kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan

sosial secara nyata. Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan telaah lebih mendalam mengenai hubungan antara frekuensi penggunaan media sosial dan pola interaksi sosial mahasiswa, khususnya dilihat dari perspektif psikologis dalam ranah perguruan tinggi.

Sejumlah penelitian terdahulu telah membahas interaksi sosial sebagai variabel yang dipengaruhi dalam studi mengenai mahasiswa. (Kolhar dkk., 2021) Disampaikan bahwa keterlibatan yang terlalu intens dalam media sosial berpotensi berkorelasi dengan melemahnya hubungan sosial, yang tampak dari semakin jaranganya interaksi langsung dan munculnya indikasi perilaku menarik diri secara sosial. (Harahap dkk., 2024) Ditemukan pula bahwa mahasiswa dengan aktivitas tinggi di media sosial cenderung memiliki intensitas interaksi sosial yang lebih rendah dibandingkan rekan-rekan mereka yang menggunakan media sosial secara lebih proporsional. Di sisi lain, penelitian oleh Falcha dan Kristianingsih (2022) Hasil studi terhadap mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana mengindikasikan bahwa frekuensi penggunaan Instagram yang tinggi tidak memiliki hubungan signifikan dengan tingkat interaksi sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa media sosial tidak selalu berdampak buruk terhadap kemampuan seseorang dalam menjalin komunikasi langsung.

Walaupun berbagai studi terdahulu telah mengungkap adanya keterkaitan antara aktivitas media sosial dan interaksi sosial pada mahasiswa, masih terdapat sejumlah keterbatasan yang memberikan ruang bagi eksplorasi lanjutan dalam kajian ini. Penelitian (Kolhar dkk., 2021) lebih menitikberatkan pada dampak negatif media sosial terhadap interaksi sosial secara umum tanpa menjelaskan intensitas penggunaannya pada konteks budaya Indonesia. Penelitian (Harahap dkk., 2024) Sebagian besar penelitian cenderung menitikberatkan pada aspek

pengaruh kausal tanpa mengupas secara mendalam kekuatan maupun arah hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kualitas interaksi sosial. Sementara itu, penelitian Falcha dan Kristianingsih (2022) memiliki keterbatasan pada jenis media sosial yang diteliti, yaitu hanya terfokus pada Instagram, serta tidak mendalami aspek teoretis dari hubungan yang dianalisis. Penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan mengevaluasi intensitas penggunaan media sosial secara lebih luas tanpa membatasi platform tertentu.

Dengan mempertimbangkan perkembangan fenomena yang ada, relevansi isu yang diangkat, beragam faktor yang memengaruhi interaksi sosial, serta adanya keterbatasan dalam penelitian sebelumnya, peneliti memandang penting untuk melakukan kajian lebih mendalam mengenai hubungan antara penggunaan media sosial dan kualitas interaksi sosial pada mahasiswa. Sejauh ini, sebagian besar studi serupa lebih banyak dilakukan di konteks umum atau pada populasi remaja, sedangkan kajian mendalam mengenai mahasiswa, khususnya di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, masih terbatas. Oleh karena itu, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bersifat kontekstual dengan menelusuri hubungan antara tingkat intensitas penggunaan media sosial dan dinamika interaksi sosial pada kalangan mahasiswa, terutama dalam konteks lokal yang belum banyak diteliti secara mendalam.

## **B. Rumusan Masalah**

Pertanyaan pokok yang ingin dijawab dalam penelitian ini ialah apakah terdapat keterkaitan antara tingkat intensitas penggunaan media sosial dengan pola interaksi sosial mahasiswa Psikologi di Universitas Merdeka Malang.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi adanya keterkaitan antara tingkat intensitas penggunaan media sosial dan intensitas interaksi sosial di kalangan mahasiswa Psikologi Universitas Merdeka Malang.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis yang sejalan dengan permasalahan utama yang telah dirumuskan sebelumnya.

1. Secara Teoretis, Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memperkaya wawasan dalam bidang psikologi sosial, khususnya mengenai hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan tingkat interaksi sosial pada kalangan mahasiswa. Selain itu, temuan ini juga berpotensi menjadi rujukan bagi studi-studi selanjutnya yang ingin mengembangkan teori interaksi simbolik, terutama dalam konteks kehidupan digital dan dinamika sosial di lingkungan perguruan tinggi.
2. Secara Praktis, Diharapkan hasil dari studi ini dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan tinggi, terutama program studi Psikologi, dalam merancang program literasi digital yang bertujuan mendukung terbentuknya pola interaksi sosial yang sehat di kalangan mahasiswa. Selain itu, temuan penelitian ini juga berpotensi meningkatkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya penggunaan media sosial secara proporsional, tanpa mengabaikan nilai komunikasi langsung dalam kehidupan sehari-hari.