

Received: 03-03-2026 | **Accepted:** 30-04-2026 | **Published:** 30-07- 2026

PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI GENERASI Z

Asmaunizar

Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh

Email: asmaunizarsyakir@gmail.com

ABSTRACT

Generation Z, born between approximately 1997 and 2012, has grown up as true digital natives for whom social media is an inseparable part of daily life, fundamentally reshaping how they communicate, share information, and construct social identity. This article aims to examine the theoretical foundations relevant to understanding social media's influence on communication patterns, to synthesize empirical findings on how social media has transformed Generation Z's communication practices, and to analyze both the positive and negative implications of this transformation along with strategies for fostering balanced communication skills. This study employs a qualitative approach using a literature review (library research) method, collecting, analyzing, and synthesizing books, national and international journal articles, and empirical studies related to social media use and Generation Z's communication patterns. The results show that social media has shifted Generation Z's communication from predominantly face-to-face and verbal interaction toward digital, instant, and visually mediated exchange characterized by shortened language, symbolic expression through emojis and memes, and heightened reliance on social validation through likes, views, and comments, a pattern explainable through Computer-Mediated Communication theory, uses and gratifications theory, and McLuhan's medium theory. While social media offers Generation Z expanded social networks, convenient communication, and safe spaces for self-expression, it simultaneously correlates with diminished face-to-face communication skills, reduced family interaction quality, and new psychological dimensions tied to social validation. The article concludes that social media exerts a substantial and multidimensional influence on Generation Z's communication patterns, necessitating balanced digital literacy education that cultivates both digital communication competence and sustained interpersonal communication skills.

Keywords: *Social Media, Communication Patterns, Generation Z, Digital Natives, Interpersonal Communication*

ABSTRAK

Generasi Z, yang lahir pada rentang tahun 1997 hingga 2012, tumbuh sebagai digital natives sejati yang menjadikan media sosial sebagai bagian tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari, secara mendasar mengubah cara mereka berkomunikasi, berbagi informasi, dan membentuk identitas sosial. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji landasan teoretis yang relevan untuk memahami pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi, mensintesis temuan empiris mengenai bagaimana media sosial telah mentransformasi praktik komunikasi Generasi Z, serta menganalisis implikasi positif dan negatif dari transformasi tersebut beserta strategi untuk menumbuhkan keterampilan komunikasi yang seimbang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (library research), yaitu mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis buku, artikel jurnal nasional maupun

internasional, serta kajian empiris yang relevan dengan penggunaan media sosial dan pola komunikasi Generasi Z. Hasil kajian menunjukkan bahwa media sosial telah menggeser pola komunikasi Generasi Z dari interaksi tatap muka dan verbal yang dominan menuju pertukaran yang digital, instan, dan bermediasi visual, ditandai dengan penggunaan bahasa yang lebih singkat, ekspresi simbolik melalui emoji dan meme, serta ketergantungan yang meningkat pada validasi sosial melalui likes, views, dan komentar, sebuah pola yang dapat dijelaskan melalui teori Computer-Mediated Communication, teori uses and gratifications, dan teori medium McLuhan. Meskipun media sosial menawarkan Generasi Z perluasan jaringan sosial, kemudahan berkomunikasi, dan ruang aman untuk berekspresi diri, penggunaannya secara bersamaan berkorelasi dengan menurunnya keterampilan komunikasi tatap muka, berkurangnya kualitas interaksi keluarga, serta dimensi psikologis baru yang terkait dengan validasi sosial. Artikel ini menyimpulkan bahwa media sosial memberikan pengaruh yang substansial dan multidimensional terhadap pola komunikasi Generasi Z, sehingga diperlukan edukasi literasi digital yang seimbang guna menumbuhkan kompetensi komunikasi digital sekaligus keterampilan komunikasi interpersonal yang berkelanjutan.

Kata Kunci: *Media Sosial, Pola Komunikasi, Generasi Z, Digital Native, Komunikasi Interpersonal*

PENDAHULUAN

Generasi Z adalah kelompok orang yang lahir antara tahun 1997 sampai 2012. Mereka tumbuh dan berkembang saat teknologi digital dan internet berkembang pesat, karena itu mereka sering disebut sebagai digital natives. Mereka lahir dan besar dalam lingkungan yang sudah sangat akrab dengan teknologi digital sejak kecil. Berbeda dengan generasi sebelumnya yang beralih dari dunia analog ke digital, Generasi Z tidak pernah mengalami masa tanpa internet, ponsel canggih, dan media sosial. Bagi mereka, teknologi digital bukan hanya alat bantu, tetapi sudah jadi bagian penting dalam cara mereka memahami dunia dan berkomunikasi dengan orang lain (Strauss & Howe, 1991; Twenge, 2017).

Media sosial sekarang sudah jadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari Generasi Z. Mereka menggunakan berbagai platform untuk berkomunikasi, berbagi informasi, dan membentuk identitas sosial mereka. Interaksi yang dulu sering dilakukan secara langsung kini semakin banyak dilakukan di dunia digital, sehingga muncul budaya komunikasi baru yang berbeda secara nyata dari cara sebelumnya (Baym, 2015). Perubahan ini memunculkan pertanyaan besar tentang bagaimana cara Generasi Z berkomunikasi berubah karena terlalu bergantung pada teknologi digital, baik dalam berinteraksi dengan teman-teman sebaya, dalam hubungan keluarga, maupun dalam membentuk identitas dan gambaran diri mereka di dunia maya.

Dengan kemajuan teknologi yang sangat cepat, media sosial menjadi alat utama untuk berkomunikasi bagi Generasi Z, di mana dalam berbagai situasi mereka lebih sering menggunakan media sosial daripada berkomunikasi langsung secara tatap muka. Pergeseran ini memiliki dampak ganda: di satu sisi, media sosial memberikan kemudahan, kecepatan, dan luasnya cakupan komunikasi yang tidak bisa dicapai oleh metode komunikasi tradisional; di sisi lain, pergeseran ini juga menimbulkan

kekhawatiran, seperti kemungkinan menurunnya kemampuan berkomunikasi langsung, melemahnya kedalaman hubungan sosial, serta munculnya dinamika psikologis baru berkaitan dengan perasaan diakui secara sosial melalui likes, views, dan komentar di media sosial (Turkle, 2011).

Fenomena ini tidak hanya terjadi saat Generasi Z berinteraksi dengan teman-teman sebaya, tetapi juga muncul dalam komunikasi di dalam keluarga. Penelitian tentang dampak media sosial terhadap cara berkomunikasi dalam keluarga di kalangan Generasi Z yang masih remaja menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang sering berhubungan dengan perubahan besar dalam cara keluarga berkomunikasi (Sinaga & El Adawiyah, 2026). Remaja cenderung lebih suka berbicara melalui pesan teks daripada bertatap muka langsung dengan anggota keluarga, bahkan meskipun mereka tinggal di rumah yang sama. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap cara Generasi Z berkomunikasi sangat luas dan melibatkan banyak aspek dalam kehidupan sosial mereka.

Karena media sosial memengaruhi kehidupan Generasi Z secara luas dan mendalam, diperlukan penelitian yang rapi dan terstruktur untuk menggabungkan berbagai hasil penelitian tentang perubahan cara berkomunikasi generasi ini, termasuk dampak baik dan buruknya, serta teori-teori yang bisa menjelaskan perubahan tersebut. Penelitian seperti ini penting untuk memberikan pemahaman yang lengkap, bukan hanya bagi para akademisi dan peneliti di bidang komunikasi, tetapi juga bagi orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan yang terlibat dalam membimbing Generasi Z menghadapi tantangan dan peluang yang ada di era komunikasi digital.

Berdasarkan penjelasan di atas, artikel ini bertujuan untuk: (1) meneliti ciri khas Generasi Z sebagai digital native dan teori-teori yang mendukung pemahaman tentang pengaruh media sosial terhadap komunikasi; (2) menggabungkan hasil penelitian mengenai cara media sosial memengaruhi cara Generasi Z berkomunikasi, baik dalam pergaulan sosial maupun dalam keluarga; dan (3) mengevaluasi dampak baik dan buruk dari perubahan tersebut serta mengusulkan strategi untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi yang seimbang. Dengan melihat berbagai referensi yang lengkap, artikel ini diharapkan bisa memberikan manfaat teoritis untuk perkembangan ilmu komunikasi digital, serta bermanfaat praktis bagi orang tua, pendidik, dan pihak lainnya dalam memahami dan merespons perubahan cara berkomunikasi Generasi Z secara tepat.

METODE PENELITIAN

Artikel ini disusun menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (library research). Metode ini dipilih karena tujuan penulisan artikel bukan untuk menghasilkan data empiris baru melalui pengumpulan data lapangan, melainkan untuk mengkaji, menganalisis, dan mensintesis berbagai temuan penelitian terdahulu serta kajian teoretis yang relevan dengan media sosial dan pola komunikasi Generasi

Z, sehingga diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai fenomena tersebut berdasarkan bukti empiris dari berbagai konteks penelitian.

Sumber data dalam kajian ini terdiri atas sumber primer berupa artikel jurnal ilmiah nasional dan internasional yang terindeks pada basis data seperti Google Scholar dan Portal Garuda, serta sumber sekunder berupa buku teori komunikasi dan kajian mengenai karakteristik generasi. Penelusuran sumber dilakukan dengan menggunakan kata kunci "media sosial Generasi Z", "pola komunikasi digital", "Computer-Mediated Communication", "digital native", dan "komunikasi keluarga Generasi Z", dengan rentang tahun terbit yang bervariasi untuk menjangkau baik teori klasik komunikasi bermedia maupun penelitian terapan terkini mengenai perilaku komunikasi Generasi Z di Indonesia.

Kriteria inklusi sumber yang digunakan meliputi: (1) sumber membahas secara langsung pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi, dan/atau karakteristik komunikasi Generasi Z; (2) diterbitkan pada jurnal ilmiah yang memiliki proses telaah sejawat (peer-review) atau diterbitkan oleh penerbit akademik yang kredibel; dan (3) melaporkan temuan empiris atau kajian teoretis yang jelas mengenai topik tersebut. Penulis sengaja menghimpun kajian dari berbagai konteks, meliputi interaksi sosial dengan teman sebaya, komunikasi dalam keluarga, dan penggunaan platform media sosial tertentu seperti TikTok dan Instagram, untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai pola komunikasi Generasi Z secara menyeluruh.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (content analysis) dengan langkah-langkah sebagai berikut: (1) mengumpulkan seluruh sumber yang relevan dengan topik kajian; (2) mereduksi dan menyeleksi sumber berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan; (3) mengategorikan temuan ke dalam tema-tema besar, yaitu karakteristik Generasi Z sebagai digital native, landasan teoretis komunikasi bermedia, perubahan pola komunikasi akibat media sosial, dampak positif dan negatif, komunikasi keluarga di era digital, serta strategi mengelola dampak tersebut; (4) mensintesis temuan dari berbagai sumber ke dalam pembahasan yang terpadu; dan (5) menarik simpulan berdasarkan hasil sintesis tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Generasi Z sebagai Digital Native

Generasi Z adalah orang-orang yang lahir antara tahun 1997 sampai 2012. Mereka sudah menggunakan media sosial sejak usia muda untuk berkomunikasi jarak jauh. Karena itu, mereka adalah generasi pertama yang tumbuh besar dengan gawai pintar dan media sosial sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Konsep iGen yang dibahas dalam penelitian ini menggambarkan bahwa Generasi Z memiliki pola perilaku, termasuk cara berkomunikasi, yang sangat berbeda dibandingkan generasi sebelumnya, karena mereka tumbuh dengan akses yang sangat besar terhadap teknologi digital sejak kecil (Twenge, 2017).

Sebagai generasi digital, Generasi Z secara alami biasa menggunakan berbagai platform digital, dan mereka melihat media sosial bukan sebagai teknologi yang asing yang perlu dipelajari, melainkan sebagai bagian alami dari diri mereka dan cara mereka berinteraksi di dunia. Sifat-sifat ini membedakan Generasi Z dari generasi sebelumnya yang disebut digital immigrant, karena mereka harus beradaptasi dan belajar menggunakannya secara perlahan, sehingga cara berkomunikasi Generasi Z harus dipandang sebagai hal yang unik dan tidak bisa dibandingkan sepenuhnya dengan cara mengadopsi teknologi pada generasi-generasi sebelumnya.

Landasan Teoretis Pengaruh Media Sosial terhadap Komunikasi

Beberapa teori komunikasi yang bisa dipakai untuk memahami bagaimana pengaruh media sosial memengaruhi cara berkomunikasi generasi Z. Teori Computer-Mediated Communication (CMC), yang dikembangkan oleh Joseph Walther pada tahun 1992, menjelaskan bahwa komunikasi yang menggunakan teknologi komputer dan internet memiliki ciri-ciri yang berbeda dibandingkan komunikasi langsung, seperti jumlah isyarat sosial yang bisa diberikan, cepat atau lambatnya pertukaran pesan, serta apakah interaksi tersebut berlangsung secara bersamaan atau tidak. Teori ini membantu menjelaskan mengapa Generasi Z menggunakan strategi komunikasi khas, seperti mengirim emoji dan simbol, untuk menggantikan tanda-tanda nonverbal yang biasanya ada dalam komunikasi langsung (Walther, 1992).

Teori Penggunaan dan Pemenuhan Kebutuhan yang pertama kali dikembangkan pada pertengahan 1970-an menjelaskan bahwa seseorang secara aktif memilih media tertentu untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan sosial mereka, seperti kebutuhan akan informasi, hiburan, interaksi sosial, dan pembentukan identitas diri (Katz et al., 1974). Prinsip ini membantu memahami mengapa Generasi Z memilih platform media sosial tertentu, seperti menggunakan fitur Close Friends di Instagram atau grup WhatsApp sebagai tempat aman untuk berbagi perasaan atau cerita pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa pemilihan media sosial oleh Generasi Z bukanlah kebetulan, tetapi didasarkan pada kebutuhan untuk mengelola privasi dan merasa nyaman secara psikologis. Teori medium yang diajukan oleh Marshall McLuhan, dengan ide terkenalnya bahwa "medium adalah pesan", tetap relevan dalam menjelaskan bagaimana karakteristik teknis media sosial, seperti batasan karakter, format visual, dan fitur interaktif seperti likes dan komentar, ikut membentuk cara pesan dibuat dan dipahami oleh pengguna, bukan hanya ditentukan oleh isi pesan itu sendiri (McLuhan, 1964).

Perubahan Pola Komunikasi Generasi Z akibat Media Sosial

Penelitian-penelitian nyata menunjukkan bahwa media sosial telah mengubah cara Generasi Z berkomunikasi secara signifikan. Penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memengaruhi frekuensi komunikasi, tetapi juga mengubah cara orang berkomunikasi. Misalnya, orang cenderung menggunakan kalimat yang lebih pendek, mengurangi kemampuan berbicara secara langsung, dan lebih menyukai cara berkomunikasi tanpa kata-kata seperti emoji dan meme. Generasi Z sedang

membentuk gaya berbahasa yang baru, mereka lebih suka berkomunikasi dengan kalimat singkat, dan sering kali mengekspresikan diri melalui simbol, meme, serta berbagai konten audiovisual. Hal ini menunjukkan pergeseran dari cara berkomunikasi yang lama, yaitu dengan menulis teks yang panjang, menuju gaya komunikasi yang lebih pendek, visual, dan langsung (Ahmad et al., 2024; Sains, 2025).

Penelitian tentang dampak TikTok terhadap cara Generasi Z berkomunikasi menunjukkan bahwa platform video pendek ini mengubah cara mereka menyampaikan diri dan berinteraksi. Format konten yang cepat dan berbasis visual mendorong munculnya budaya komunikasi yang lebih mengutamakan daya tarik visual serta kreativitas singkat, dibandingkan dengan penjelasan yang lebih dalam secara verbal. Seiring dengan itu, penelitian mengenai cara berkomunikasi Generasi Z di kalangan mahasiswa di Kota Padang menunjukkan bahwa perkembangan media sosial mengubah cara mereka berkomunikasi. Terutama, frekuensi berinteraksi langsung berkurang, sementara penggunaan platform digital semakin meningkat (Andriani et al., 2024; Arganata & Hamka, 2025).

Tabel 1. Sintesis Perubahan Pola Komunikasi Generasi Z akibat Media Sosial

Aspek Komunikasi	Pola Sebelumnya	Pola Baru pada Generasi Z
Bentuk Bahasa	Kalimat lengkap dan terstruktur	Bahasa singkat, singkatan, dan simbol
Ekspresi Nonverbal	Ekspresi wajah dan bahasa tubuh langsung	Emoji, meme, dan stiker digital
Frekuensi Interaksi	Tatap muka terjadwal	Interaksi instan dan berkelanjutan (chat)
Validasi Sosial	Umpan balik langsung dari lawan bicara	Likes, views, dan komentar publik
Ruang Interaksi	Ruang fisik bersama	Ruang digital terkurasi (close friends, grup)

Sumber: Disintesis dari berbagai kajian pola komunikasi Generasi Z (2024–2026)

Dampak Positif dan Negatif Media Sosial terhadap Komunikasi Generasi Z

Media sosial memberikan manfaat positif seperti memudahkan berkomunikasi, memperluas teman-teman sosial, serta membuka kesempatan bagi Generasi Z untuk mengekspresikan diri dan bertemu orang-orang yang memiliki minat sama, tanpa terbatas oleh jarak. Media sosial juga berfungsi sebagai tempat yang aman, memungkinkan Generasi Z lebih bebas menyampaikan perasaan dan pikiran mereka. Fitur seperti grup tertutup atau daftar teman dekat memberikan pengendalian yang lebih tinggi atas siapa yang bisa melihat informasi pribadi mereka. Hal ini lebih

menguntungkan dibandingkan berinteraksi langsung di dunia nyata, yang biasanya lebih terbuka dan sulit diatur(Prologia, 2026).

Di sisi lain, berbagai dampak negatif juga terus muncul secara konsisten dalam berbagai penelitian. Penurunan kemampuan berkomunikasi langsung menjadi salah satu masalah besar, karena kebiasaan berkomunikasi cepat dan singkat melalui teks bisa membuat Generasi Z kurang terbiasa membaca tanda-tanda nonverbal, mengatur percakapan yang rumit, serta menghadapi konflik antar manusia secara langsung. Ketergantungan pada validasi sosial melalui likes, views, dan komentar membentuk dimensi psikologis baru dalam interaksi di dunia maya, yang berpengaruh terhadap cara seseorang membangun gambar diri dan kesejahteraan emosionalnya. Bagi sebagian orang dari Generasi Z, harga diri mereka menjadi sangat bergantung pada cara publik merespons konten yang mereka posting di media sosial(Humaniora, 2025; Turkle, 2011).

Pola Komunikasi Keluarga Generasi Z di Era Media Sosial

Pengaruh media sosial terhadap cara berkomunikasi Generasi Z tidak hanya terlihat dari interaksi dengan teman-teman, tetapi juga memengaruhi komunikasi di dalam keluarga. Survei berupa tanya jawab kepada ratusan siswa SMA di Jakarta yang berusia 15 sampai 18 tahun menunjukkan bahwa remaja Generasi Z lebih sering berkomunikasi dengan anggota keluarga melalui pesan teks daripada ngobrol langsung, meskipun mereka tinggal di rumah yang sama(Sinaga & El Adawiyah, 2026). Hasil ini menunjukkan bahwa kebiasaan berkomunikasi dengan media digital semakin masuk ke dalam kehidupan keluarga yang sebelumnya lebih mengandalkan pertemuan langsung. Kondisi ini membuat orang khawatir soal kemungkinan semakin menipisnya kedalaman dan kehangatan hubungan keluarga, meskipun jumlah interaksi antaranggota keluarga tetap tinggi secara jumlah karena menggunakan media digital.

Perubahan cara anak-anak Generasi Z berkomunikasi memaksa orang tua untuk lebih memahami dan merespons kebiasaan mereka dalam menggunakan media digital, tanpa langsung menilai kebiasaan itu sebagai hal yang buruk. Dibutuhkan cara yang seimbang, di mana orang tua tetap memperhatikan kegiatan komunikasi langsung secara tatap muka dalam keluarga, sambil juga memahami bahwa komunikasi melalui digital memiliki peran dan manfaatnya sendiri dalam perkembangan sosial anak Generasi Z, terutama dalam menjaga hubungan dan koordinasi sehari-hari di tengah kehidupan keluarga modern yang selalu berubah-ubah(DeVito, 1997).

Strategi Menumbuhkan Keterampilan Komunikasi yang Seimbang

Implikasi dari berbagai temuan yang sudah dibahas menunjukkan bahwa diperlukan pendekatan pendidikan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi antar manusia secara seimbang, baik dalam dunia digital maupun dunia nyata. Pertama, pendidikan literasi digital tidak hanya sebatas mengajarkan tentang keamanan dan etika menggunakan media sosial, tetapi juga secara jelas melatih keterampilan berkomunikasi langsung, seperti kemampuan mendengarkan dengan baik, memahami bahasa tubuh, dan mengatasi konflik antar manusia secara langsung. Hal ini perlu dimasukkan ke

dalam kurikulum pendidikan resmi maupun program pengembangan diri bagi Generasi Z. Kedua, keluarga harus secara sadar membangun momen komunikasi langsung yang berkualitas dan bebas dari penggunaan gawai, seperti saat makan bersama atau melakukan kegiatan keluarga tanpa menggunakan perangkat digital, agar bisa menyeimbangkan penggunaan komunikasi digital dalam kehidupan sehari-hari.

Ketiga, bagi Generasi Z sendiri, penting untuk memahami dengan baik dampak psikologis dari ketergantungan pada validasi sosial di media sosial, agar mereka bisa menggunakan platform itu dengan lebih bijak dan tidak mengandalkan harga diri hanya dari respons yang diterima dari orang lain. Keempat, pendidik dan tenaga kesehatan mental harus selalu memantau perkembangan cara berkomunikasi Generasi Z dan membuat program penanganan yang tepat jika ada tanda-tanda dampak negatif yang jelas terhadap kesehatan mental dan kemampuan sosial mereka. Dengan begitu, perubahan cara berkomunikasi yang diinisiasi oleh media sosial bisa diarahkan secara positif, agar manfaatnya maksimal sekaligus risikonya diminimalkan.

Pembentukan Identitas Sosial Generasi Z di Ruang Digital

Media sosial tidak hanya memengaruhi cara orang berkomunikasi langsung, tetapi juga menjadi tempat utama bagi Generasi Z dalam membentuk dan menegosiasikan identitas sosial mereka. Berbeda dengan orang-orang sebelumnya yang lebih mengidentifikasi diri melalui interaksi langsung di lingkungan fisik seperti keluarga, sekolah, dan komunitas lokal, Generasi Z lebih mengembangkan identitas sosial mereka melalui pemilihan konten yang mereka bagikan, gambar yang mereka tunjukkan, dan berinteraksi dengan orang-orang dari berbagai latar belakang yang lebih luas dan beragam dibandingkan lingkaran sosial mereka di dunia nyata. Proses pembentukan identitas ini bersifat performatif, di mana seseorang, baik secara sadar maupun tidak, menyesuaikan cara mereka memperkenalkan diri dengan aturan dan harapan dari audiens di dunia maya, sehingga membentuk dinamika yang tidak sepenuhnya sama dengan cara pembentukan identitas di masa lalu.

Konsep diri yang terbentuk melalui media sosial memengaruhi cara Generasi Z berkomunikasi langsung. Mereka lebih sadar akan siapa yang menonton interaksi mereka, baik secara langsung maupun lewat jejak digital yang ditinggalkan. Fenomena ini sangat berbeda dari komunikasi langsung yang biasanya lebih pribadi dan tidak meninggalkan jejak yang tetap. Karena itu, Generasi Z harus membangun kemampuan berinteraksi sosial yang lebih canggih agar bisa menghadapi berbagai kelompok penonton dan situasi komunikasi yang saling tumpang tindih di ruang digital mereka (Sosial, 2026).

Perbandingan Pola Komunikasi Generasi Z dengan Generasi Sebelumnya

Untuk memahami lebih jauh mengenai arti perubahan yang ditimbulkan oleh media sosial, kita perlu membandingkan cara berkomunikasi Generasi Z dengan generasi sebelumnya, seperti Generasi X dan Generasi Milenial, yang mengalami perubahan teknologi secara perlahan sepanjang hidup mereka. Kerangka generasi yang membedakan kelompok usia berdasarkan pengalaman sejarah dan teknologi bersama

ini menunjukkan bahwa setiap generasi mengembangkan cara berkomunikasi yang berbeda sesuai dengan kondisi teknologi dan sosial saat mereka membentuk kemampuan dan sikap mereka. Misalnya, generasi milenial mengalami peralihan dari cara berkomunikasi menggunakan telepon dan email ke media sosial saat mereka masih remaja atau usia muda, sehingga mereka lebih memahami dan menguasai keterampilan berbicara langsung sebelum terbiasa menggunakan komunikasi digital secara rutin (Strauss & Howe, 1991).

Generasi Z tidak mengalami masa transisi seperti generasi sebelumnya, karena media sosial sudah ada sejak mereka kecil. Akibatnya, kemampuan berkomunikasi secara digital berkembang seiring waktu, bahkan lebih dulu daripada kemampuan berkomunikasi secara langsung yang matang. Perbedaan utama ini menjelaskan mengapa beberapa orang memperhatikan kemungkinan adanya kekurangan dalam kemampuan berkomunikasi antar manusia pada Generasi Z dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Namun, perlu diingat bahwa Generasi Z juga memiliki keterampilan baru yang belum dimiliki secara baik oleh generasi sebelumnya, seperti kemampuan berkomunikasi secara multimodal yang menggabungkan teks, gambar, dan video sekaligus, serta kemampuan membangun dan mempertahankan jaringan sosial yang lebih luas dan tersebar di berbagai wilayah (Twenge, 2017).

PENUTUP

Berdasarkan hasil kajian pustaka yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa media sosial memberikan pengaruh yang signifikan dan multidimensional terhadap pola komunikasi Generasi Z, sebagai generasi digital native yang tumbuh dengan teknologi digital sebagai bagian alami dari kehidupan mereka. Pergeseran pola komunikasi dari interaksi tatap muka menuju komunikasi digital yang instan, singkat, dan bermediasi visual dapat dijelaskan melalui teori Computer-Mediated Communication, teori uses and gratifications, dan teori medium McLuhan, yang secara bersama-sama menegaskan bahwa karakteristik teknis media sosial turut membentuk cara Generasi Z menyusun dan memaknai pesan komunikasi mereka.

Media sosial membawa dampak positif berupa kemudahan komunikasi, perluasan jaringan sosial, dan ruang aman untuk ekspresi diri, namun secara bersamaan berkorelasi dengan menurunnya keterampilan komunikasi tatap muka, berkurangnya kualitas interaksi keluarga, dan munculnya ketergantungan pada validasi sosial yang memengaruhi kesejahteraan psikologis Generasi Z. Perubahan ini tidak hanya terjadi dalam interaksi sosial dengan teman sebaya, tetapi juga merambah ke ranah komunikasi keluarga, sebagaimana ditunjukkan oleh kecenderungan remaja Generasi Z untuk lebih memilih komunikasi melalui pesan teks dibandingkan percakapan langsung, bahkan dengan anggota keluarga yang tinggal serumah.

Sebagai rekomendasi, pendidik dan orang tua disarankan untuk mengembangkan strategi edukasi literasi digital yang seimbang, yang tidak hanya mengajarkan keamanan bermedia sosial, tetapi juga secara aktif melatih keterampilan

komunikasi interpersonal tatap muka. Keluarga disarankan untuk menciptakan momen komunikasi berkualitas yang bebas dari gangguan digital secara rutin. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian empiris lanjutan, khususnya penelitian longitudinal yang dapat menelusuri perkembangan pola komunikasi Generasi Z dari waktu ke waktu, guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak jangka panjang media sosial terhadap keterampilan komunikasi dan kesejahteraan psikologis generasi ini, sehingga temuan dalam kajian pustaka ini dapat diperkuat dengan bukti empiris yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, K. R., Amir, L. S., & Hapiipi, M. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi dan Hubungan Sosial dalam Kalangan Generasi Z. *Sanskara Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 85–94.
- Andriani, E., Prasetya, A. D., & Pratama, B. Y. (2024). Pengaruh Aplikasi TikTok dalam Komunikasi Generasi Z: Tinjauan terhadap Perubahan Pola Interaksi dan Ekspresi Digital. *Jurnal Ilmu Komunikasi, Administrasi Publik Dan Kebijakan Negara*, 1(3), 42–52.
- Arganata, & Hamka. (2025). Dinamika Pola Komunikasi Generasi Z di Kota Padang dalam Era Perkembangan Media Sosial (Studi Kasus Mahasiswa UNP). *Jurnal Riset Komunikasi*, 13(2), 67–82.
- Baym, N. K. (2015). *Personal Connections in the Digital Age* (2nd ed.). Polity Press.
- DeVito, J. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Professional Books.
- Humaniora, S. J. I. S. dan. (2025). Analisis Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Generasi Z di Indonesia. *SciNusa: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 1–15.
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). Utilization of Mass Communication by the Individual. In J. G. Blumler & E. Katz (Eds.), *The Uses of Mass Communications*. Sage Publications.
- McLuhan, M. (1964). *Understanding Media: The Extensions of Man*. McGraw-Hill.
- Prologia. (2026). Media Komunikasi Pilihan Generasi Z sebagai Ruang Aman dan Media Ekspresi. *Prologia*, 10(1), 1–12.
- Sains, J. D. S. dan. (2025). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Generasi Z dalam Interaksi Sosial. *Jurnal Dinamika Sosial Dan Sains*, 2(1), 1–12.
- Sinaga, A. B., & El Adawiyah, S. (2026). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi dalam Keluarga Generasi Z. *Jurnal Komunikatio*, 12(1), 1–15.
- Sosial, T. J. I. (2026). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Generasi Z. *Trivikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 12(2). <https://doi.org/10.9963/h8cfw533>
- Strauss, W., & Howe, N. (1991). *Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069*. William Morrow.

- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books.
- Walther, J. B. (1992). Interpersonal Effects in Computer-Mediated Interaction: A Relational Perspective. *Communication Research*, 19(1), 52–90.