

## Transformasi Budaya Digital: Pengaruh Media Sosial Terhadap Interaksi Sosial Remaja Di Universitas Negeri Padang

Adelia Suci Nurangraini<sup>1</sup>, Syamsir<sup>2</sup>, Azizah Jumaita Ayu<sup>3</sup>, Cynthia Bunga Belia<sup>4</sup>, Dea Kartika<sup>5</sup>, Delima Gussantina<sup>6</sup>

<sup>123456</sup>Universitas Negeri Padang

e-mail: [adeliasuci76@gmail.com](mailto:adeliasuci76@gmail.com), [syamsirsaili@yahoo.com](mailto:syamsirsaili@yahoo.com),  
[azizah.jumaitaayu@gmail.com](mailto:azizah.jumaitaayu@gmail.com), [bungabelia106@gmail.com](mailto:bungabelia106@gmail.com),  
[deakrtkaa30@gmail.com](mailto:deakrtkaa30@gmail.com), [delimagussantina04@gmail.com](mailto:delimagussantina04@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh media sosial terhadap interaksi sosial remaja dalam konteks transformasi budaya digital di Universitas Negeri Padang. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik purposive sampling dalam menentukan informan, yakni mahasiswa aktif yang secara intensif menggunakan media sosial. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara induktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan validasi menggunakan triangulasi dan *member checking*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial memainkan peran signifikan dalam membentuk kebiasaan baru dalam interaksi sosial, seperti keterbukaan berbagi kehidupan pribadi, komunikasi instan, serta bergesernya fokus dari kedekatan emosional menjadi konstruksi citra diri digital. Selain itu, media sosial juga berkontribusi pada pembentukan dan penguatan kepercayaan diri remaja, namun secara bersamaan juga memunculkan tekanan sosial, perasaan tidak aman, dan kecenderungan *self-censorship*. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi pengoptimalan seperti peningkatan literasi digital, pengaturan waktu, pembentukan budaya positif, serta pendampingan dari lingkungan sosial dan institusi pendidikan. Penelitian ini menegaskan pentingnya pemahaman kritis terhadap budaya digital agar media sosial dapat digunakan sebagai sarana pengembangan diri dan penguatan relasi sosial yang sehat.

**Kata kunci:** *Budaya Digital, Media Sosial, Interaksi Sosial, Kepercayaan Diri, Remaja, Mahasiswa*

### Abstract

This study aims to examine the influence of social media on the social interactions of adolescents within the context of digital cultural transformation at Universitas Negeri Padang. A descriptive qualitative approach was employed, using purposive sampling to select informants namely, active students who frequently use social media. Data were

collected through observation, in-depth interviews, and documentation, then analyzed inductively through data reduction, data presentation, and conclusion drawing, with validation supported by triangulation and member checking. The findings indicate that social media plays a significant role in shaping new habits in social interaction, such as openness in sharing personal life, instant communication, and a shift in focus from emotional closeness to the construction of digital self-image. Additionally, social media contributes to the development and reinforcement of adolescents' self-confidence, while also presenting challenges such as social pressure, insecurity, and a tendency toward self-censorship. Therefore, optimization strategies such as improving digital literacy, time management, building positive digital culture, and providing support from social environments and educational institutions are crucial. This study emphasizes the importance of critical awareness of digital culture to ensure that social media serves as a medium for personal development and the strengthening of healthy social relationships.

**Keywords:** *Digital Culture, Social Media, Social Interaction, Self-Confidence, Adolescents, University Students*

## **PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi digital telah menjadi salah satu pemicu utama perubahan dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam cara berinteraksi dan berkomunikasi (Addiyansyah, 2023; Habibah, 2021; Rustandi, 2019). Sejak kemunculan internet dan perangkat pintar, dunia mengalami transformasi besar-besaran menuju era konektivitas global yang instan (Kusnanto et al., 2024). Kemajuan ini menjadikan dunia maya sebagai ruang yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama bagi generasi muda yang tumbuh dalam lingkungan yang serba digital.

Media sosial sebagai salah satu produk dari teknologi digital telah berkembang pesat dan mengambil peran penting dalam kehidupan masyarakat modern (Manan, 2023; Tanjung, 2016). Platform seperti Instagram, TikTok, Twitter, dan WhatsApp tidak hanya digunakan untuk bertukar pesan, tetapi juga menjadi media untuk membentuk identitas diri, menyuarakan pendapat, hingga membangun jejaring sosial (Apriyanti et al., 2024; Marwan, 2023). Perubahan ini tidak sekadar bersifat teknis, tetapi juga berdampak pada dimensi sosial dan budaya yang lebih dalam.

Remaja dan mahasiswa merupakan kelompok usia yang paling responsif terhadap perkembangan teknologi digital (Darmayanti et al., 2024; Nudin, 2020). Mereka tumbuh dan berkembang dalam lingkungan yang sangat dipengaruhi oleh kehadiran media sosial. Hal ini membuat mereka cepat beradaptasi terhadap perubahan pola komunikasi dan interaksi sosial. Aktivitas yang dahulu dilakukan secara langsung kini lebih banyak bergeser ke ruang digital. Percakapan yang biasa terjadi secara tatap muka kini sering digantikan oleh obrolan daring dan interaksi berbasis teks serta simbol digital.

Perubahan ini mencerminkan apa yang disebut sebagai transformasi budaya digital yakni pergeseran nilai, kebiasaan, dan cara hidup masyarakat akibat pengaruh

teknologi digital (Polnaya et al., 2023; Saputri et al., 2024). Dalam konteks interaksi sosial, transformasi ini menyebabkan bergesernya norma dan cara remaja menjalin hubungan. Keintiman emosional yang dahulu dibangun melalui tatap muka dan interaksi fisik, kini banyak tergantikan oleh komunikasi virtual yang kadang kurang mendalam dan lebih bersifat instan (Hukunala & Nahuway, 2024; Wibowo, 2022).

Fenomena ini memberikan dua sisi dampak yang saling bertentangan. Di satu sisi, media sosial mempermudah komunikasi, memperluas jejaring sosial, dan memungkinkan remaja mengekspresikan diri secara lebih bebas. Namun di sisi lain, kemudahan ini juga menghadirkan tantangan baru, seperti keterasingan sosial, penurunan kualitas hubungan interpersonal, serta munculnya risiko seperti cyberbullying dan kecanduan digital. Banyak remaja yang merasa lebih nyaman di dunia maya, namun mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi langsung di dunia nyata.

Universitas Negeri Padang sebagai institusi pendidikan tinggi di Sumatera Barat menyediakan ruang yang ideal untuk mengamati dan mengkaji transformasi budaya digital di kalangan remaja, khususnya mahasiswa. Lingkungan kampus yang terdiri dari individu-individu dengan latar belakang sosial dan budaya yang beragam menjadi potret kecil dari dinamika sosial remaja di era digital. Mahasiswa tidak hanya terlibat dalam aktivitas akademik, tetapi juga aktif dalam dunia digital yang memengaruhi cara mereka berinteraksi, bergaul, dan membentuk identitas sosial.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini berfokus pada bagaimana media sosial membentuk ulang pola interaksi sosial mahasiswa di Universitas Negeri Padang. Penelitian ini bertujuan untuk menggali pengalaman, persepsi, dan tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam menghadapi perubahan ini. Dengan pendekatan kualitatif, diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai dampak budaya digital terhadap kualitas hubungan sosial remaja, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi untuk menjaga keseimbangan antara kehidupan sosial daring dan luring di kalangan generasi muda.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami secara mendalam pengaruh media sosial terhadap interaksi sosial remaja, khususnya mahasiswa Universitas Negeri Padang. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali makna, persepsi, dan pengalaman subjektif informan dalam konteks sosial yang alami. Lokasi penelitian ditetapkan di Universitas Negeri Padang karena kampus ini menjadi pusat aktivitas remaja dari berbagai latar belakang. Informan penelitian dipilih melalui teknik purposive sampling, yakni penentuan informan berdasarkan kriteria tertentu, seperti mahasiswa aktif pengguna media sosial. Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang relevan dan mendalam dari individu yang dinilai memahami dan mengalami langsung fenomena yang diteliti.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengamati aktivitas interaksi sosial mahasiswa baik secara langsung maupun digital. Wawancara dilakukan secara semi-

terstruktur untuk menggali pandangan dan pengalaman informan mengenai dampak media sosial terhadap hubungan sosial mereka. Sementara itu, dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data pendukung seperti arsip, foto, atau tangkapan layar yang relevan. Data dianalisis secara induktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validitas data diperkuat dengan teknik triangulasi dan *member checking* guna memastikan bahwa hasil temuan benar-benar merefleksikan realitas sosial di lapangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Media Sosial dan Pembentukan Budaya Interaksi Sosial Baru

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa Universitas Negeri Padang, ditemukan bahwa media sosial memiliki peran sentral dalam membentuk kebiasaan serta budaya baru dalam interaksi sosial remaja. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga menjadi ruang sosial digital tempat individu menyusun identitas, membentuk relasi, dan mengekspresikan diri. Mahasiswa UNP menunjukkan kecenderungan kuat untuk menggunakan media sosial seperti Instagram, TikTok, WhatsApp, dan Facebook sebagai sarana utama untuk berinteraksi, baik dalam ranah akademik maupun sosial. Platform-platform tersebut memberi mereka ruang untuk menampilkan diri, berbagi informasi, serta menjalin komunikasi lintas latar belakang yang tidak terbatas pada lingkungan kampus semata. Fenomena ini menandai pergeseran budaya dari interaksi langsung menuju komunikasi yang berbasis digital, cepat, dan visual.

Salah satu budaya baru yang muncul adalah kecenderungan remaja untuk membagikan aspek kehidupan pribadi secara lebih terbuka melalui unggahan konten di media sosial. Para informan menyebutkan bahwa mereka merasa lebih nyaman menyampaikan pikiran, perasaan, atau pencapaian melalui unggahan digital karena merasa memiliki kontrol lebih besar atas bagaimana diri mereka dipersepsikan. Media sosial memungkinkan mereka untuk menyeleksi bagian-bagian tertentu dari kehidupan yang ingin ditampilkan kepada publik, menciptakan identitas yang dirancang secara sadar. Hal ini membentuk standar baru dalam pergaulan sosial, di mana nilai dan status sering kali diukur berdasarkan respons digital, seperti jumlah likes, komentar, atau pengikut. Interaksi sosial pun menjadi lebih cepat dan instan, tetapi pada saat yang sama juga lebih permukaan, karena fokusnya berpindah dari kedalaman hubungan menuju tampilan citra diri.

Namun demikian, budaya keterbukaan dan kecepatan ini juga membawa tantangan tersendiri. Hasil wawancara menunjukkan bahwa banyak remaja mengalami tekanan sosial akibat ekspektasi untuk tampil menarik atau mengikuti tren yang sedang berkembang di media sosial. Beberapa informan mengaku merasa harus terus memperbarui unggahan mereka agar tetap relevan dan diterima dalam lingkungan sosial mereka. Kebiasaan ini menciptakan budaya perbandingan sosial yang kuat, di mana individu mulai menilai kebahagiaan atau kesuksesan diri berdasarkan unggahan orang lain. Akibatnya, muncul rasa tidak

puas, cemas, atau bahkan minder jika kehidupan nyata mereka tidak mencerminkan apa yang dianggap "ideal" dalam dunia digital. Dengan demikian, media sosial tidak hanya memfasilitasi hubungan sosial, tetapi juga membentuk ulang orientasi nilai dan norma dalam kehidupan remaja, dari yang sebelumnya berbasis pengalaman nyata menjadi berbasis persepsi digital.

Lebih lanjut, kebiasaan berinteraksi melalui media sosial juga memengaruhi cara remaja berkomunikasi dalam konteks akademik dan organisasi kampus. Beberapa informan menyatakan bahwa komunikasi internal dalam organisasi mahasiswa kini lebih banyak dilakukan melalui grup WhatsApp atau media sosial lainnya, menggantikan rapat langsung atau diskusi tatap muka. Meskipun cara ini dianggap efisien, sebagian mahasiswa mengungkapkan kekhawatiran bahwa kebiasaan ini berdampak pada menurunnya kualitas hubungan sosial karena minimnya interaksi fisik dan emosional. Komunikasi digital yang instan dan serba cepat cenderung mengabaikan nuansa, empati, serta bahasa tubuh yang hanya dapat ditangkap melalui interaksi langsung. Oleh karena itu, meskipun media sosial mempermudah koordinasi dan memperluas jaringan sosial, ia juga secara tidak langsung menggerus kualitas kedekatan interpersonal yang selama ini dibangun melalui interaksi tatap muka.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial telah membentuk kebiasaan dan budaya baru dalam interaksi sosial mahasiswa Universitas Negeri Padang. Transformasi ini mencakup kebiasaan berbagi kehidupan pribadi secara lebih terbuka, penggunaan komunikasi digital yang instan, serta pembentukan identitas sosial yang dipengaruhi oleh ekspektasi citra diri di dunia maya. Perubahan ini menciptakan dinamika sosial yang lebih kompleks dan menantang, di mana mahasiswa harus menavigasi antara kebutuhan untuk terkoneksi secara sosial dan tekanan untuk tampil sempurna secara digital. Budaya digital yang terbentuk ini menuntut adaptasi tidak hanya secara teknologis, tetapi juga secara psikososial, mengingat besarnya pengaruh media sosial terhadap cara remaja memaknai diri dan hubungan mereka dengan orang lain.

## **2. Dampak Media Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja**

Hasil wawancara yang dilakukan terhadap mahasiswa Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap kepercayaan diri remaja bersifat ambivalen dan sangat bergantung pada konteks psikologis serta sosial masing-masing individu. Media sosial, di satu sisi, berperan sebagai ruang ekspresi yang terbuka dan fleksibel, yang memungkinkan remaja menyusun citra diri sesuai keinginan tanpa harus langsung berhadapan dengan tekanan interaksi tatap muka. Sebagian informan menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri ketika berinteraksi melalui media sosial karena dapat menampilkan sisi terbaik dari diri mereka secara terkontrol, baik melalui unggahan foto, video, status, hingga komentar yang telah dipertimbangkan dengan matang. Fitur-fitur seperti story, direct message (DM), dan konten visual lainnya menjadi sarana untuk menyampaikan pendapat, menunjukkan minat, dan mengekspresikan emosi yang mungkin sulit mereka ungkapkan dalam komunikasi langsung.

Peningkatan rasa percaya diri ini juga terlihat dalam aktivitas akademik dan organisasi. Beberapa informan mengungkapkan bahwa setelah terbiasa menyuarakan pendapat di ruang digital, mereka menjadi lebih berani berbicara di forum-forum formal seperti diskusi kelas atau rapat organisasi. Respons positif dari teman-teman dalam bentuk likes, komentar, atau repost juga memberikan validasi sosial yang memperkuat rasa dihargai. Dalam konteks ini, media sosial bukan hanya menjadi sarana komunikasi, tetapi juga ruang penguatan identitas diri dan pembelajaran sosial yang konstruktif. Oleh karena itu, bagi sebagian remaja, media sosial justru memperluas kesempatan untuk membangun kepercayaan diri melalui interaksi yang lebih aman, terkoneksi, dan tidak menuntut keterlibatan fisik secara langsung.

Namun di sisi lain, tidak sedikit informan yang mengalami penurunan kepercayaan diri akibat ekspektasi dan tekanan sosial yang dibentuk oleh media sosial itu sendiri. Mereka mengaku merasa tidak aman (*insecure*) setelah membandingkan kehidupan mereka dengan unggahan orang lain yang tampak lebih sempurna, menarik, atau sukses. Kehidupan digital yang bersifat kuratif hanya menampilkan sisi terbaik dari seseorang menciptakan persepsi yang tidak realistis mengenai standar keberhasilan, kebahagiaan, maupun kecantikan fisik. Hal ini berdampak pada munculnya perasaan minder, tidak puas terhadap diri sendiri, hingga ketakutan untuk tampil secara otentik. Salah satu informan menyatakan bahwa dirinya kerap menghapus unggahan yang tidak mendapat respons yang diharapkan, karena merasa tidak cukup "menarik" dibandingkan teman-temannya.

Fenomena lain yang teridentifikasi dalam wawancara adalah *self-censorship* atau kecenderungan untuk menahan ekspresi karena takut terhadap penilaian sosial. Beberapa mahasiswa memilih untuk tidak membagikan pendapat pribadi, tidak mem-posting foto tertentu, atau bahkan tidak berpartisipasi dalam diskusi digital karena khawatir dihakimi oleh lingkungan pertemanan daring. Kondisi ini menunjukkan adanya mekanisme kontrol sosial yang tersembunyi dalam media sosial, di mana individu merasa harus menyesuaikan diri dengan ekspektasi kolektif yang belum tentu sesuai dengan kenyataan diri mereka. Kepercayaan diri yang semula tumbuh dari ekspresi diri justru bisa tergeser oleh kebutuhan untuk mendapatkan validasi dan pengakuan, yang kemudian membatasi kebebasan individu untuk tampil apa adanya.

Dengan demikian, pengaruh media sosial terhadap kepercayaan diri remaja bersifat situasional dan sangat dipengaruhi oleh cara individu memaknai serta menggunakan media tersebut. Media sosial bukan penyebab utama naik atau turunnya kepercayaan diri, melainkan medium yang memperkuat kondisi psikologis dan sosial yang sudah ada. Dalam konteks transformasi budaya digital, remaja dituntut untuk mampu mengelola identitas digital mereka secara seimbang agar tidak terjebak dalam tekanan sosial yang dibentuk oleh algoritma dan ekspektasi audiens digital. Temuan ini menegaskan bahwa ruang digital telah memperluas dimensi pembentukan identitas, namun pada saat yang sama juga menimbulkan

tantangan baru yang tidak sederhana, terutama dalam menjaga keaslian diri di tengah budaya tampil sempurna yang begitu kuat.

Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan, orang tua, dan lingkungan sosial untuk memberikan pendampingan dan edukasi digital yang lebih komprehensif. Remaja perlu didorong untuk memahami bahwa validasi sejati tidak hanya datang dari interaksi daring, tetapi juga dari hubungan interpersonal yang tulus dan pengalaman nyata yang membangun. Kampus dapat memfasilitasi ruang diskusi atau pelatihan terkait kesehatan mental dan etika digital, sementara orang tua dapat memperkuat komunikasi dua arah yang terbuka untuk membantu anak memahami dampak psikologis dari aktivitas digital mereka. Dengan langkah-langkah tersebut, media sosial dapat dioptimalkan sebagai ruang yang mendukung perkembangan kepercayaan diri yang autentik dan berkelanjutan, serta membangun budaya digital yang sehat dan empatik di kalangan remaja.

### **3. Strategi Pengoptimalan Penggunaan Media Sosial bagi Interaksi Sosial yang Sehat**

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan di lapangan, ditemukan bahwa meskipun media sosial memiliki potensi besar dalam memperkuat interaksi sosial remaja, pemanfaatannya memerlukan strategi yang bijak agar tidak menimbulkan dampak negatif. Media sosial harus diarahkan agar menjadi alat yang mendukung interaksi sosial yang sehat, bukan sebaliknya. Salah satu strategi utama yang dapat diterapkan adalah peningkatan literasi digital di kalangan remaja. Literasi digital tidak hanya mencakup kemampuan teknis dalam menggunakan perangkat digital, tetapi juga keterampilan kritis dalam menyaring informasi, memahami etika komunikasi daring, serta mengenali dan menghindari konten yang bersifat merugikan, seperti hoaks, ujaran kebencian, atau perundungan daring. Informan menyampaikan bahwa kesulitan dalam membedakan informasi yang bermanfaat dengan yang menyesatkan seringkali menjadi hambatan dalam berinteraksi secara sehat di dunia maya. Oleh karena itu, institusi pendidikan seperti universitas dapat memainkan peran penting dengan menyelenggarakan seminar, pelatihan, atau workshop literasi digital secara rutin.

Selain itu, hasil wawancara menunjukkan bahwa remaja merasakan manfaat lebih besar dari media sosial ketika digunakan untuk tujuan yang positif dan produktif. Mahasiswa merasa lebih terhubung secara sosial ketika mereka menggunakan media sosial sebagai sarana diskusi akademik, berbagi ide kreatif, atau kolaborasi dalam proyek bersama. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi platform yang memperkaya pengalaman intelektual sekaligus memperkuat hubungan sosial, apabila diarahkan ke ranah yang konstruktif. Universitas dapat memfasilitasi komunitas daring berbasis minat atau bidang studi untuk mendorong remaja menggunakan media sosial secara lebih bermakna. Dengan cara ini, media sosial tidak hanya menjadi ruang untuk membagikan kehidupan pribadi, tetapi juga sebagai wahana pengembangan potensi diri dan penciptaan komunitas yang suportif.

Namun demikian, penggunaan media sosial yang berlebihan juga menjadi masalah yang cukup menonjol, terutama dalam bentuk kecanduan digital. Informan menyampaikan bahwa mereka sering kali menghabiskan waktu yang berlebihan untuk menjelajah media sosial tanpa tujuan jelas, sehingga mengganggu produktivitas dan mengurangi kualitas interaksi di dunia nyata. Oleh karena itu, strategi penting lainnya adalah pengaturan waktu atau *digital detox*. Remaja perlu diajarkan untuk menetapkan batasan penggunaan media sosial, seperti membuat jadwal khusus, menggunakan fitur pengingat pada ponsel, atau menerapkan waktu bebas gawai ketika berkumpul dengan teman atau keluarga. Kesadaran akan pentingnya keseimbangan antara dunia maya dan nyata perlu ditanamkan sejak dini agar remaja tidak hanya aktif secara daring, tetapi juga terlibat secara langsung dalam kehidupan sosial mereka.

Membangun budaya positif di media sosial juga menjadi kunci penting dalam menciptakan interaksi sosial yang sehat. Budaya ini meliputi saling menghargai, memberikan dukungan emosional, dan menciptakan lingkungan digital yang aman serta bebas dari perundungan. Berdasarkan hasil wawancara, banyak remaja merasa lebih nyaman dan percaya diri saat berada di lingkungan daring yang saling mendukung dan menghargai keberagaman ekspresi. Oleh karena itu, penting bagi pihak kampus dan komunitas sosial untuk mengedukasi remaja tentang etika berkomunikasi di media sosial, pentingnya empati digital, dan menjaga privasi pribadi maupun orang lain. Program kampus seperti diskusi kelompok, kampanye daring, atau pelatihan tentang komunikasi empatik dapat membantu menciptakan ruang digital yang lebih manusiawi dan suportif.

Strategi terakhir yang tidak kalah penting adalah pengawasan dan pendampingan dari pihak kampus, dosen, maupun orang tua. Pendampingan bukan dalam bentuk pengawasan ketat yang membatasi, tetapi sebagai bentuk dukungan yang membimbing remaja agar mampu mengelola penggunaan media sosial secara mandiri dan bertanggung jawab. Beberapa informan menyebutkan bahwa mereka merasa terbantu ketika orang tua atau dosen terlibat dalam diskusi tentang penggunaan media sosial, karena hal ini menciptakan ruang refleksi dan pemahaman yang lebih dalam terhadap konsekuensi dari aktivitas digital. Kampus dapat mengintegrasikan kurikulum edukasi digital ke dalam kegiatan pembinaan mahasiswa, sementara orang tua dapat menciptakan komunikasi dua arah yang terbuka dan tidak menghakimi. Pendekatan ini membantu membentuk generasi muda yang bukan hanya melek teknologi, tetapi juga bijak dan kritis dalam berinteraksi di ruang digital.

Secara keseluruhan, temuan ini menggarisbawahi pentingnya strategi kolaboratif dalam mengelola penggunaan media sosial oleh remaja. Literasi digital, pengaturan waktu yang sehat, penggunaan media sosial secara produktif, pembangunan budaya positif, dan pendampingan yang suportif merupakan pilar utama dalam menciptakan interaksi sosial yang sehat dan bermakna di era digital. Dengan strategi ini, media sosial dapat dimanfaatkan secara optimal sebagai ruang

yang mendukung pertumbuhan pribadi, memperkaya hubungan sosial, dan memperkuat jati diri remaja di tengah arus budaya digital yang semakin dinamis.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Universitas Negeri Padang, dapat disimpulkan bahwa media sosial memainkan peran penting dalam membentuk ulang pola interaksi sosial remaja di era digital. Transformasi budaya digital yang terjadi telah menciptakan kebiasaan baru dalam berkomunikasi dan menjalin relasi, yang ditandai dengan keterbukaan dalam berbagi kehidupan pribadi, dominasi komunikasi instan, serta bergesernya nilai-nilai sosial dari kedekatan emosional ke arah representasi citra diri digital. Media sosial menjadi ruang di mana remaja menyusun identitas, menjalin koneksi, dan mengekspresikan diri, baik dalam konteks sosial maupun akademik. Namun demikian, penggunaan media sosial juga membawa tantangan psikososial yang kompleks, terutama dalam kaitannya dengan kepercayaan diri. Di satu sisi, media sosial dapat meningkatkan rasa percaya diri melalui ruang ekspresi yang terbuka dan apresiasi sosial. Di sisi lain, tekanan sosial, budaya perbandingan, dan kebutuhan akan validasi sering kali mengikis kepercayaan diri dan menciptakan kecemasan interpersonal. Fenomena seperti *self-censorship* dan kecenderungan membentuk identitas yang tidak autentik menjadi cerminan dari dinamika tersebut. Oleh karena itu, penggunaan media sosial di kalangan remaja perlu diarahkan dan didukung oleh strategi yang tepat agar tetap mendukung interaksi sosial yang sehat dan bermakna. Penerapan strategi pengoptimalan seperti literasi digital, penggunaan media sosial secara produktif, pengaturan waktu yang seimbang (*digital detox*), pembangunan budaya digital yang positif, serta pendampingan dari lingkungan sosial dan institusi pendidikan menjadi sangat krusial. Strategi-strategi ini tidak hanya bertujuan untuk meminimalkan dampak negatif media sosial, tetapi juga untuk mendorong remaja menjadi pengguna media digital yang kritis, kreatif, dan bertanggung jawab. Dengan pendekatan yang tepat, media sosial tidak hanya dapat dimaknai sebagai ruang virtual, tetapi juga sebagai medium sosial yang memperkaya pengalaman dan memperkuat jati diri remaja dalam menghadapi dinamika kehidupan modern.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Addiyansyah, W. (2023). Kecanduan Judi Online Di Kalangan Remaja Desa Cilebut Barat Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor. *Manifesto Jurnal Gagasan Komunikasi, Politik, Dan Budaya*, 1(1), 13–22.
- Apriyanti, H., Aeni, I. S., Kinaya, R. S., Nabilla, N. H., Laksana, A., & Latief, L. M. (2024). Keterlibatan penggunaan media sosial pada interaksi sosial di kalangan Gen Z. *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial Dan Politik*, 1(4), 229–237.
- Darmayanti, R., Rahmawati, E., Ishanan, I., Rohmah, N. N., Sukarta, S., & Suhadah, S. (2024). Peran Media Sosial dalam Pengembangan Literasi Digital di Kalangan Mahasiswa. *Seminar Nasional Paedagoria*, 4(1), 340–349.

- Habibah, A. F. (2021). Era masyarakat informasi sebagai dampak media baru. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(2), 350–363.
- Hukunala, G., & Nahuway, J. (2024). Dari Tatap Muka ke Tatap Layar: Transformasi Interaksi Sosial Remaja di Era Digital. *Populis: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 17(1), 110–124.
- Kusnanto, S. P., Gudiato, C., Kom, M., Usman, S. E., Blasius Manggu, S. E., & Sumarni, M. L. (2024). *Transformasi Era Digitalisasi Masyarakat Kontemporer*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Manan, A. (2023). Pendidikan Islam dan perkembangan teknologi: Menggagas harmoni dalam era digital. *SCHOLASTICA: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 5(1), 56–73.
- Marwan, M. R. (2023). Analisis Dampak New Media Dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 11–20.
- Nudin, B. (2020). Konsep Pendidikan Islam Pada Remaja di Era Disrupsi Dalam Mengatasi Krisis Moral. *Literasi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 11(1), 63–74.
- Polnaya, T., Murwani, P., & Pariela, T. D. (2023). Transformasi Budaya dan Interaksi Sosial dalam Masyarakat Adat: Dampak Masuknya Teknologi Digital. *Baileo: Jurnal Sosial Humaniora*, 1(1), 1–14.
- Rustandi, R. (2019). Cyberdakwah: Internet sebagai media baru dalam sistem komunikasi dakwah islam. *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam*, 3(2), 84–95.
- Saputri, Y. W., Rhodinia, S., & Setiawan, B. (2024). Dampak Globalisasi Terhadap Perubahan Gaya Hidup di Indonesia. *Maximal Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya Dan Pendidikan*, 1(5), 208–217.
- Tanjung, M. R. (2016). Fotografi ponsel (smartphone) sebagai sarana media dalam perkembangan masyarakat modern. *PROPORSI: Jurnal Desain, Multimedia Dan Industri Kreatif*, 1(2), 224–234.
- Wibowo, A. (2022). Perbankan Digital (Digital Banking). *Penerbit Yayasan Prima Agus Teknik*, 1–204.