

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1. Komunikasi Interpersonal

Dalam buku “*Komunikasi Personal*” yang ditulis oleh Edi Harapan & Syarwani Ahmad (2014:4) mengatakan menurut John Stewart dan Gary D'Angelo (1980), komunikasi interpersonal menekankan kualitas interaksi antara individu. Para individu berinteraksi satu sama lain sebagai pribadi yang unik yang mampu mengambil keputusan, merasakan emosi, menciptakan nilai, dan merefleksikan diri mereka sendiri, bukan sekadar sebagai objek atau benda mati. Dalam komunikasi, seseorang dapat berperan sebagai pengirim (komunikator) atau penerima (komunikan). Komunikasi antarpersonal didefinisikan sebagai proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau dalam kelompok kecil, disertai dengan efek spesifik dan umpan balik langsung. Melalui proses ini, pesan disampaikan dalam bentuk pertukaran informasi antara orang – orang, biasanya antara dua orang dengan respons yang segera terlihat. Semakin banyak orang yang terlibat dalam komunikasi, semakin kompleks pula dinamikanya (Maharani N., 2023).

Berdasarkan berbagai definisi, komunikasi antarpersonal dapat dipahami sebagai proses pertukaran pesan secara langsung antara dua orang atau kelompok kecil, baik secara verbal maupun nonverbal, yang memungkinkan umpan balik secara langsung. Komunikasi antarpersonal bersifat aktif, bukan pasif. Proses ini tidak terbatas pada transmisi pesan dari pengirim ke penerima atau sebaliknya, tetapi melibatkan interaksi timbal balik antara kedua belah pihak. Komunikasi antarpersonal bukan sekadar urutan stimulus dan respons, melainkan serangkaian proses di mana setiap individu menerima, memproses, dan merespons reaksi pihak lain.

Untuk membangun hubungan interpersonal yang efektif dan meningkatkan kolaborasi melalui komunikasi interpersonal memerlukan keterbukaan, kepercayaan, dan dukungan, yang mengarah pada pemahaman yang mendalam, saling menghargai, dan pengembangan bersama kualitas –

kualitas tersebut. Hubungan interpersonal harus dipelihara dan diperkuat dengan meningkatkan koneksi dan kolaborasi antara berbagai pihak yang terlibat proses komunikasi dalam hubungan tersebut.

2.2. Tahapan Komunikasi Interpersonal

Proses komunikasi interpersonal terdiri dari beberapa tahapan. Mark Knapp telah menyusun kerangka tahapan proses komunikasi interpersonal, yang mana setiap tahapannya memberikan manfaat signifikan dalam mengembangkan interaksi dengan orang lain (Liliweri, 2015). Secara ringkas, tahapan – tahapan tersebut adalah sebagai berikut.

a) Tahap *Coming Together*

Tahap awal atau yang dikenal sebagai *the initial encounter* dari komunikasi interpersonal adalah fase pertemuan pertama. Pada fase ini, individu – individu bertemu untuk pertama kalinya dan membentuk kesan pertama satu sama lain. Fase kedua adalah fase eksperimen, di mana pertukaran informasi secara bertahap terjadi. Fase ketiga adalah fase intensifikasi, di mana apa yang telah dicoba pada fase eksperimen sebelumnya diperdalam. Pada fase ini, individu – individu biasanya sudah saling mengenal, karena mereka telah bertukar informasi pribadi. Komunikasi antarpersonal pada fase ini bertujuan untuk memperdalam dan memperkuat hubungan yang telah diuji coba sebelumnya.

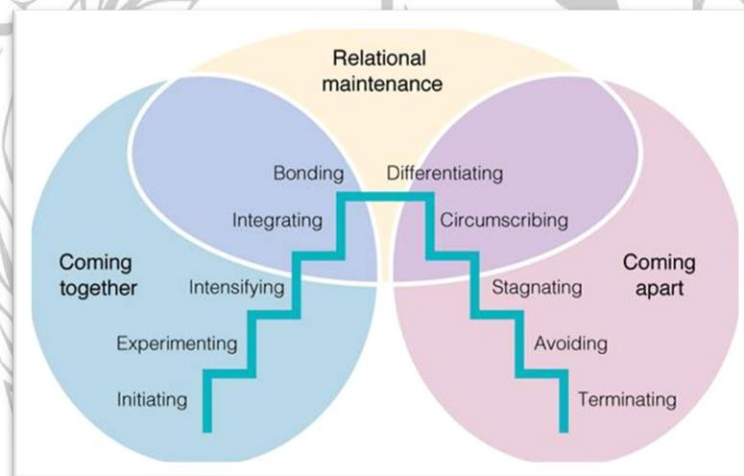
b) Tahap *Relational Maintenance*

Tahap berikutnya dalam proses komunikasi interpersonal adalah integrasi, di mana kedua individu membuat keputusan bersama, seperti mengevaluasi kualitas hubungan atau melakukan penyesuaian tertentu untuk memperbaikinya. Pada fase ini, mereka mulai merencanakan langkah – langkah untuk melanjutkan interaksi. Fase ini diikuti oleh fase pembentukan ikatan atau tahap *bonding* melibatkan penetapan batas, yaitu keputusan dibuat apakah hubungan akan dipertahankan atau tidak. Kemudian fase diferensiasi, yaitu menandai kembali fokus pada perbedaan – perbedaan antara individu, mirip dengan fase awal; di sini mereka menyadari bahwa interaksi harus dilanjutkan meskipun ada perbedaan, dengan penekanan pada pemahaman keragaman ini.

Ini diikuti oleh fase *circumscribing* atau pembatasan, di mana kedua belah pihak mulai mengambil peran utama mereka. Pada fase ini, individu menyadari kebutuhan untuk membatasi komunikasi sehingga percakapan hanya berfokus pada topik – topik spesifik, terutama yang praktis atau fungsional.

c) Tahap *Comming Apart*

Tahap pertama dalam fase ketiga ini adalah *stagnating* atau yang disebut stagnan, di mana hubungan antarindividu menjadi tidak dinamis dan cukup dangkal. Pada tahap berikutnya *avoiding* atau penghindaran, munculnya rasa tidak nyaman semakin meningkat, sehingga kedua belah pihak berusaha menghindari interaksi satu sama lain dan mengungkapkan ketidaksukaan mereka. Tahap akhir yaitu *terminating*, ditandai dengan keputusan bersama kedua belah pihak untuk mengakhiri hubungan interpersonal.



Gambar 2.1 Tahapan Proses Komunikasi Interpersonal Model Mark Khaap

2.3. Unsur Komunikasi Interpersonal

Menurut DeVito (Liliwari, 2015), Dalam proses komunikasi antarpersonal, terdapat berbagai unsur komunikasi yang berinteraksi satu sama lain secara terintegrasi sesuai dengan karakteristik masing-masing unsur tersebut. Unsur – unsur tersebut meliputi:

- a. Pengirim atau sumber, yaitu orang yang memulai komunikasi. Dalam komunikasi antarpersonal, komunikator adalah orang yang merancang, menyusun, dan menyampaikan pesan.

- b. *Encoding*, yaitu proses internal pada komunikator untuk merancang pesan agar pesan tersebut dapat diterima oleh penerima dengan akurat, tepat, dan lengkap sesuai dengan niat pengirim atau komunikator.
- c. Pesan, yaitu ide, pikiran, atau emosi yang ingin disampaikan oleh pengirim kepada penerima. Pesan ini dibentuk melalui proses pengkodean.
- d. Saluran, merupakan sarana fisik untuk mengirimkan pesan dari pengirim kepada penerima atau untuk menghubungkan orang-orang secara umum. Saluran atau media digunakan khususnya ketika komunikasi pribadi tidak mungkin dilakukan. Secara prinsip, komunikasi interpersonal langsung lebih efektif selama komunikasi pribadi masih mungkin dilakukan.
- e. *Decoding*, yaitu proses menerima dan memahami pesan agar dapat disampaikan sesuai dengan niat pengirim.
- f. Penerima atau komunikan, yaitu orang yang menerima, mendengarkan, memahami, dan menafsirkan pesan. Dalam komunikasi interpersonal, penerima berperan aktif, karena mereka tidak hanya menerima pesan tetapi juga menafsirkannya dan memberikan umpan balik.
- g. Tanggapan atau balasan, yaitu jawaban atau reaksi penerima terhadap pesan yang disampaikan oleh pengirim.
- h. Gangguan atau *noise*, yaitu faktor-faktor yang berpotensi menghalangi proses *encoding* dan *decoding*.
- i. Konteks, yaitu fakta di mana komunikasi selalu berlangsung dalam suatu situasi khusus. Terdapat tiga dimensi utama dalam konteks, yaitu ruang, waktu, dan nilai konteks ruang.

2.4. Tujuan Komunikasi Interpersonal

Dalam buku *Komunikasi Antarpribadi* yang ditulis oleh Ngalimun, ia mengatakan komunikasi interpersonal mempunyai beberapa tujuan, diantaranya yaitu:

- a. Mengenal diri sendiri. Melalui interaksi interpersonal dengan orang lain, kita memperoleh banyak wawasan tentang diri sendiri dan orang lain. Komunikasi interpersonal membuka peluang bagi kita untuk berbagi mengenai preferensi pribadi atau aspek kepribadian kita dengan orang lain. Sangat menarik untuk

mendiskusikan perasaan, pemikiran, dan perilaku kita dengan orang lain. Dengan berbagi sesuatu tentang diri kita dengan orang lain, kita menerima umpan balik berharga tentang perasaan, pemikiran, dan perilaku tersebut.

- b. Menjelajahi dunia luar. Ini berarti bahwa komunikasi antarpersonal memungkinkan kita untuk lebih memahami diri sendiri dan orang lain yang terlibat dalam komunikasi ini. Sebagian besar informasi yang kita terima berasal dari komunikasi antarpersonal, meskipun informasi dari media massa sering kali juga dibahas, dipelajari, atau diperdalam melalui interaksi antarpersonal.
- c. Membangun dan mempertahankan hubungan yang bermakna. Salah satu kebutuhan manusia yang paling besar adalah membangun dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Kita sering menghabiskan sebagian besar waktu kita dalam komunikasi antarpersonal untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang bermakna dengan orang lain.
- d. Berubah sikap dan perilaku. Kita sering menghabiskan banyak waktu mencoba mempengaruhi sikap dan perilaku orang lain melalui interaksi antarindividu. Melalui aktivitas tertentu, kita dapat memberikan saran atau insentif motivasi untuk mendorong orang lain bertindak sesuai dengan yang kita inginkan.
- e. Untuk bermain dan bersenang-senang. Salah satu tujuan utama komunikasi antarpersonal adalah bermain, yang meliputi berbagai aktivitas yang bertujuan mencari hiburan. Contohnya termasuk percakapan dengan teman tentang aktivitas akhir pekan, diskusi tentang topik olahraga, atau menceritakan cerita lucu; secara umum, percakapan semacam itu santai dan berfungsi sebagai hiburan yang menyenangkan.
- f. Untuk membantu dan memotivasi. Komunikasi antarpersonal semacam ini dapat menciptakan keseimbangan penting dalam pikiran, yang membutuhkan istirahat dari rutinitas serius kehidupan sehari-hari. Komunikasi antarpersonal bertujuan untuk memberikan bantuan dan motivasi. Selain itu, interaksi antarpersonal dapat memotivasi seseorang untuk mengambil tindakan positif atau meningkatkan diri mereka.

2.5. Karakteristik Komunikasi Interpersonal

Karakteristik utama pertama dalam komunikasi interpersonal adalah bahwa proses tersebut berasal dari individu itu sendiri; komunikasi hanya dapat terjadi jika seseorang memiliki keinginan, kemauan, dan motivasi yang kuat untuk melakukannya. Komunikasi ini melibatkan pertukaran yang komprehensif antara aksi dan reaksi secara keseluruhan.

Kedua menekankan ketidakmungkinan untuk menghindari, mencegah, atau mengubah proses komunikasi. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat menghindari komunikasi interpersonal sehari-hari. Komunikasi berlangsung secara terus-menerus dalam berbagai bentuk, baik verbal maupun nonverbal, sadar maupun tidak sadar. Oleh karena itu, tidak mungkin untuk “menghindari” komunikasi saat berinteraksi dengan orang lain. Proses komunikasi interpersonal tidak dapat dihilangkan atau dihilangkan dari dinamika interaksi sosial manusia. Komunikasi merupakan bagian esensial dari kehidupan sosial yang selalu hadir dan berlangsung, sehingga tidak mungkin diabaikan dalam hubungan antarindividu. Selain itu, komunikasi antarindividu tetap mempertahankan ciri khas dan proses inti meskipun konteks dan sarana komunikasi mungkin berubah. Dengan kata lain, esensi komunikasi antarindividu—seperti pertukaran pesan, pembentukan makna, dan dinamika interaksi sosial—tidak dapat diubah secara fundamental karena erat terkait dengan hubungan antarindividu.

Ketiga mencakup proses adaptasi dalam komunikasi antarpersonal. Komunikasi antarpersonal juga bersifat sistematis, yang meliputi hal-hal berikut: (1) Setiap bentuk komunikasi terjadi dalam sistem-sistem yang berbeda yang mempengaruhi pembentukan makna, (2) semua unsur dalam sistem komunikasi saling bergantung dan saling mempengaruhi, dan (3) setiap sistem komunikasi rentan terhadap gangguan, seperti gangguan fisiologis, fisik, psikologis, atau semantik.

Kemudian karakteristik adalah komplementaritas dan simetri. Ada setidaknya dua faktor utama yang menentukan dinamika komunikasi antarindividu, yaitu pertukaran simetris (*symmetrical exchange*) dan pertukaran komplementer (*complementary exchange*). Pola pertukaran simetris

timbul ketika kedua pihak dalam interaksi memiliki posisi, peran, atau kekuatan yang relatif setara, di mana mereka saling meniru atau mencerminkan perilaku satu sama lain. Dalam pertukaran simetris, komunikasi mengalir secara seimbang dan cenderung mengarah pada kesamaan, seperti saling mengonfirmasi, meniru pola bicara, atau mempertahankan sikap yang serupa. Sementara itu, pola pertukaran komplementer muncul ketika kedua pihak memiliki peran atau posisi yang berbeda tetapi saling melengkapi. Dalam pertukaran komplementer, satu pihak mengemban peran dominan atau pengendali, sedangkan pihak lain mengadopsi peran yang lebih pasif atau mengikuti. Pola ini menghasilkan keseimbangan melalui perbedaan peran yang saling mendukung, bukan melalui keseragaman.

2.6. Faktor Komunikasi Interpersonal

Faktor – faktor yang menumbuhkan komunikasi interpersonal yaitu:

- a. Kepercayaan (*trust*), di antara berbagai faktor yang paling kuat mempengaruhi komunikasi antarindividu, kepercayaan merupakan unsur yang esensial. Ketika kedua belah pihak memiliki dasar kepercayaan yang kuat, pemahaman mutual berkembang, yang pada selanjutnya mengarah pada sikap keterbukaan, saling melengkapi, dan pemahaman mutual, serta mencegah kesalahpahaman. Mulai dari fase perkenalan hingga penguatan hubungan, kepercayaan memainkan peran krusial dalam kesuksesan komunikasi. Tiga faktor utama yang membangun kepercayaan ini adalah penerimaan, empati, dan kejujuran.
- b. Sikap suportif, Sikap ini berfungsi untuk mengurangi kecenderungan defensif dalam komunikasi, yang sering muncul karena faktor pribadi seperti rasa takut, ketidakamanan, atau masalah serupa, dan dapat menyebabkan gangguan dalam komunikasi antarpersonal. Individu yang defensif cenderung lebih fokus pada melindungi diri mereka dari apa yang mereka anggap sebagai ancaman dalam interaksi daripada berusaha memahami pesan dari pihak lain.
- c. Sikap keterbukaan. Sikap ini memiliki pengaruh yang sangat signifikan dalam memupuk komunikasi interpersonal yang efektif. Keterbukaan

dalam komunikasi interpersonal berarti tidak ada aspek yang disembunyikan, sehingga pikiran atau perasaan komunikator diketahui oleh penerima dan sebaliknya. Meskipun komunikasi merupakan salah satu aktivitas harian terlama dalam kehidupan manusia, hasilnya tidak selalu sesuai dengan harapan yang diinginkan.

2.7. Hambatan Komunikasi Interpersonal

Secara umum, komunikasi antarpersonal terjadi melalui interaksi langsung bertatap muka, yang berarti potensi gangguan dalam proses komunikasi relatif tinggi. Intensitas pertemuan, yang menciptakan ikatan antara pengirim dan penerima pesan, seringkali menyebabkan gangguan dalam bentuk kesalahpahaman. Gangguan – gangguan ini dapat dibagi menjadi tiga kategori utama, yakni:

- a) Gangguan fisik, yang biasanya disebabkan oleh faktor eksternal atau yang menghalangi transmisi fisik, seperti kebisingan atau instruksi yang tidak jelas. Kondisi semacam ini dapat menyebabkan kebingungan dalam proses komunikasi.
- b) Gangguan psikologis, yang timbul dari perbedaan pemikiran dan penilaian subjektif antara individu – individu yang termasuk dalam komunikasi, meliputi aspek seperti perasaan, pandangan yang berbeda, perilaku, dan batas – batas.
- c) Gangguan semantik, yang timbul ketika kata – kata atau simbol yang digunakan dalam komunikasi memiliki makna yang ambigu, sehingga penerima gagal menangkap maksud sebenarnya dari pengirim pesan.

2.8. Aspek Penting Dalam Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merujuk pada proses interaksi antarindividu atau kelompok. Proses ini mencakup pertukaran informasi, ungkapan emosi, penyelesaian konflik, pembentukan pemahaman, serta keterlibatan antarindividu atau antarkelompok yang terlibat. Adapun aspek – aspek penting dalam komunikasi antarpersonal meliputi:

- a. **Komunikasi:** Komunikasi yang efektif menjadi fondasi utama dalam membangun relasi antarpersonal yang harmonis. Aspek ini meliputi pendengaran dengan empati, penyampaian komunikasi dengan jujur, dan penyampaian komunikasi yang tepat. Komunikasi berkualitas tinggi semacam ini mendorong perkembangan pemahaman mutual dan penanganan perbedaan secara konstruktif.
- b. **Kepercayaan:** Kepercayaan adalah landasan paling penting untuk hubungan interpersonal yang stabil. Kepercayaan berkembang ketika seseorang merasa yakin dan percaya bahwa orang lain akan bertindak secara konsisten dan dapat diandalkan. Kepercayaan dapat dibangun melalui integritas moral, perilaku yang konsisten, dan saling menghormati.
- c. **Empati:** Empati mencakup kemampuan untuk memahami dan merasakan emosi orang lain. Aspek ini memungkinkan individu untuk menunjukkan minat, perhatian, dan responsif terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain. Empati memainkan peran penting dalam memperkuat ikatan dan mempromosikan saling menghargai.
- d. **Keterlibatan dan dukungan:** relasi antarpersonal yang harmonis melibatkan partisipasi aktif dan dukungan timbal balik antara individu atau kelompok. Ini berarti membantu satu sama lain mencapai tujuan, mengatasi tantangan, dan merayakan kesuksesan bersama. Komitmen dan dukungan semacam ini memperkuat hubungan yang erat dan saling menguntungkan.
- e. **Menghargai perbedaan:** Setiap orang memiliki keunikan, dan saling menghormati terhadap perbedaan sangat penting untuk membangun hubungan interpersonal yang baik. Hal ini mencakup menghargai keragaman budaya, nilai-nilai, perspektif, dan preferensi orang lain. Dengan menghargai perbedaan, seseorang dapat membangun hubungan yang utuh dan memberi dukungan terhadap satu sama lain.

2.9. Generasi Z

Generasi Z, yang terdiri dari individu yang lahir antara pertengahan 1990-an dan awal 2010-an, adalah generasi pertama yang sepenuhnya berkembang di tengah ekosistem digital. Kelompok ini, yang tumbuh bersama kemajuan

teknologi digital, sangat mengandalkan media sosial sebagai alat primer untuk berkomunikasi, belajar, dan mengekspresikan diri (Krisnawati, 2024). Bukan hanya mahir dalam menggunakan teknologi, melainkan menyematkannya ke dalam hampir setiap ranah kehidupan harian, termasuk dalam proses membangun dan menjaga relasi sosial. Kebiasaan penggunaan platform digital seperti WhatsApp, Instagram, TikTok, serta aplikasi kencan seperti Bumble dan Tinder telah menjadi ciri khas pola komunikasi interpersonal generasi z. Mereka sering menghabiskan banyak waktu untuk memeriksa pembaruan, memperbarui halaman, dan berinteraksi di media sosial. Aktivitas ini terjadi pada berbagai waktu, seperti menjelang tidur, menjelang makan, ketika hendak melakukan perjalanan, sambil mengendarai kendaraan, ketika berjalan kaki, atau bahkan ketika mengikuti pembelajaran di kelas (Hidayatul F., 2024).

Temuan penelitian mengindikasikan bahwa meskipun berhubungan secara digital, generasi z seringkali mengalami rasa kesepian dan kecemasan, yang menggambarkan "paradoks koneksi" di mana keterkaitan digital tidak selalu berhasil mengurangi perasaan terisolasi secara sosial. Lebih lanjut, ketergantungan terhadap komunikasi digital cenderung menurunkan kemampuan untuk berinteraksi secara tatap muka (Sirajul, 2021).

Dalam konteks komunikasi interpersonal, generasi z lebih menyukai pesan – pesan yang ringkas, instan, dan interaktif. Mereka juga menunjukkan kecenderungan kuat terhadap elemen non-verbal di platform digital, seperti emoji, reaksi, atau fitur cerita yang bersifat sementara, yang sering menggantikan interaksi langsung. Dampak dari fenomena ini adalah penurunan tingkat komunikasi tatap muka konvensional serta peningkatan bentuk relasi interpersonal yang ambigu atau tidak memiliki batasan formal yang jelas.

Gaya komunikasi yang efisien tetapi dangkal ini menghasilkan kesempatan sekaligus hambatan dalam membangun relasi. Di satu sisi, Generasi Z mampu menjalin hubungan secara cepat dan adaptif. Namun, di sisi lain, relasi tersebut sering kali bersifat rentan dan tidak jelas statusnya—sebuah ciri khas dari hubungan tanpa status (HTS). Fenomena ini juga selaras dengan konsep keintiman digital, di mana ikatan emosional dapat terbentuk melalui

interaksi virtual tanpa memerlukan komitmen yang formal (Nurmala S.D., 2025).

2.10. Generasi Z Sebagai Generasi *Digital Native*

Dalam bidang komunikasi antarpersonal, generasi z dikenal sebagai generasi *digital native*, karena sejak kecil telah diberikan akses dan hidup berdampingan dengan teknologi seperti internet, media sosial, dan *smartphone*. Dari sekolah dasar, generasi z sudah mengenal perangkat digital secara luas seperti untuk belajar, hiburan, maupun interaksi sosial (Wandhe, 2024). Kehidupan seperti ini memberikan akses informasi dengan cepat dan instan, yang ikut mengubah pandangan generasi z tentang komunikasi sebagai hal yang bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja. Hal ini mengakibatkan interaksi secara digital menjadi bagian penting di kehidupan sehari – hari generasi z dibandingkan interaksi secara langsung. Maka, lingkungan digital menjadi konteks sosial utama bagi generasi z sejak masa kanak – kanak hingga dewasa (Mason, 2022).

Berkembangnya perangkat digital, cara komunikasi generasi z dipenuhi dengan aktivitas melalui layar atau *screen-to-screen*. Aktivitas ini mencakup pesan secara instan, komentar media sosial, hingga panggilan video yang mengubah banyak bentuk percakapan secara tatap muka (Mason, 2022). Generasi z terbiasa menunjukkan dirinya dengan teks singkat, emoji, dan gambar yang sesuai perasaan generasi z secara cepat dan efisien (Wandhe, 2024). Fleksibilitas dalam memberikan respons pesan membuat generasi z bisa memilih kapan pun generasi z ingin membalas, maka interaksi berlangsung sesuai alur kenyamanan masing-masing. Hal ini membentuk pemahaman baru bahwa komunikasi tidak harus terjadi secara *real-time*.

Media sosial atau komunikasi digital menyebabkan generasi z kurang bisa membaca isyarat nonverbal seperti ekspresi wajah, intonasi, dan bahasa tubuh (Wandhe, 2024). Kurangnya interaksi tatap muka juga mengakibatkan generasi z sulit memberi respons spontan yang menekankan pada pengaturan emosi dengan cepat (Mason, 2022). Maka, generasi z jadi merasa canggung dan tidak percaya diri saat berbicara langsung atau tatap muka. Kondisi ini

memperlihatkan bahwa adaptasi sosial dalam konteks fisik jadi lebih sulit dilakukan dibandingkan dengan interaksi secara digital (Wandhe, 2024).

Penelitian juga menunjukkan bahwa intensitas penggunaan perangkat digital oleh generasi z mempengaruhi pola adaptasi interpersonal (Mason, 2022). Penggunaan perangkat digital yang berlebihan menyebabkan generasi z lebih suka berinteraksi dengan pesan digital dibandingkan interaksi secara *face-to-face* (Wandhe, 2024). Dalam beberapa penelitian, perangkat digital digunakan sebagai “perantara emosional” yang menghasilkan jarak antar individu saat merasa tidak nyaman. Komunikasi digital yang dapat diatur juga membantu generasi z menghindari konfrontasi yang kemungkinan akan timbul ketika percakapan langsung. Hal tersebut menjadi salah satu alasan mengapa hubungan tanpa status (HTS) marak terjadi di kalangan generasi z (Mason, 2022).

Media sosial menjadi ruang utama generasi z untuk menciptakan hubungan sosial. Platform seperti Instagram, WhatsApp, dan TikTok bukan hanya media hiburan, tetapi juga tempat interaksi emosional dan pembentukan identitas. Dengan platform tersebut, generasi z bisa menyebarkan aktivitas sehari-hari dengan fitur *story*, atau *chat* secara personal dengan fitur *direct message* (Hu, 2022). Penggunaan media sosial yang intens membentuk interaksi sosial yang mudah dibangun tanpa harus bertemu langsung (Mason, 2022). Terkadang hubungan sosial yang terbentuk bisa berlangsung lama walau tidak pernah berinteraksi tatap muka (Wandhe, 2024).

Fitur – fitur di media sosial memiliki peranan penting untuk membentuk hubungan yang leluasa dan ambigu. Fitur seperti *reply story* kemungkinan akan menciptakan interaksi yang santai tanpa beban emosional (Hu, 2022). Lalu, fitur *last seen* dan *read receipt* di WhatsApp sering kali menyebabkan ambiguitas, karena penerima pesan dapat menunda balasan tanpa memberikan kejelasan (Mason, 2022). Sehingga batas antara kedekatan dan jarak menjadi tidak jelas, interaksi dapat berlangsung intens tanpa adanya kepastian status hubungan (Wandhe, 2024). Maka, HTS menjadi bentuk interaksi yang tidak asing di kalangan generasi z, karena aman dan fleksibel (Hu, 2022).

Interaksi secara *screen-to-screen* setiap harinya membentuk kedekatan emosional yang dirasa cukup memenuhi kebutuhan sosial beberapa individu. Di waktu yang sama, hubungan terbangun dengan tidak menuntut kejelasan komitmen, maka dirasa lebih ringan dan minim terluka secara emosional. Keterampilan mengontrol interaksi membuat individu merasa seperti memiliki ruang aman agar privasi terjaga dan menghindari tuntutan hubungan (Wandhe, 2024). Oleh karena itu, media sosial tidak hanya mengubah cara generasi Z berkomunikasi, tetapi juga mengubah pandangan terhadap hubungan romantis. Fenomena ini memperlihatkan bahwa perkembangan teknologi digital juga ikut serta dalam menciptakan dinamika baru di hubungan sosial yang lebih fleksibel, tetapi rentan terhadap ketidakpastian (Mason, 2022).

2.11. Hubungan Interpersonal

Secara umum, hubungan dapat dipahami sebagai koneksi atau ikatan antara dua atau lebih pihak yang melibatkan aspek emosional, fungsional, dan sosial. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), hubungan merujuk pada; koneksi, ikatan, sangkut-paut, atau jaringan sosial yang terwujud karena interaksi antara individu tertentu. Dalam arti yang lebih luas, hubungan tidak terbatas pada lingkup interpersonal, tetapi juga dapat mencakup interaksi antara negara, organisasi, atau bahkan objek di bidang ilmiah. Dalam studi ilmu sosial, hubungan sering kali dipandang sebagai pola yang terbentuk melalui interaksi berulang antarindividu atau antarkelompok, yang bisa bersifat formal atau informal, dekat atau jauh, serta positif atau negatif (Rasda, 2021). Pada dasarnya, setiap bentuk hubungan pada dasarnya mencakup unsur – unsur inti seperti interaksi, ekspektasi, dan ketergantungan, yang memengaruhi pola perilaku individu satu sama lain dalam konteks tertentu.

Dalam bidang komunikasi antarpersonal, hubungan muncul sebagai proses interaksi yang berkelanjutan antara dua individu yang saling mempengaruhi melalui pertukaran pesan. Komunikasi dalam konteks ini tidak hanya bersifat transaksional tetapi juga relasional, artinya setiap pesan yang disampaikan memiliki dampak pada tingkat kedekatan dan dinamika hubungan secara keseluruhan. Menurut Devito, seperti yang dikutip dalam bukunya *The*

Interpersonal Communication Book (Darmawan C., 2019), perkembangan hubungan terdiri dari lima fase utama: kontak, keterlibatan, kedekatan, kehancuran, dan pemisahan.

Hubungan interpersonal merujuk pada ikatan antara dua orang atau lebih yang saling bergantung dan mengikuti pola interaksi yang konsisten (Nashrudin S., 2018). Tujuan utamanya adalah untuk menjaga harmoni, saling mempengaruhi, mengubah sikap atau perilaku, dan mempengaruhi aspek – aspek terkait lainnya. Hubungan interpersonal memiliki potensi untuk mengembangkan sifat-sifat positif dalam karakter manusia (Arfianti, 2023) Menurut Altman dan Taylor (1973) dalam teori penetrasi sosial, hubungan interpersonal berkembang secara bertahap, dengan individu secara perlahan mengungkapkan lebih banyak tentang diri mereka seiring waktu. Komunikasi yang terbuka, jujur, dan konsisten merupakan landasan utama untuk hubungan interpersonal yang kuat.

Meskipun demikian, tidak semua hubungan interpersonal berkembang secara lurus menuju keintiman. Dalam fenomena era-modern seperti hubungan tanpa status (HTS), kedekatan fisik dan emosional sering kali tidak diikuti oleh struktur hubungan yang jelas. Situasi ini menghasilkan dinamika komunikasi yang khas dan kerap kali membingungkan, karena absennya status resmi atau formal yang mengatur harapan serta peran masing – masing pihak yang terlibat pada hubungan. Kemampuan berkomunikasi dengan empati dan dukungan menjadi penanda krusial dalam mempertahankan hubungan interpersonal. Kurangnya kepastian dan keterbukaan dalam komunikasi pada hubungan tanpa status ini kerap menjadi pemicu konflik atau ketidakpuasan di antara pihak – pihak yang terlibat.

Kualitas hubungan interpersonal dalam Hubungan Tanpa Status pada Generasi Z tidak diukur berdasarkan kejelasan status formal, melainkan melalui kedekatan emosional, intensitas komunikasi, dan rasa keterhubungan subjektif. Ditemukan bahwa HTS atau *situationship* merupakan bentuk hubungan yang secara emosional menyerupai relasi romantis, tetapi tidak memiliki struktur komitmen yang jelas. Kualitas hubungan dalam konteks ini

bersifat ambivalen; memberikan keintiman emosional sekaligus memunculkan ketidakpastian yang berkelanjutan.

Lebih lanjut, Roberson (2017) menunjukkan bahwa hubungan romantis pada *emerging adulthood*, yang secara usia selaras dengan Generasi Z, bersifat heterogen dan tidak dapat digeneralisasi sebagai relasi yang tidak bermakna. Beberapa tipe hubungan tetap menunjukkan kepuasan dan kedekatan emosional meskipun tidak stabil. Hal ini memperkuat argumen bahwa kualitas hubungan interpersonal dalam HTS tetap dapat dirasakan secara subjektif sebagai bermakna, meskipun secara struktural tidak pasti (Roberson, 2017).

Dengan demikian, kualitas hubungan interpersonal dalam HTS Generasi Z bersifat emosional-intens tetapi struktural-ambigu. Hubungan dinilai berkualitas selama komunikasi berjalan intens, dukungan emosional terpenuhi, dan ekspektasi pribadi masih dapat ditoleransi, meskipun hubungan tidak berkembang menuju kejelasan status (George, 2024).

2.12. Hubungan Tanpa Status

Istilah Hubungan tanpa status (HTS) atau *situationship* semakin mendominasi perbincangan di kalangan generasi z. Topik mengenai relasi romantis semacam ini telah banyak dibahas melalui berbagai platform online, baik di tingkat lokal, nasional, maupun internasional. Hal ini terlihat dari kemunculan beragam artikel daring ketika mencari kata kunci seperti "hubungan tanpa status", HTS, atau *situationship*, yang langsung menghasilkan banyak sumber pembahasan terkait fenomena ini.

Hubungan tanpa status (HTS), yang sering disebut pula sebagai "*situationship*," merujuk pada bentuk hubungan interpersonal yang melibatkan kedekatan fisik dan emosional tanpa pengakuan resmi, seperti status pacaran, pertunangan ataupun pernikahan. Hubungan ini tidak dibatasi oleh komitmen formal seperti dalam hubungan romantis lainnya. Fenomena ini semakin menjadi tren dan disukai oleh generasi z, yang cenderung mengutamakan kebebasan individu dan penemuan diri, serta menghindari tekanan sosial yang datang dari status pada hubungan.

Dalam HTS, komunikasi antarpersonal seringkali ditandai dengan ketidakjelasan, di mana para pihak terlibat enggan membahas secara terbuka mengenai ekspektasi, batas-batas, atau prospek masa depan relasi. Situasi ini memunculkan rasa tidak pasti dan ketidakseimbangan dalam hubungan, karena tidak ada visi jangka panjang yang jelas akibat ambiguitas status yang sedang dijalani. Salah satu karakteristik utama HTS adalah ketiadaan diskusi tentang komitmen. Interaksi berlangsung mirip dengan pasangan, tetapi tanpa pandangan sosial yang resmi terhadap hubungan tersebut. Individu yang belum siap memulai komitmen baru—karena pengalaman traumatis atau keterbatasan waktu untuk hubungan serius—cenderung memilih bentuk relasi ini (Haniyah J., 2024).

HTS dapat berfungsi sebagai mekanisme untuk menghindari konflik atau rasa terikat, tetapi dalam jangka panjang, hal itu berpotensi menimbulkan kecemasan dan ketidakamanan, khususnya jika kebutuhan emosional tidak terpenuhi secara adil. Dalam lingkup Generasi Z, HTS sering kali lahir dari komunikasi yang tidak eksplisit, seperti penggunaan kode atau isyarat dalam pesan digital, daripada melalui pembicaraan langsung tentang esensi hubungan.

Berdasarkan penelitian oleh Weigel (2008), relasi semacam ini menuntut pendekatan komunikasi yang rumit dan sering kali menantang dalam menjaga keseimbangan antara keintiman dan batasan. Apabila ekspektasi tidak diselaraskan melalui dialog terbuka, HTS berpotensi memicu konflik antarpribadi, kekecewaan, bahkan hilangnya kepercayaan diri pada salah satu atau kedua individu terkait.

Generasi Z memilih untuk HTS bukan sekedar keinginan semata akan fleksibilitas, tetapi juga perubahan pandangan serta pikiran terhadap kedekatan emosional, dimana kedekatan ini bukan berarti harus terikat dalam komitmen formal untuk dianggap sebagai suatu hubungan yang bermakna (Haniyah J., 2024). Pandangan dan pemikiran baru tersebut yang membentuk relasi seperti HTS semakin diterima secara publik, yakni di lingkup pertemanan maupun komunitas digital. Orientasi terhadap pencarian jati diri juga membentuk

hubungan yang tidak mengikat terasa lebih nyaman bagi beberapa orang yang masih berada dalam fase pencarian jati diri tersebut (Wandhe, 2024).

Ruang digital juga membuat pengaturan frekuensi dan kedalaman interaksi jadi lebih mudah, maka seseorang jadi bisa menyesuaikan tingkat kedekatan berdasarkan kenyamanan masing-masing (Hu, 2022). Di konteks ini, HTS membentuk ruang agar antar individu tetap saling berhubungan tanpa tekanan maupun komitmen yang mengikat baik secara emosional maupun sosial (Mason, 2022). Pemilihan komunikasi yang beragam juga membuat seseorang menjalin relasi dengan banyak pihak di saat bersamaan tanpa mementingkan satu pihak atau memberikan prioritas pada orang tertentu. Hubungan seperti ini akan menciptakan keterikatan yang rentan, tetapi juga dapat memberikan dukungan secara emosional di tingkat tertentu (Hu, 2022). Oleh karena itu, HTS dirasa lebih mudah untuk dijalani dibandingkan dengan hubungan yang harus terikat komitmen yang menuntut tekanan emosional lebih besar.

Akan tetapi, fleksibilitas pada HTS juga memiliki tantangan, karena tidak ada batasan yang jelas. Terdapat dua individu yang saling terlibat dalam hubungan emosional tetapi tidak memiliki arah bahwa hubungan tersebut akan serius atau tidak. Ambiguitas ini menyebabkan jarak antar individu yang saling berhubungan, dimana saat salah satu pihak menginginkan kejelasan sementara pihak lain tidak. Keinginan yang berbeda tersebut menimbulkan konflik tersembunyi yang ditunjukkan dengan penurunan intensitas komunikasi atau penarikan diri dengan perlahan (Haniyah J., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa walau HTS tidak ada komitmen, tetapi tetap terdapat dinamika emosional yang kompleks dan rentan akan perbedaan tujuan.

Di sisi lain, HTS menjadi ruang transisi untuk seseorang yang masih berada di proses penyembuhan emosional, terutama jika sebelumnya seseorang tersebut memiliki pengalaman romantis yang buruk. Hubungan ini menciptakan kesempatan agar individu kembali bangkit dan meningkatkan kepercayaan pada suatu hubungan tanpa adanya tekanan komitmen yang berat (Wandhe, 2024). Untuk beberapa individu, hubungan yang tidak menuntut kejelasan jangka panjang akan menciptakan perasaan aman, karena tidak

menempatkan individu tersebut di posisi yang akan mengalami luka emosional baru (Haniyah J., 2024). Meskipun begitu, tidak adanya arah hubungan juga bisa memperlambat proses penyembuhan bila tidak disertai komunikasi terbuka. Maka, HTS ini bisa memberikan dampak positif maupun negatif, tergantung bagaimana hubungan ini dijalankan.

Dalam HTS juga ada kemungkinan hubungan akan berakhir tanpa kejelasan, karena tidak ada komitmen yang mengikat tersebut (Mason, 2022). Penarikan diri secara sepihak, rasa tidak peduli pada komunikasi, atau intensitas interaksi yang perlahan menurun sering menjadi penyebab HTS telah selesai (Wandhe, 2024). Di keadaan seperti ini, pihak yang telah menaruh harapan akan merasa kehilangan atau kekecewaan yang besar walaupun tidak ada ikatan yang menjanjikan. Situasi ini menunjukkan bahwa tidak adanya tekanan komitmen, tidak bisa menjamin risiko luka emosional tidak akan ada untuk pihak – pihak yang telah terlibat. Oleh sebab itu, HTS tetap mempunyai kesempatan untuk kekecewaan secara emosional dan ketidakpastian perasaan (Haniyah J., 2024).

Cara menjaga agar HTS tetap berjalan, yakni kecakapan komunikasi interpersonal mempunyai peran utama untuk keseimbangan hubungan. Cara menjelaskan batasan, ikatan emosional, dan arah hubungan bisa menghindari kesalahpahaman yang kemungkinan akan muncul (Haniyah J., 2024). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa HTS memiliki kesempatan yang lebih stabil jika kedua pihak saling terbuka mengenai prinsip dan harapan antar pihak. Akan tetapi, pada kenyataannya banyak HTS yang berjalan dengan tidak baik, karena kekhawatiran dan ketakutan akan ditinggal oleh salah satu pihak terlebih dahulu sehingga mengubah alur hubungan yang awalnya dianggap nyaman (Haniyah J., 2024). Hal ini menyebabkan ketidakpastian berkepanjangan yang mempengaruhi kesehatan emosional maupun mental antar pihak.

Maka, HTS ini menunjukkan perubahan cara generasi z memahami suatu hubungan, dimana kebebasan individu, fleksibilitas, dan kenyamanan emosional menjadi hal yang lebih penting (Wandhe, 2024). Sejalan dengan perubahan cara tersebut, hubungan tidak lagi dilihat harus memiliki ikatan

komitmen seperti pernikahan. Adanya teknologi dan media sosial juga mempercepat perubahan ini dengan memberikan ruang interaksi yang luas serta minim batasan (Hu, 2022). Namun, HTS ini tetap memiliki tantangan baru, karena terdapat ambiguitas yang menimbulkan tekanan emosional (Mason, 2022). Oleh karena itu, memahami karakteristik HTS menjadi langkah yang penting dalam menilai pengaruhnya pada kesejahteraan emosional generasi Z.

2.13. Teori Penetrasi Sosial (*Social Penetration Theory*)

Peneliti menjalankan studi dengan menggunakan penelitian terdahulu yang relevan sebagai penunjang penelitian ini. Beberapa penjelasan terperinci terkait penelitian relevan yang sudah peneliti kumpulkan sebagai pedoman, seperti:

Teori Penetrasi Sosial yang dikemukakan oleh Altman dan Taylor menjelaskan bahwa hubungan interpersonal berkembang melalui proses keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang berlangsung secara bertahap, mulai dari lapisan kepribadian yang bersifat dangkal menuju lapisan yang lebih intim dan personal. Proses ini diibaratkan seperti lapisan bawang, di mana semakin dalam informasi yang dibagikan, semakin tinggi tingkat kedekatan emosional yang terbangun antara individu. Kedalaman dan keluasan keterbukaan diri menjadi indikator utama perkembangan hubungan interpersonal, yang biasanya berkembang seiring meningkatnya rasa percaya dan kenyamanan antarindividu (Syawal, 2023).

Sejalan dengan pandangan tersebut, Devito menekankan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif ditandai oleh adanya keterbukaan, empati, sikap mendukung, rasa positif, dan kesetaraan dalam interaksi. Keterbukaan tidak hanya merujuk pada kesediaan individu untuk berbagi informasi pribadi, tetapi juga pada kemampuan untuk merespons secara empatik terhadap keterbukaan pihak lain. Dengan demikian, hubungan interpersonal yang berkembang secara sehat membutuhkan timbal balik komunikasi yang konsisten agar proses penetrasi sosial dapat berjalan secara berkelanjutan.

Dalam konteks komunikasi digital, prinsip-prinsip teori penetrasi sosial tetap relevan meskipun medium komunikasi mengalami perubahan. Ditemukan bahwa komunikasi online mampu mempercepat proses penetrasi sosial pada tahap awal hubungan, khususnya pada tingkat permukaan, melalui interaksi yang intens dan berulang (Syawal, 2023). Media digital memungkinkan individu untuk dengan cepat membangun kedekatan emosional melalui pesan instan, percakapan daring, serta pertukaran informasi personal dalam waktu yang relatif singkat. Namun, percepatan pada tahap awal ini tidak selalu diikuti oleh perkembangan hubungan menuju kedalaman emosional yang stabil.

Fenomena tersebut menjadi relevan dalam menjelaskan hubungan tanpa status (HTS), di mana individu dapat mencapai kedekatan emosional yang signifikan tanpa adanya komitmen formal. Dalam HTS, proses penetrasi sosial sering kali berhenti pada tahap pertukaran afektif, yaitu tahap di mana individu telah saling berbagi perasaan dan pengalaman emosional, tetapi belum mencapai integrasi relasional yang utuh. Dalam penelitian ini ditemukan juga bahwa komunikasi online cenderung memfasilitasi keterbukaan diri yang cepat, namun tidak selalu disertai dengan kejelasan arah hubungan jangka panjang.

Lebih lanjut, dijelaskan bahwa dalam jaringan komunikasi online, keterbukaan diri sering kali bersifat selektif dan terkontrol. Individu memilih informasi apa yang ingin dibagikan dan apa yang ingin disembunyikan sebagai bentuk perlindungan diri dari risiko emosional. Kondisi ini menyebabkan hubungan interpersonal mengalami apa yang dapat disebut sebagai penetrasi emosional parsial, di mana kedalaman emosional tercapai, tetapi tidak diikuti oleh komitmen atau integrasi relasional yang stabil.

Dengan demikian, teori penetrasi sosial relevan untuk menafsirkan dinamika hubungan tanpa status pada Generasi Z. Hubungan HTS dapat dipahami sebagai relasi yang mengalami percepatan penetrasi pada tahap awal melalui komunikasi digital yang intens, namun mengalami stagnasi pada tahap tertentu karena adanya ambiguitas relasional dan ketidaksiapan untuk berkomitmen secara formal. Teori ini membantu menjelaskan bagaimana

Generasi Z mampu membangun kedekatan emosional yang nyata tanpa harus mendefinisikan hubungan secara konvensional, sekaligus menjelaskan mengapa hubungan tersebut sering kali bersifat tidak stabil dan ambigu.

2.14. Penelitian Relevan

Peneliti menjalankan studi dengan menggunakan penelitian terdahulu yang relevan sebagai penunjang penelitian ini. Beberapa penjelasan terperinci terkait penelitian relevan yang sudah peneliti kumpulkan sebagai pedoman, seperti:

Tabel 2.1 Penelitian Relevan

1	Peneliti	Windi Wulandari
	Tahun	2023
	Judul	Pengelolaan Konflik Dalam Komunikasi Interpersonal Pada Hubungan Pacaran Jarak Jauh
	Tujuan Penelitian	Menyelidiki bagaimana manajemen konflik interpersonal berperan dalam hubungan pacaran jarak jauh. - Mengkaji dan menganalisis bentuk penyelesaian komunikasi interpersonal pada ketiga pasangan yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh. - Mengkaji dan menganalisis dampak yang timbul dari adanya komunikasi interpersonal terhadap hubungan pacaran jarak jauh.

	<p>Hasil Penelitian</p>	<p>Komunikasi interpersonal memiliki dampak yang signifikan terhadap hubungan pacaran jarak jauh. Komunikasi interpersonal dapat membantu pasangan untuk memperdalam pemahaman satu sama lain, mengelola konflik dengan lebih baik, menciptakan lingkungan komunikasi yang sehat, dan membangun hubungan yang kokoh meskipun terpisah oleh jarak geografis. Selain itu, komunikasi interpersonal yang efektif juga dapat membantu pasangan untuk meresapi lapisan-lapisan hubungan dan mencapai pemahaman yang lebih mendalam, sehingga memperkuat kedekatan emosional dan kualitas hubungan.</p>
	<p>Perbedaan Penelitian</p>	<p>Pada penelitian sebelumnya memfokuskan penelitian tentang hubungan berpacaran jarak jauh. Penelitian menitikberatkan pada peranan komunikasi dalam mengelola konflik dalam hubungan pacaran jarak jauh. Penelitian menyelidiki bagaimana manajemen konflik interpersonal berperan dalam hubungan pacaran jarak jauh. Sedangkan penelitian ini membahas tentang hubungan tanpa status. Penelitian ini melihat dan mengetahui bagaimana bentuk komunikasi interpersonal yang dijalani oleh para Generasi Z dalam hubungan tersebut.</p>
<p>2</p>	<p>Peneliti</p>	<p>Astrid Faidlatul Habibah, Fakhira Shabira, Irwansyah</p>
	<p>Tahun</p>	<p>2021</p>
	<p>Judul</p>	<p>Pengaplikasian Teori Penetrasi Sosial pada Aplikasi <i>Online Dating</i></p>

	Tujuan Penelitian	Tujuan penelitian ini yaitu untuk mencari tahu mengenai pengungkapan diri dalam perkembangan hubungan atau <i>self-disclosure</i> para individu yang melakukan komunikasi secara online termasuk dalam mencari pasangan kencan
	Hasil Penelitian	Proses membangun dan perkembangan suatu hubungan pada saat ini dapat terjadi secara online melalui aplikasi-aplikasi kencan online. Melalui aktivitas kencan online, dapat ditemukan pengaplikasian teori penetrasi sosial. Berawal tahap awal hubungan dengan interaksi secara online sampai memutuskan melakukan pertemuan tatap muka secara langsung. Pengungkapan diri atau <i>self-disclosure</i> menjadi penting dalam perkembangan hubungan pada kencan online. Pengungkapan diri yang memiliki timbal balik positif akan membuat hubungan semakin intim. Apabila ada ketidaksesuaian informasi yang diberikan pada saat pengungkapan diri, hubungan dapat mengalami proses depenetrasi.
	Perbedaan Penelitian	Perbedaan dalam penelitian yaitu pada peneliti sebelumnya lebih memfokuskan pada proses penetrasi sosial yang dilakukan seseorang di sosial media, sedangkan penelitian ini berfokus pada penetrasi sosial pada hubungan yang terjadi secara organik.