

# Relasi Remaja dan Dampak Media Digital dalam Perspektif Guru Sekolah Menengah

Nurwahyuni Nasir<sup>1</sup> & Fathana Gina<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

\* Korespondensi: e-mail: [fathana.gina@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:fathana.gina@dsn.ubharajaya.ac.id)

Submitted: 08/06/2026; Accepted: 08/06/2026

---

## Abstract

*Adolescence is a developmental phase characterized by complex biological, psychological, and social changes. In the digital era, adolescent relationships are increasingly influenced by online interactions that can strengthen or weaken their social relationships. This study aims to analyze teachers' perspectives on the dynamics of adolescent relationships in the context of the digital era. The method used was a qualitative approach through seminars, Focus Group Discussions (FGDs), and pre-test and post-test evaluations of eighth-grade teachers at MTS At Taqwa 03 Babelan Bekasi. The results showed that adolescent relationship problems often stem from the family environment, particularly ineffective communication, an imbalance of control and freedom, and the influence of social media on adolescent behavior and language. Teachers also identified imitation behavior from social media content that results in the use of harsh language and a decline in ethical interactions. Furthermore, unhealthy relationships within the family have the potential to form toxic relationship patterns that impact student behavior at school. In conclusion, healthy relationships between family, school, and peers serve as a primary support system for adolescent development in the digital era. Schools need to develop screening mechanisms, digital education, and strengthen parental communication to prevent the negative impact of social media on adolescent psychosocial development.*

**Keywords:** *adolescent relationships; social media; toxic relationships; the role of teachers; family communication.*

## Abstrak

Remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang kompleks. Di era digital, relasi remaja semakin dipengaruhi oleh interaksi daring yang dapat memperkuat maupun melemahkan hubungan sosial mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perspektif guru terhadap dinamika relasi remaja dalam konteks era digital. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif melalui seminar, Focus Group Discussion (FGD), serta evaluasi pre-test dan post-test terhadap guru kelas VIII di MTS At Taqwa 03 Babelan Bekasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permasalahan relasi remaja banyak bersumber dari lingkungan keluarga, terutama komunikasi yang tidak efektif, ketidakseimbangan kontrol dan kebebasan, serta pengaruh media sosial terhadap perilaku dan bahasa remaja. Guru juga mengidentifikasi adanya perilaku imitasi dari konten media sosial yang berdampak pada penggunaan bahasa kasar dan penurunan etika interaksi. Selain itu, relasi yang tidak sehat dalam keluarga berpotensi membentuk pola toxic relationship yang berdampak pada perilaku siswa di sekolah. Kesimpulannya, relasi yang sehat antara keluarga, sekolah, dan teman sebaya berperan sebagai sistem pendukung utama dalam perkembangan remaja di era digital. Sekolah perlu mengembangkan mekanisme skrining, edukasi digital, serta penguatan komunikasi orang tua untuk mencegah dampak negatif media sosial terhadap perkembangan psikososial remaja.

**Kata kunci:** relasi remaja; media sosial; hubungan beracun; peran guru; komunikasi keluarga.

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan signifikan dalam aspek fisik, emosional, dan sosial. Pada fase ini, remaja mulai membentuk identitas diri, meningkatkan kemandirian, serta memperluas relasi sosial dengan teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekitar. Relasi yang terbentuk pada masa ini memiliki peran penting dalam menentukan perkembangan psikososial individu.

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara remaja berinteraksi dan membangun hubungan sosial. Media sosial seperti Instagram, TikTok, dan WhatsApp memungkinkan komunikasi instan, namun juga menghadirkan tantangan berupa tekanan sosial, cyberbullying, serta kecenderungan imitasi perilaku negatif dari konten digital. Interaksi daring sering kali tidak diimbangi dengan kemampuan komunikasi langsung yang sehat, sehingga berpotensi melemahkan kualitas relasi interpersonal (Boyd, 2014).

Pada konteks pendidikan, guru sering menemukan dampak langsung dari dinamika relasi tersebut di lingkungan sekolah. Permasalahan seperti penurunan kepercayaan diri, isolasi sosial, serta penggunaan bahasa kasar sering muncul pada peserta didik. Kondisi ini tidak hanya berkaitan dengan individu, tetapi juga dengan pola komunikasi dalam keluarga serta paparan media sosial yang tidak terkontrol. Relasi remaja mencakup hubungan dengan teman sebaya, keluarga, dan hubungan romantis awal. Relasi ini berfungsi sebagai sarana pengembangan empati, keterampilan sosial, dan pembentukan identitas diri. Hubungan keluarga tetap menjadi fondasi utama meskipun remaja mulai mencari kemandirian (Hurlock, 2002; Santrock, 2011).

Media sosial mengubah pola komunikasi remaja menjadi lebih cepat namun kurang mendalam. Interaksi digital dapat memperkuat konektivitas, tetapi juga meningkatkan risiko perbandingan sosial dan perilaku agresif verbal. Menurut Boyd (2014), kehidupan remaja di era digital sangat dipengaruhi oleh jejaring sosial yang mereka bangun secara online. *Toxic relationship* tidak hanya terjadi dalam hubungan romantis, tetapi juga dalam keluarga dan pertemanan. Pola komunikasi negatif seperti kontrol berlebihan, kurangnya dukungan emosional, dan konflik berkepanjangan dapat berdampak pada kesehatan mental remaja (Putri et al., 2022; Praptiningsih & Putra, 2021). Sekolah dan keluarga memiliki peran penting sebagai sistem pendukung. Guru dapat melakukan deteksi dini terhadap perilaku siswa, sementara orang tua berperan dalam membangun komunikasi yang sehat dan penggunaan teknologi yang bijak. Kolaborasi keduanya menjadi kunci dalam membentuk relasi remaja yang sehat.

Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana relasi remaja terbentuk dan dipengaruhi oleh lingkungan digital, keluarga, dan sekolah. Penelitian ini menjadi penting untuk memberikan gambaran empiris berbasis perspektif guru dalam memahami dinamika tersebut.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif di MTS At Taqwa 03 Babelan Bekasi. Metode yang digunakan meliputi seminar edukasi, Focus Group Discussion (FGD), pre-test, dan post-test terhadap guru kelas VIII. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap: (1) identifikasi masalah siswa berdasarkan observasi guru, (2) pelaksanaan seminar dan FGD untuk menggali perspektif guru, dan (3) evaluasi melalui post-test untuk melihat pemahaman peserta.

Data dianalisis secara tematik berdasarkan hasil diskusi guru, yang mencakup isu komunikasi keluarga, perilaku siswa di sekolah, serta pengaruh media sosial. Penelitian ini bersifat eksploratif sehingga tidak menggunakan analisis statistik inferensial.

Focus Group Discussion (FGD) dalam penelitian ini digunakan untuk menggali persepsi kolektif guru mengenai dinamika relasi remaja di era digital. FGD dipilih karena memungkinkan eksplorasi interaktif terhadap pengalaman partisipan serta menghasilkan pemaknaan sosial yang lebih mendalam melalui diskusi kelompok terarah. Morgan (1997) menjelaskan bahwa FGD efektif untuk mengidentifikasi konstruk sosial yang terbentuk melalui interaksi, sedangkan Krueger dan Casey (2015) menegaskan bahwa teknik ini mampu mengungkap pola, kesamaan, dan variasi perspektif dalam konteks sosial tertentu.

## Hasil dan Pembahasan

### *Hasil Sintesis Tematik (Scopus-Level Interpretation)*

Tabel1. Coding Analysis Hasil FGD (Tema – Kutipan – Interpretasi)

| <b>Tema Utama</b>                                          | <b>Kutipan Representatif dari FGD Guru</b>                                                                                                         | <b>Interpretasi</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ketegangan relasi keluarga sebagai akar perilaku remaja | “Banyak siswa yang bermasalah ternyata karena di rumah kurang komunikasi dengan orang tua, jadi mereka mudah marah atau menutup diri.”             | Menunjukkan bahwa kualitas komunikasi keluarga berperan sebagai faktor dasar regulasi emosi remaja. Ketidakhadiran komunikasi efektif meningkatkan risiko withdrawal dan emotional dysregulation. Hal ini selaras dengan teori attachment yang menekankan pentingnya keamanan emosional dalam keluarga (Bowlby, 1988). |
| 2. Imitasi perilaku dari media sosial                      | “Anak-anak sekarang sering meniru bahasa dari TikTok atau influencer, termasuk kata-kata kasar yang dianggap biasa.”                               | Menunjukkan proses social learning melalui media digital. Perilaku verbal negatif direproduksi melalui observasi model di media sosial, sesuai Social Learning Theory Bandura (1977). Media digital berfungsi sebagai agen sosialisasi alternatif.                                                                     |
| 3. Ketidakstabilan emosi dan pencarian identitas           | Menunjukkan posisi strategis sekolah sebagai microsystem dalam ecological system. Guru berperan sebagai early warning system dalam deteksi masalah | Menggambarkan fase identity exploration pada remaja yang belum stabil. Ketergantungan pada validasi eksternal menunjukkan proses identity diffusion sebagaimana dijelaskan Erikson (1968).                                                                                                                             |

|                                                  |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                  | psikososial<br>(Bronfenbrenner, 1979).                                                           |                                                                                                                                                                                                              |
| 4. Ketidakstabilan emosi dan pencarian identitas | “Guru sering jadi yang pertama melihat perubahan perilaku siswa sebelum orang tua menyadarinya.” | Menunjukkan posisi strategis sekolah sebagai <i>microsystem</i> dalam <i>ecological system</i> . Guru berperan sebagai <i>early warning system</i> dalam deteksi masalah psikososial (Bronfenbrenner, 1979). |

Berdasarkan hasil coding, terdapat empat tema utama yang saling berinteraksi dalam membentuk perilaku remaja di era digital. Pertama, relasi keluarga yang tidak optimal menjadi faktor struktural yang mempengaruhi regulasi emosi remaja. Kurangnya komunikasi dan ketidakseimbangan kontrol menciptakan ruang emosional yang tidak stabil, sehingga remaja mencari pelarian di luar keluarga.

Kedua, media sosial berfungsi sebagai agen sosialisasi sekunder yang sangat kuat. Proses imitasi perilaku melalui influencer dan peer digital mempercepat normalisasi bahasa kasar dan perilaku agresif verbal. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa digital environment bukan hanya ruang komunikasi, tetapi juga ruang pembentukan norma sosial baru (Boyd, 2014). Ketiga, proses pencarian identitas remaja berlangsung dalam kondisi fragmentasi sosial, di mana validasi diri tidak hanya berasal dari keluarga atau sekolah, tetapi juga dari interaksi digital. Hal ini memperkuat konsep Erikson (1968) mengenai *identity vs role confusion*, di mana ketidakseimbangan dukungan sosial dapat memperpanjang krisis identitas. Keempat, sekolah berfungsi sebagai sistem deteksi dan intervensi awal, yang menghubungkan masalah perilaku siswa dengan konteks keluarga dan digital. Dalam perspektif Bronfenbrenner (1979), sekolah merupakan bagian dari *mesosystem* yang menghubungkan berbagai lingkungan perkembangan anak.

### Model Konseptual Temuan FGD

Tabel2. Model Konseptual

| Faktor Risiko Utama                      | Mekanisme Perilaku                            | Faktor Protektif                     |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. Komunikasi keluarga lemah             | 1. Imitasi digital ( <i>social learning</i> ) | 1. Peran guru sebagai detektor awal  |
| 2. Paparan media sosial tidak terkontrol | 2. Pencarian validasi eksternal               | 2. Intervensi sekolah (FGD, edukasi) |
| 3. Ketidakstabilan emosi remaja          | 3. Ekspresi emosi tidak terkontrol            | 3. Dukungan komunikasi keluarga      |

Model ini menunjukkan bahwa perilaku remaja tidak bersifat linear, tetapi merupakan hasil interaksi multi-sistem yang saling mempengaruhi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru mengidentifikasi sejumlah masalah utama pada siswa, yaitu isolasi sosial, rendahnya kepercayaan diri, serta penggunaan bahasa kasar yang dipengaruhi oleh media sosial. Selain itu, FGD mengungkap bahwa permasalahan utama relasi remaja berasal dari lingkungan keluarga, terutama komunikasi yang tidak efektif, ketidakseimbangan kontrol orang tua, serta

perbedaan persepsi antara orang tua dan remaja. Guru juga menilai bahwa perilaku negatif siswa sering kali merupakan bentuk imitasi dari konten media sosial yang mereka konsumsi. Hal ini menunjukkan kuatnya pengaruh digital dalam membentuk perilaku dan bahasa remaja.

Evaluasi akhir menunjukkan peningkatan kesadaran guru mengenai pentingnya peran relasi keluarga–sekolah dalam mendukung perkembangan psikososial siswa.

## **Pembahasan**

Fenomena yang terjadi pada remaja di era digital dapat ditanggulangi dengan metode diskusi. Menurut Holmes (Krisphianti, dll, 2019) bahwa FGD dapat diterapkan kelompok dengan prosedur yakni memberikan sambutan, gambaran topik, aturan dasar dan pernyataan berkenan dengan topik tertentu. Temuan penelitian menunjukkan bahwa relasi remaja tidak dapat dipisahkan dari konteks keluarga dan digital. Ketika komunikasi keluarga melemah, remaja cenderung mencari ekspresi melalui media sosial yang tidak selalu positif. Fenomena penggunaan bahasa kasar dan perilaku agresif verbal dapat dipahami sebagai hasil imitasi dari lingkungan digital. Hal ini memperkuat pandangan bahwa media sosial bukan hanya ruang komunikasi, tetapi juga ruang pembentukan identitas sosial.

Konsep *toxic relationship* membantu menjelaskan bagaimana hubungan yang tidak sehat dalam keluarga dapat berdampak pada perilaku anak di sekolah. Oleh karena itu, intervensi tidak hanya diperlukan pada individu, tetapi juga pada sistem relasi di sekitarnya. Berdasarkan penelitian Putri (2022) bahwa *toxic relationship* bukan hanya terjadi pada pasangan saja tetapi pada pertemanan bahkan hingga keluarga.

Sekolah memiliki posisi strategis sebagai penghubung antara siswa dan keluarga. Guru tidak hanya berperan sebagai pendidik, tetapi juga sebagai pengamat awal yang dapat melakukan deteksi dini terhadap masalah psikososial siswa.

## **Kesimpulan**

Relasi remaja di era digital dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara keluarga, sekolah, dan media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lemahnya komunikasi keluarga dan tingginya paparan media sosial dapat berdampak pada perilaku negatif siswa di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan kolaboratif antara sekolah dan orang tua untuk membangun relasi yang sehat pada remaja. Sekolah perlu mengembangkan program skrining, edukasi digital, serta penguatan komunikasi interpersonal. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami relasi remaja dari perspektif guru sebagai aktor kunci dalam pendidikan. Studi lanjutan diperlukan untuk menguji intervensi yang lebih sistematis dengan data kuantitatif yang lebih lengkap.

### Daftar Pustaka

- Bandura, A. (1977). Social learning theory. Prentice Hall.
- Bowlby, J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. Basic Books.
- Boyd, D. (2014). It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis In Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development. Harvard University Press.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches. Sage Publications.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. Norton.
- Khrisphianti, Y.D., Setyaputri N.Y., Dhian, I. K., & Muzaki, M.F. (2019). Penggunaan Focus Group Discussion (FGD) Dengan Proses Ground, Understand, Revise, And Use (Guru) Terhadap Efikasi Diri Karier Mahasiswa. Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Pendidikan 2019: Menjadi Siswa yang Efektif di Era Revolusi Industri 4.0. Malang. 13 April 2019 : Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2015). Focus Groups: A practical guide for applied research. Sage Publications.
- Larson, R. W., & Wilson, S. (2004). Adolescence Across Place and Time: Globalization and the Changing Pathways to Adulthood.
- Morgan, D. L. (1997). Focus Groups as Qualitative Research. *Sage Publications*.
- Putri, A., at all (2022). Pengetahuan Remaja Terhadap Toxic Relationship. *Journal Of Digital Communication and Design*, 1(2)
- Santrock, J. W. (2011). Adolescence (14th ed.). McGraw-Hill.
- Steinberg, L. (2017). Adolescence (11th ed.). McGraw-Hill Education.