

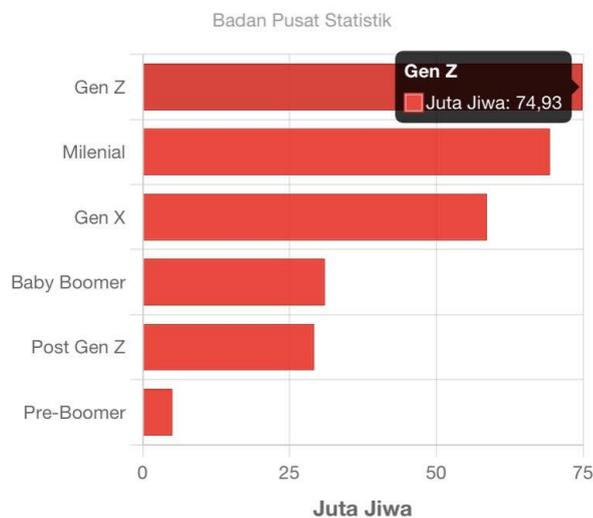
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Saat ini, penduduk Indonesia banyak didominasi oleh Generasi Milenial dan Generasi Z. Berdasarkan data yang diperoleh Badan Pusat Statistik (BPS) mengenai hasil sensus komposisi penduduk Indonesia tahun 2020, Generasi usia muda hingga remaja awal atau Generasi Z yang lahir antara tahun 1997 sampai 2012 mendominasi jumlah penduduk Indonesia dengan jumlah sekitar 74,93 juta jiwa, setara dengan 27,94% dari populasi Indonesia. Sedangkan, Generasi Milenial yang lahir antara tahun 1981 sampai 1996, menduduki peringkat kedua sebagai penduduk dominan dengan jumlah sekitar 69,38 jiwa atau 25,87% dari populasi di Indonesia (Rainer, 2023)

Sensus BPS: Saat Ini Indonesia Didominasi Gen Z



Gambar 1.1: Data Komposisi Penduduk Indonesia

(Sumber: Good Stats)

Sebagai generasi yang paling dominan, membuat Generasi Z menarik untuk dijadikan subjek penelitian. Generasi Z adalah generasi pertama yang mempunyai akses luas skala teknologi komunikasi digital dan saat ini Gen Z

telah mengkonsumsi budaya digital. Mereka menganggap ponsel pintar sebagai bagian penting dalam kehidupan mereka dan meskipun Gen Z menghabiskan sebagian besar waktunya di depan layar elektronik, belum tentu mereka non-sosial (Dwidienawati & Gandasari, 2018). Gen Z, yang telah terbiasa dengan keberadaan perangkat elektronik dan konektivitas internet sejak usia dini, mempengaruhi cara mereka berkomunikasi dan berinteraksi. Proses komunikasi di antara mereka berlangsung terus menerus, karena mereka menggunakan berbagai macam perangkat komunikasi atau media sosial (Dolot, 2018).

Salah satu fenomena komunikasi yang muncul di tengah era digital saat ini adalah fenomena *sleep call*. *Sleep call* menjadi salah satu fenomena yang muncul dari adanya perkembangan teknologi. Mengingat, pada tahun 2020, semenjak adanya Covid-19, total pengguna internet di Indonesia mengalami lonjakan sekitar 17,3 % dengan total 64% pengguna internet yang berdurasi rata-rata 7 jam 59 menit sampai dengan 8 jam dalam mengakses internet (Junawan & Nurdin, 2020). *Sleep call*, yang pada dasarnya adalah panggilan telepon yang dilakukan oleh pasangan dan berlangsung sepanjang malam, mencerminkan adaptasi generasi Z terhadap teknologi untuk memenuhi kebutuhan komunikasi. Menurut (Nyarks, 2023), Setiap pasangan harus menerapkan keterampilan komunikasi relasional satu sama lain. Komunikasi adalah tindakan yang sangat penting dalam menjaga suatu hubungan. Keterampilan komunikasi yang efektif berkorelasi positif dengan keintiman hubungan.

Bagi generasi Z, teknologi bukan hanya alat untuk berkomunikasi, tetapi juga menjadi sarana untuk menciptakan kedekatan emosional dan menjaga hubungan interpersonal meskipun terpisah secara fisik. Demikian pula di dalam *sleep call* terdapat komunikasi interpersonal. Dalam hubungan asmara, pengalaman dan pemaknaan komunikasi *sleep call* dapat menjadi hal yang menarik untuk dieksplorasi dalam konteks komunikasi interpersonal Generasi Z di Indonesia. Hubungan asmara sangat erat kaitannya dengan komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi atau interaksi

secara verbal maupun nonverbal antara dua atau terkadang lebih dari dua orang yang saling bergantung. Interaksi interpersonal melibatkan pertukaran pesan verbal dan nonverbal (DeVito, 2016). Dengan adanya teknologi seperti *smartphone*, dan aplikasi untuk berkomunikasi, generasi Z dapat tetap terhubung dengan pasangan mereka kapan saja dan di mana saja.

Komunikasi interpersonal dalam hubungan pasangan melibatkan komunikasi verbal dan non-verbal yang dapat memperkuat ikatan emosional dan keintiman di antara kedua belah pihak. Komunikasi verbal merupakan komunikasi yang menggunakan kata-kata, yang dapat dilakukan secara lisan ataupun melalui tulisan. Sedangkan, komunikasi non verbal merupakan semua isyarat yang tidak menggunakan kata-kata melainkan seperti bahasa tubuh atau gerakan dan memiliki pengaruh terhadap komunikasi. Bentuk komunikasi verbal seperti berbicara, mendengar, menulis dan membaca dapat dituangkan dalam pertukaran komunikasi pada pesan teks, panggilan telepon, dan panggilan melalui video (Zahra & Rakhmad, 2022).

Salah satu fenomena dalam hubungan asmara yang menjadi fokus di zaman sekarang ini dan banyak dialami oleh generasi Z di Indonesia adalah hubungan jarak jauh yang menyebabkan komunikasi interpersonal tidak dilakukan secara langsung. Hubungan yang terpisah oleh jarak ini dinilai sebagai suatu komitmen yang dipelihara oleh orang yang saling menjalin hubungan walaupun terpisah satu sama lain secara fisik (Tania & Nurudin, 2021). Fenomena inilah yang memunculkan pengalaman baru terhadap sepasang kekasih yang menjalani hubungan jarak jauh. Namun di dalam penelitian ini, hubungan jarak jauh yang dimaksud dimana saat pasangan berpisah rumah ataupun lokasi ketika malam hari.

Bantuan dari media sosial setidaknya bisa membuat setiap pasangan tetap dapat berkomunikasi dan tetap berusaha mempererat hubungan meski tidak dapat bertemu langsung. Amato dan Previti dalam (Liana & Herdiyanto, 2017), Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, menunjukkan bahwa 90% pasangan yang mengakhiri hubungan mereka karena kurangnya

atau buruknya komunikasi antara kedua pihak. Sementara di Indonesia, tercatat 7,4% kasus kandasnya hubungan karena kurangnya komunikasi. Menurut (Liana & Herdiyanto, 2017), kurangnya komunikasi menjadi salah satu faktor penyebab terputusnya suatu hubungan asmara. Sebagai pasangan yang kurang komunikasi, mungkin akan sulit memahami perasaan, kebutuhan, atau harapan satu sama lain dengan jelas.

Perkembangan teknologi telah mengubah berbagai aspek kehidupan, termasuk terhadap pola komunikasi dan interaksi yang saat ini dapat dilakukan dengan menggunakan alat, menjadikan jarak bukan lagi sebagai kendala ketika seseorang ingin menjalin komunikasi interpersonal, termasuk membangun dan membina hubungan melalui media online (Habibah & Sukmawati, 2021). Generasi Z, yang tumbuh bersama teknologi, menggunakan berbagai alat komunikasi seperti panggilan video dan media sosial untuk menjaga komunikasi yang efektif melalui komunikasi interpersonal yang positif. Teknologi yang sekarang tersedia, memungkinkan pasangan untuk tetap berhubungan secara real-time, meskipun terpisah secara fisik. *Sleep call* dapat menjadi pengganti interaksi fisik yang membantu mempertahankan kedekatan emosional.

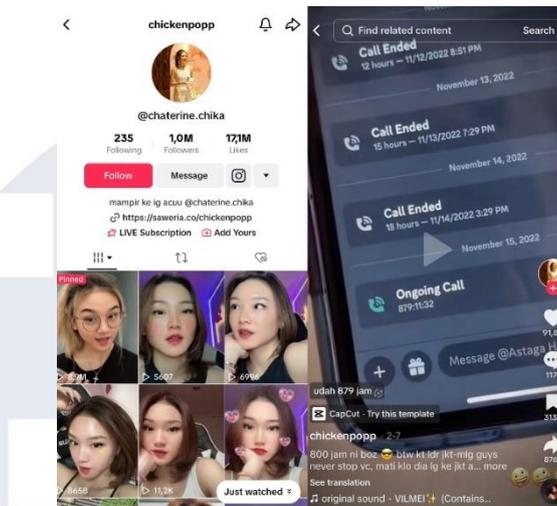
Hubungan cinta terdiri dari beberapa komponen utama, yaitu keintiman, dan juga komitmen. Keintiman mengarah pada perasaan yang merasa dekat, melekat dan terikat dengan pasangan. Komitmen sendiri terjadi ketika individu mulai yakin dan memutuskan untuk mempertahankan cinta yang dimilikinya (Kurniati, 2015). Menurut saya, komunikasi yang efektif adalah fondasi dari hubungan yang sehat dan intim. Mereka memanfaatkan *sleep call* untuk membangun intimasi dan mempertahankan komitmen. Keintiman dimaknai sebagai kedekatan yang dirasakan oleh dua orang dan ada ikatan yang menahan keduanya untuk tetap bersama (Habibah & Sukmawati, 2021).

Intimasi dan komunikasi adalah dua hal yang saling berkaitan. Pasangan yang merasa kesulitan dalam berkomunikasi, tentunya akan sulit membangun intimasi didalam hubungannya. Semakin tinggi jalinan komunikasi

interpersonal dalam suatu hubungan, maka akan semakin tinggi pula komitmen terhadap pasangan dan begitu juga sebaliknya (Maradoni & Rozali, 2022). Sumber utama yang menyebabkan terjadinya konflik diantara sepasang kekasih ialah kurangnya komunikasi. Dari komunikasi yang kurang efektif, membuat kondisi sepasang kekasih menjadi renggang dan sulit untuk mengekspresikan perasaan mereka masing-masing, maka penting sekali bagi setiap pasangan untuk tetap menjaga komunikasi yang baik. Hubungan yang romantis tercipta dari pengalaman komunikasi yang tetap terjaga (Wood, 2015).

Fenomena ini mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir, pasca Covid-19, dengan semakin banyak orang yang menggunakan *sleep call* sebagai cara untuk tetap terkoneksi dengan orang yang mereka cintai, meskipun dalam keadaan menuju tidur. Menjaga dan mempertahankan keintiman adalah hal yang penting dalam pengelolaan hubungan asmara. *Sleep Call* menjadi cara dalam mengelola komunikasi, dan membentuk keintiman hubungan. Keintiman yang dimaksud, yaitu perilaku saling perhatian, saling bergantung, saling percaya dan saling menjaga komitmen satu sama lain (Habibah & Sukmawati, 2021). Dari rasa intim tersebut, kedua pihak dapat memperkuat ikatan emosional dan menciptakan kedekatan dan kasih sayang yang lebih dalam.

Keintiman yang dibangun melalui *sleep call* ini membuat pasangan menjadi kecanduan untuk terus menerus melakukan *sleep call* bahkan dalam rentan waktu yang panjang. Hal ini lah yang membuat *sleep call* menjadi perhatian. Sebagai contoh seperti pada gambar 1.2, terlihat bahwa seseorang dengan nama pengguna @chaterina.chika di TikTok menunjukkan durasi dari lamanya ia melakukan *sleep call* dengan kekasihnya, yaitu selama 879 jam. Unggahannya tersebut mendapat lebih dari seribu komentar yang bertanya-tanya apakah *sleep call* dapat dilakukan dengan waktu yang selama itu. Video itu ia unggah ke akun TikTok-nya karena adanya *trend* tantangan untuk menunjukkan waktu terlalu lama *sleep call* dengan pasangan. Sehingga banyak pengguna TikTok yang mengetahui tantangan tersebut berlomba-lomba untuk memamerkan durasi *sleep call* mereka.



Gambar 1.2: Pengalaman Sleep Call

(Sumber: TikTok)

Maraknya fenomena *sleep call* yang menarik perhatian masyarakat, IDN Pictures yang disutradarai oleh Fajar Nugros memproduksi film yang berjudul “*Sleep Call*”, yang tayang pada 7 September 2023. Namun, penelitian ini bukan fokus untuk membedah film, melainkan film tersebut hanya dijadikan contoh sebagai fenomena yang kuat di tengah masyarakat, sehingga dijadikan film.



Gambar 1.3: Poster Film Sleep Call

(Sumber: jpnn)

Pengalaman dan pemaknaan komunikasi *sleep call* dalam konteks komunikasi interpersonal dapat semakin menarik untuk dieksplor dengan temuan bahwa *sleep call* yang hanya sebatas telepon pada malam hari, dapat

membuat pasangan bisa merasa lebih dekat dan dapat membantu menciptakan rasa kehadiran yang lebih nyata, serta memberikan rasa aman dan merasakan kehadiran satu sama lain, meskipun tidak berada di tempat yang sama. Oleh karena itu, penelitian ini ingin berfokus pada bagaimana komunikasi interpersonal melalui *sleep call* dimaknai dalam hubungan asmara Generasi Z.

1.2 Rumusan Masalah

Menghabiskan waktu bersama dapat membantu pasangan lebih memahami satu sama lain dan berkomunikasi dengan lebih baik. Melakukan percakapan secara rutin menjadi model untuk membangun komunikasi interpersonal yang berkualitas dalam suatu hubungan (Fakhrana, 2015). Kegiatan memelihara komunikasi tersebut dilakukan melalui *sleep call*. Namun, *sleep call* mungkin memunculkan pertanyaan tentang efektivitas komunikasi, apakah kegiatan yang dilakukan memiliki makna yang dapat menjaga keintiman di dalam hubungan asmara?

Pemaknaan *sleep call* dalam konteks hubungan asmara menjadi topik yang menarik untuk diteliti karena fenomena ini membawa pertanyaan yang relevan dalam komunikasi interpersonal. (DeVito, 2016) menyatakan komunikasi interpersonal dibagi menjadi 5 aspek, yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*emphaty*), dukungan (*supportiveness*), kepositifan (*positiveness*), dan persamaan (*equality*).

Pertama, keterbukaan adalah suatu kemauan untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan informasi tentang diri sendiri. Keterbukaan juga termasuk kemauan untuk mejadi pendengar bagi lawan bicara secara terbuka dan merespon dengan baik atas informasi yang dibicarakan oleh orang lain. Kedua, empati ialah suatu keadaan dimana kita mampu memahami apa yang dirasakan oleh orang lain, dengan cara memahami dan merasakan perasaannya, berupaya melihat sudut pandang mereka, serta berusaha merasakan apa yang mereka rasakan. Ketiga, dukungan adalah keinginan untuk mendukung atas apa yang dilihat dan dirasakan, membuat orang lain merasa mendapat dukungan. Keempat, karakteristik interpersonal mempengaruhi sikap dan penggunaan pesan dalam mengekspresikan

sikap dan juga pesan yang positif kepada orang lain. Kelima, persamaan yang berarti adanya pengakuan bahwa kedua belah pihak adalah setara dan sama, tanpa memandang perbedaan latar belakang, yang membuat merasa diterima (DeVito, 2016).

Berdasarkan latar belakang dan pemaparan masalah diatas, muncul beberapa pertanyaan terkait implementasi komunikasi interpersonal terhadap pengalaman *sleep call* dalam hubungan asmara. Terlebih lagi melihat fenomena kegiatan *sleep call* yang semakin marak di Indonesia, penelitian ini ingin menggali lebih dalam mengenai komunikasi interpersonal dalam *sleep call*, apakah *sleep call* dapat memenuhi aspek-aspek dari komunikasi interpersonal? seperti Apa saja faktor yang membuat pasangan memutuskan untuk melakukan *sleep call* di dalam hubungan asmara? Bagaimana pengalaman yang dirasakan melalui *sleep call* dalam menjaga hubungan asmara?

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana pengalaman individu saat melakukan praktik *sleep call*?
2. Bagaimana pengalaman *sleep call* dalam komunikasi interpersonal, dapat merawat hubungan asmara antar pasangan?

1.4 Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang telah dijelaskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk memahami bagaimana individu dapat merasakan pengalaman *sleep call* dalam hubungan asmara.
2. Untuk mengeksplorasi bagaimana praktik *sleep call* mempengaruhi hubungan interpersonal antar pasangan.

1.5 Kegunaan Penelitian

1.5.1 Kegunaan Akademis

Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam, dan sudut pandang baru dalam komunikasi interpersonal, khususnya dalam hal komunikasi *sleep call* dalam hubungan asmara generasi Z. Sekaligus dapat menjadi referensi terhadap penelitian selanjutnya mengenai praktik *sleep call* dalam konteks komunikasi interpersonal bagi para mahasiswa ilmu komunikasi.

1.5.2 Kegunaan Praktis / Sosial

Secara praktis atau sosial, penelitian ini diharapkan dapat membuka pandangan yang lebih luas bagi masyarakat Indonesia dan memberikan wawasan yang berguna bagi para pasangan agar lebih memahami pentingnya tetap menjaga komunikasi melalui kegiatan *sleep call*.

1.5.3 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dari penelitian yang dilakukan ini adalah, untuk saat ini belum ada penelitian, jurnal khusus maupun buku baik nasional maupun internasional yang membahas mengenai *sleep call* secara spesifik, sehingga ada kesulitan untuk membedah mengenai fenomena *sleep call* secara mendalam karena kurangnya literatur.

