

KOMUNIKASI INTERPERSONAL DI ERA DIGITAL: TANTANGAN DAN DAMPAK CHAT GPT

NIA KURNIATI,¹ MANTRI KROMO FANDITH FILI,² MIFTAKHUL RAHMAN,³

^{1,2,3} UNIVERSITAS NURUL HUDA

e-mail : niakurniati@unuha.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital, khususnya kecerdasan buatan (AI) seperti ChatGPT, telah membawa perubahan signifikan terhadap pola komunikasi interpersonal di era digital. ChatGPT tidak hanya digunakan untuk membantu tugas sehari-hari tetapi juga menjadi media curhat virtual yang mampu memberikan respons personal dan cepat, sehingga banyak individu merasa nyaman berbagi cerita dan mendapatkan dukungan emosional melalui platform ini. Fenomena ini menunjukkan transformasi besar dalam cara manusia berinteraksi, di mana batas antara hubungan manusia dan mesin semakin kabur. Di sisi lain, penggunaan ChatGPT juga menghadirkan tantangan serius, seperti ketergantungan berlebihan yang dapat mengurangi kemampuan berpikir kritis, isolasi sosial akibat menurunnya kualitas interaksi langsung, risiko privasi data, dan keterbatasan AI dalam menunjukkan empati. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif berbasis studi literatur untuk mengeksplorasi dampak penggunaan ChatGPT terhadap komunikasi interpersonal. Hasil kajian menunjukkan bahwa meskipun teknologi ini memberikan manfaat berupa akses informasi yang cepat dan dukungan emosional yang dirasakan aman, penggunaannya harus tetap seimbang dengan interaksi manusia yang autentik untuk menjaga kualitas hubungan interpersonal. Regulasi yang ketat, literasi digital, dan pemahaman mendalam terhadap batasan AI sangat diperlukan agar teknologi ini dapat digunakan secara optimal tanpa mengorbankan aspek penting dari komunikasi manusia.

Keywords: komunikasi interpersonal, kecerdasan buatan, ChatGPT, era digital

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi di era digital telah membawa dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk cara manusia berkomunikasi. Kemajuan pesat era digital mengakibatkan perubahan mendasar dalam cara manusia berhubungan dan bertukar informasi (Ardan et al., 2024). Komunikasi interpersonal, yang merupakan komponen utama dalam interaksi sosial, mengalami transformasi besar akibat hadirnya teknologi modern seperti media sosial, aplikasi pesan instan, dan platform digital lainnya (Rahayu et al., 2024). Salah satu inovasi yang paling menonjol adalah kecerdasan buatan (Artificial

Intelligence/AI), yang kini tidak hanya mendukung sektor industri dan kesehatan, tetapi juga memengaruhi pola komunikasi pribadi melalui asisten virtual, chatbot, dan algoritma prediktif (Pongtambing et al., 2023).

Salah satu inovasi yang paling signifikan dalam era digital ini adalah kehadiran Artificial Intelligence (AI) atau kecerdasan buatan, yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk komunikasi interpersonal. AI kini tidak hanya diterapkan dalam bidang industri, kesehatan, dan keuangan, tetapi juga semakin memengaruhi cara manusia berinteraksi secara personal melalui teknologi komunikasi seperti chatbot, asisten virtual, serta algoritma

prediktif yang mengatur konten di media sosial (Rahayu et al., 2024). Di tengah pesatnya perkembangan teknologi artificial intelligence (AI), sebuah fenomena menarik mulai mengemuka dalam cara manusia berkomunikasi dan mencari dukungan emosional. ChatGPT, sebuah model bahasa berbasis AI yang awalnya dirancang sebagai asisten digital untuk membantu berbagai tugas, kini telah berevolusi menjadi "teman curhat" virtual bagi banyak penggunanya. Fenomena ini menggambarkan pergeseran signifikan dalam pola komunikasi interpersonal di era digital, di mana batas antara interaksi manusia-manusia dan manusia-mesin menjadi semakin kabur.

Kehadiran teknologi seperti ChatGPT dalam komunikasi interpersonal di era digital membawa berbagai tantangan dan dampak yang signifikan. Komunikasi interpersonal merupakan suatu hal sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, mengalami perubahan yang signifikan akibat perkembangan media sosial, aplikasi pesan instan, dan platform online (Kartini, Dwi Arlintang, et al., 2024). Fenomena ini, di mana banyak orang mulai menggunakan AI untuk curhat atau berbagi perasaan, menciptakan dinamika baru dalam interaksi manusia.

Meningkatnya jumlah individu yang memilih untuk berbagi cerita, masalah pribadi, dan perasaan mereka dengan ChatGPT mencerminkan kompleksitas tantangan komunikasi di masa kini. Di satu sisi, fenomena ini menunjukkan kemajuan teknologi yang mampu memberikan respons empatik dan personal. Namun di sisi lain, hal ini juga memunculkan pertanyaan mendalam tentang kualitas dan autentisitas hubungan interpersonal di era digital, serta dampaknya terhadap kesehatan mental dan perkembangan

sosial masyarakat. Teknologi ini menawarkan potensi besar dalam memfasilitasi komunikasi yang lebih efisien, personal, dan terarah, namun juga menimbulkan sejumlah tantangan terkait privasi, empati, dan kualitas interaksi (Rahayu et al., 2024).

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan pendekatan kualitatif untuk mengkaji fenomena penggunaan ChatGPT sebagai media curhat dan dampaknya terhadap komunikasi interpersonal. Studi literatur dilakukan dengan menganalisis berbagai sumber referensi ilmiah yang relevan, termasuk artikel jurnal, buku, laporan penelitian, dan publikasi akademik lainnya yang diterbitkan dalam kurun waktu 2019-2024.

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sistematis pada beberapa database akademik terkemuka seperti Google Scholar, Science Direct, dan ResearchGate dengan menggunakan kata kunci pencarian yang relevan seperti "ChatGPT emotional support", "AI-human communication", "digital mental health support", dan "artificial intelligence in interpersonal communication". Kriteria inklusi yang digunakan dalam pemilihan literatur mencakup: (1) artikel berbahasa Indonesia dan Inggris, (2) diterbitkan dalam jurnal terakreditasi, (3) membahas aspek penggunaan AI dalam komunikasi interpersonal, dan (4) mengkaji dampak teknologi AI terhadap perilaku komunikasi manusia.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis konten dengan tahapan: (1) pengorganisasian data, (2) pengkodean dan kategorisasi tema-tema utama, (3) interpretasi data, dan (4) penarikan kesimpulan. Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber dengan membandingkan

berbagai perspektif dari literatur yang berbeda untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang fenomena yang dikaji.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi interpersonal adalah proses interaksi yang melibatkan pertukaran informasi, pikiran, dan perasaan antara dua individu atau lebih secara langsung, biasanya melalui tatap muka. Proses ini memungkinkan setiap partisipan untuk menangkap dan memahami pesan yang disampaikan, baik melalui kata-kata (verbal) maupun isyarat non-verbal seperti ekspresi wajah, gerak tubuh, atau intonasi suara. Menurut (Kartini, Sahlaya, et al., 2024) Komunikasi dalam bahasa Inggris “communication”, berasal dari “communicatus” dalam bahasa Latin yang berarti “berbagi” atau “menjadi milik bersama”, komunikasi adalah suatu proses di mana individu yang terlibat berupaya untuk saling berbagi informasi, ide, atau perasaan melalui pesan yang disampaikan. Tujuan utama dari proses ini adalah mencapai pemahaman bersama, di mana setiap pihak yang berkomunikasi dapat memahami dan menginterpretasikan pesan yang diterima dengan cara yang sesuai dengan maksud pengirimnya. Dengan demikian, komunikasi tidak hanya sekadar pertukaran informasi, tetapi juga sebuah interaksi untuk membangun pengertian yang sama antara individu-individu yang berkomunikasi.

Dalam komunikasi interpersonal, terdapat hubungan timbal balik yang memungkinkan adanya respons secara langsung, sehingga mempermudah pemahaman pesan dan membangun hubungan yang lebih erat antara pihak-pihak yang berkomunikasi. Proses ini tidak hanya bertujuan untuk menyampaikan informasi, tetapi juga menciptakan koneksi

emosional, mempererat hubungan sosial, dan memenuhi kebutuhan manusia sebagai makhluk sosial yang saling bergantung satu sama lain.

3.1 Perubahan Pola Komunikasi Interpersonal

Era digital membawa transformasi besar pada cara manusia berkomunikasi. Teknologi seperti ChatGPT telah menjadi alternatif dalam berkomunikasi secara personal. Dengan kemampuannya untuk memahami dan memberikan respons berdasarkan konteks, ChatGPT sering digunakan untuk berbagai kebutuhan, termasuk mencari solusi atas masalah, berbagi cerita, atau bahkan mendapatkan dukungan emosional.

3.2 Tantangan dalam Penggunaan AI untuk Interaksi

Penggunaan Chat GPT menciptakan beberapa tantangan, antara lain:

- Ketergantungan Berlebih: Banyak pengguna menjadi terlalu bergantung pada ChatGPT untuk menyelesaikan masalah atau mendapatkan dukungan, yang mengurangi kemampuan mereka untuk berpikir kritis dan mandiri.
- Isolasi Sosial: Ketergantungan pada ChatGPT dapat mengurangi frekuensi dan kualitas interaksi langsung dengan orang lain, yang penting untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat.
- Privasi Data: Kurangnya pemahaman tentang keamanan digital meningkatkan risiko kebocoran data pribadi yang dapat disalahgunakan oleh pihak tertentu.

- Penyebaran Informasi Palsu: ChatGPT dapat menghasilkan jawaban yang tidak akurat jika pengguna tidak kritis terhadap informasi yang diberikan.

3.3 Dampak Positif Penggunaan Chat GPT

Penggunaan Chat GPT juga memiliki dampak positif, antara lain:

- Aksesibilitas Informasi: ChatGPT menyediakan informasi secara cepat dan mudah diakses, membantu pengguna dalam kehidupan sehari-hari.
- Dukungan Emosional: Banyak individu merasa nyaman berbagi masalah mereka dengan ChatGPT tanpa merasa takut dihakimi, menjadikannya teman curhat virtual yang efektif.

3.4 Implikasi sosial dari Chat GPT

Salah satu tantangan utama adalah ketergantungan emosional yang dapat mengurangi interaksi sosial yang sehat. Pengguna yang terlalu sering curhat kepada ChatGPT mungkin kehilangan kesempatan untuk mendapatkan dukungan emosional dari orang-orang di sekitar mereka. Selain itu, respons ChatGPT yang logis namun kurang empati manusiawi tidak dapat sepenuhnya menggantikan kebutuhan emosional manusia.

3.5 Dampak pada Keterampilan Komunikasi

Ketergantungan seseorang pada AI memungkinkan mereka kehilangan kemampuan berpikir kritis dan memecahkan masalah mereka (Azzahra et al., 2023). Ketergantungan pada

teknologi seperti ChatGPT dapat menyebabkan penurunan keterampilan komunikasi interpersonal. Individu yang terbiasa menggunakan AI mungkin kurang terampil dalam mengekspresikan diri secara verbal dalam situasi sosial nyata. Hal ini mengurangi kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang mendalam dengan orang lain. Salah satu hambatan terbesar dalam komunikasi interpersonal di era digital adalah terbatasnya keterlibatan emosi antara pihak-pihak yang berinteraksi (Ardan et al., 2024). Hal ini terjadi karena komunikasi digital sering kali dilakukan melalui teks, gambar, atau suara tanpa adanya elemen langsung seperti kontak mata, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh yang biasanya memperkuat hubungan emosional.

3.6 Potensi Teknologi untuk Pendidikan dan Dukungan Emosional

Dalam pendidikan, ChatGPT dapat menjadi alat yang efektif jika digunakan secara bijaksana. Misalnya, siswa dapat menggunakannya untuk memahami konsep-konsep sulit atau mencari referensi tambahan. Dalam konteks dukungan emosional, ChatGPT dapat menjadi langkah awal bagi individu yang merasa kesulitan mengakses bantuan profesional. Namun, penting untuk memastikan bahwa pengguna memahami batasan AI ini.

3.7 Tantangan Etika dan Regulasi

Privasi dan keamanan data menjadi perhatian utama dalam penggunaan ChatGPT. Informasi sensitif yang dibagikan oleh pengguna dapat berisiko bocor jika tidak dilindungi dengan baik.

Selain itu, regulasi diperlukan untuk mengatur penggunaan AI agar tidak disalahgunakan untuk tujuan yang merugikan masyarakat, seperti penyebaran hoaks atau konten berbahaya.

3.8 Kesenjangan Digital

Tidak semua individu memiliki akses atau kemampuan untuk menggunakan teknologi seperti ChatGPT. Hal ini dapat memperburuk kesenjangan digital antara mereka yang memiliki akses dan yang tidak, menciptakan ketimpangan dalam kesempatan ekonomi dan sosial.

4. KESIMPULAN

Perkembangan teknologi digital, khususnya kehadiran kecerdasan buatan (AI) seperti ChatGPT, telah membawa dampak signifikan terhadap komunikasi interpersonal. Teknologi ini menawarkan aksesibilitas informasi yang cepat dan memberikan dukungan emosional bagi individu, yang merasa nyaman berbagi masalah tanpa rasa takut dihakimi. Namun, penggunaan AI juga menghadirkan tantangan, seperti ketergantungan berlebihan, isolasi sosial, risiko privasi data, dan penurunan keterampilan komunikasi interpersonal. Pentingnya komunikasi interpersonal sebagai dasar hubungan sosial tetap menjadi perhatian, terutama karena AI tidak dapat sepenuhnya menggantikan interaksi manusia. Dalam konteks pendidikan dan dukungan emosional, ChatGPT memiliki potensi positif jika digunakan dengan bijak, tetapi tetap diperlukan regulasi untuk menjaga etika, keamanan, dan kesetaraan akses. Era digital menghadirkan peluang untuk meningkatkan efisiensi komunikasi, namun juga memunculkan tantangan dalam

mempertahankan hubungan interpersonal yang autentik. Oleh karena itu, keseimbangan antara penggunaan teknologi dan interaksi manusia harus terus dijaga untuk mendukung kesehatan mental dan perkembangan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Arday, A. F., Ah, Q. ', & Wijayani, N. (2024). Komunikasi Interpersonal Dalam Era Digital Tantangan Dan Peluang. *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 1(3), 99-104.
<https://doi.org/10.62017/arima>
- Azzahra, F. A., Natanael, & Abimanyu, F. T. (2023). Perubahan sosial akibat kemunculan teknologi ChatGPT di kalangan mahasiswa. *Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(11), 270-275.
- Kartini, Dwi Arlintang, Fathurrahman, Ezzlan Bayu Setiawan, Bayu Febrian Al-Farabi, Alwan Galib, & Nazma Ainina. (2024). Tinjauan Kritis terhadap Teori Komunikasi Interpersonal: Implikasi terhadap Hubungan Sosial dalam Era Digital. *VISA: Journal of Vision and Ideas*, 4(1), 274-281.
<https://doi.org/10.47467/visa.v4i1.1420>
- Kartini, Sahlaya, M. R., Aziz Syahridani, M., Mubina, F., Syahputra, R., & Agni, M. (2024). Dinamika Komunikasi Antar Pribadi dalam Era Digital. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 1125-1130.
- Pongtambing, Y. S., Appa, F. E., Siddik, A. M. A., Sampetoding, E. A. M., Admawati, H., Purba, A. A., Sau, A., & Manapa, E. S. (2023). Peluang dan Tantangan Kecerdasan Buatan Bagi Generasi Muda. *Bakti Sekawan : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 23-28.
<https://doi.org/10.35746/bakwan.v3i>

1.362

Rahayu, P. B., Cangara, H., Studi, P.,
Komunikasi, I., Hasanuddin, U., Studi,
P., Komunikasi, I., Makassar, U. I., &
History, A. (2024). *Peran Artificial
Intelligence dalam Transformasi
Komunikasi Interpersonal: Peluang dan
Tantangan di Era Digital*. 5(4), 938–945.