

Pengaruh hubungan tanpa status terhadap pembentukan identitas diri remaja

Farida Nafis Sholehah

Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: paridaaimut@gmail.com

Kata Kunci:

Remaja; hubungan tanpa status; identitas diri; media sosial; relasi romantis.

Keywords:

Adolescents; relationships without status; identity development; social media; romantic relationships.

ABSTRAK

Fenomena hubungan tanpa status (HTS) telah mengalami peningkatan signifikan di antara kalangan remaja sejalan dengan kemajuan pesat teknologi media sosial. Relasi ini dicirikan oleh ikatan emosional yang mendalam tanpa adanya kepastian komitmen serta status hubungan yang terdefinisi, sehingga berisiko mempengaruhi tahap perkembangan identitas diri remaja. Penelitian ini bermaksud untuk meneliti dampak hubungan tanpa status terhadap proses pembentukan identitas diri remaja, dengan menganalisis kontribusi media sosial dalam menjadikan pola interaksi tersebut sebagai norma sosial. Pendekatan metodologis yang diterapkan adalah tinjauan pustaka (literature review) terhadap beragam jurnal nasional dan internasional serta publikasi ilmiah terkait, termasuk sumber dari repositori UIN Malang. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa hubungan tanpa status dapat menimbulkan pertentangan batin pada remaja, seperti ambiguitas peran, fluktuasi emosional, serta hambatan dalam menentukan batasan personal. Platform media sosial turut memperbesar relasi yang tidak jelas melalui frekuensi interaksi digital yang tinggi tanpa kerangka komitmen yang eksplisit. Simpulan dari penelitian ini menekankan bahwa kepastian dalam relasi serta kecakapan literasi emosional merupakan elemen krusial untuk mendukung pembentukan identitas diri remaja yang harmonis di masa digital.

ABSTRACT

The phenomenon of statusless relationships (HTS) has seen a significant increase among adolescents in line with the rapid advancement of social media technology. These relationships are characterized by deep emotional bonds without certainty of commitment and defined relationship status, thus risking affecting the development of adolescents' self-identity. This study aims to examine the impact of statusless relationships on the process of adolescent self-identity formation, by analyzing the contribution of social media in establishing this interaction pattern as a social norm. The methodological approach applied was a literature review of various national and international journals and related scientific publications, including sources from the UIN Malang repository. The research findings revealed that statusless relationships can cause internal conflict in adolescents, such as role ambiguity, emotional fluctuations, and difficulties in determining personal boundaries. Social media platforms also amplify unclear relationships through high frequency of digital interactions without an explicit commitment framework. The conclusion of this study emphasizes that relationship certainty and emotional literacy skills are crucial elements in supporting the formation of a harmonious adolescent self-identity in the digital era.



Pendahuluan

Perkembangan sosial pada masa kini telah memicu transformasi besar dalam dinamika interaksi dan hubungan antarindividu, terutama di antara kalangan remaja. Remaja masa kini berada di tengah gelombang digital yang intens, sehingga platform media sosial berfungsi sebagai arena sosial primer untuk berkomunikasi, mengungkapkan diri, dan menjalin koneksi dengan sesama. Penelitian terdahulu mengindikasikan bahwa media sosial memainkan peran krusial dalam tahap eksplorasi identitas remaja serta pencarian makna diri, sebab ia menyediakan wadah bagi mereka untuk memperoleh pengakuan sosial dan konfirmasi dari komunitas digital sekitar (Shabbir, 2024)

Salah satu gejala perilaku sosial yang kian lazim di kalangan remaja adalah hubungan tanpa status (HTS), yakni jenis relasi interpersonal yang tidak didasari oleh komitmen resmi seperti pacaran atau pernikahan, namun tetap mencakup ikatan emosional dan pertukaran yang mendalam (Handayani et al., n.d.). Fenomena tersebut dipersepsikan sebagai elemen dari transformasi dinamika relasi sosial yang terpengaruh oleh kultur digital kontemporer, meliputi tingkat pertukaran di jejaring sosial serta pergeseran konsep relasi konvensional (Darmawan et al., 2019).

Periode remaja merupakan tahap krusial dalam perkembangan psikososial, di mana individu menjalani eksplorasi identitas dan mulai membangun citra diri yang kokoh. Konsep identitas diri meliputi cara individu memandang diri sendiri, mengevaluasi diri berdasarkan standar sosial, serta menempatkan diri dalam konteks sosial yang lebih luas. Proses tersebut sangat terpengaruh oleh mutu interaksi sosial dan pengalaman hubungan interpersonal yang dialami oleh remaja (Avci et al., 2025).

Di lingkungan digital, aktivitas di platform media sosial berkontribusi pada penguatan proses pembentukan identitas remaja. Studi mengungkapkan bahwa partisipasi remaja dalam media sosial bukan hanya sebagai sarana komunikasi, melainkan juga sebagai arena untuk eksplorasi dan konstruksi identitas, di mana mereka mengekspresikan diri, melakukan perbandingan sosial, serta mencari validasi sosial (M. Ananda et al., 2024). Temuan dari penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa dorongan untuk mendapatkan pengakuan di platform media sosial dapat memicu beban psikologis, seperti kecemasan, ketidakpastian citra diri, atau identitas yang terpecah-pecah apabila tidak ditangani secara tepat. Walaupun sejumlah besar studi telah memeriksa kaitan antara media sosial dan proses pembentukan identitas diri remaja, penelitian yang secara spesifik mengkaji dampak hubungan tanpa status (HTS) terhadap pembentukan identitas diri remaja masih cukup terbatas dalam khazanah ilmiah. Munculnya fenomena HTS yang kian lazim di kalangan remaja merupakan justifikasi kuat untuk mengkaji keterkaitan fenomena tersebut dengan proses pembentukan identitas diri remaja secara empiris.

Dengan merujuk pada konteks tersebut, penelitian ini bermaksud untuk menelaah dampak hubungan tanpa status terhadap proses pembentukan identitas diri remaja. Temuan penelitian diantisipasi mampu memberikan sumbangan teoritis dalam bidang ilmu sosial serta berfungsi sebagai acuan bagi para pendidik, orang tua, dan perumus kebijakan dalam memahami kompleksitas interaksi sosial remaja pada masa digital.

Pembahasan

Fenomena Hubungan Tanpa Status dalam Kalangan Remaja

Hubungan tanpa status (HTS) dapat didefinisikan sebagai suatu jenis interaksi antarpribadi yang diwujudkan oleh ikatan emosional yang erat, namun tanpa adanya komitmen perjanjian yang tegas. Fenomena ini umumnya dialami oleh kalangan remaja dan orang dewasa muda, karena dianggap memberikan kebebasan yang lebih besar serta tidak membatasi, meskipun pada kenyataannya hal tersebut sering kali menimbulkan ketidakjelasan mengenai peran masing-masing pihak dalam hubungan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa HTS biasanya terletak di ambang antara persahabatan biasa dan hubungan romantis, yang pada akhirnya dapat memicu gangguan emosional bagi pelaku yang terlibat.

Hubungan tanpa status (HTS) muncul sebagai akibat dari evolusi pola interaksi sosial, khususnya didorong oleh kemajuan teknologi informasi dan platform media sosial. Platform tersebut memberikan kesempatan bagi individu untuk membangun komunikasi yang mendalam dan berkelanjutan tanpa perlu menetapkan batasan hubungan secara eksplisit. Kondisi ini memfasilitasi pertumbuhan ikatan emosional tanpa adanya komitmen yang tegas, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan lemahnya emosi serta keraguan dalam dinamika hubungan. Meskipun hubungan tanpa status (HTS) sering kali dipandang sebagai suatu hubungan yang santai dan tanpa kewajiban berat, pada kenyataannya, bentuk hubungan ini kerap kali menimbulkan pertentangan internal, kegelisahan, serta rasa ketidakstabilan, terutama di kalangan remaja yang sedang menjalani proses pencarian jati diri (Handayani et al., n.d.).

Hubungan Tanpa Status dan Identitas Diri Remaja

Proses pencarian identitas serta eksplorasi emosi merupakan komponen krusial dalam perkembangan psikososial selama masa remaja (Almadina Rakhmaniar, 2023). Remaja umumnya lebih berani menjalani eksperimen dengan berbagai jenis hubungan, termasuk hubungan tanpa status, dalam rangka menemukan makna dari kedekatan emosional dan seksual (Darak et al., 2022). Masa remaja merupakan tahap penting dalam proses pengembangan identitas individu, di mana seseorang berusaha memahami dirinya sendiri, prinsip-prinsip yang dipegang, serta posisi yang ingin ditempati dalam interaksi sosial. Hubungan sosial yang kurang jelas dalam hal peran serta tujuan dapat mempengaruhi proses perkembangan identitas diri remaja, khususnya pada bidang emosi dan interaksi social (E. R. Ananda, n.d.). Hubungan romantis memainkan peran krusial dalam fase ini karena dapat membentuk pandangan diri, kepercayaan diri, serta keseimbangan emosional pada remaja.

Akan tetapi, dalam konteks hubungan tanpa status, ambiguitas mengenai peran dan harapan sering kali menjadi penghalang bagi pembentukan identitas yang positif. Remaja yang terlibat dalam HTS rentan mengalami pertentangan batin, seperti perasaan kurang diakui, keraguan tentang kedudukan mereka dalam hubungan, serta kesulitan dalam menetapkan batas-batas emosional. Situasi ini berpotensi mengganggu eksplorasi jati diri. Kajian empiris menunjukkan bahwa kemampuan seseorang dalam

mengembangkan kedekatan dan penjelajahan identitas saling berhubungan dalam konteks hubungan romantis, di mana hubungan yang kondusif mampu memperkokoh proses pengembangan identitas serta rasa keterhubungan pribadi (Sutanto & Muttaqin, 2022).

Pengaruh Media Sosial dan Lingkungan Sosial

Media sosial memainkan peran signifikan dalam membentuk pola hubungan di kalangan remaja, khususnya dalam proses normalisasi relasi tanpa status resmi. Kajian mengindikasikan bahwa platform seperti Tinder dan Instagram turut memperkuat legitimasi hubungan tersebut dengan menggambarkannya sebagai unsur dari pola hidup masa kini (Handayani et al., n.d.). Selain itu, materi di media sosial sering kali mempromosikan HTS sebagai bentuk relasi yang santai dan menghibur, meskipun implikasinya dapat bervariasi bagi setiap orang. Platform-platform tersebut memfasilitasi interaksi yang mendalam, instan, dan bersifat pribadi, meskipun sering kali tanpa adanya kejelasan terkait komitmen. Kondisi ini semakin menjadikan hubungan tanpa status sebagai hal yang lazim dalam dinamika kehidupan remaja saat ini. Selain itu, eksposur terhadap konten-konten relasi di media sosial turut membentuk pandangan remaja bahwa kedekatan emosional tidak selalu harus disertai dengan tanggung jawab serta komitmen yang eksplisit (Suciati & Nuqul, n.d.).

Melalui platform media sosial, generasi muda mampu mengungkapkan emosi, menjalin kedekatan afektif, serta menjaga hubungan tanpa perlu menetapkan kategori resmi. Situasi tersebut semakin menguatkan norma relasi yang tidak jelas statusnya, meskipun intensitas emosionalnya tinggi. Secara berkepanjangan, fenomena ini berpotensi mempengaruhi bagaimana remaja memahami dinamika hubungan serta konstruksi identitas diri mereka. Remaja yang aktif berpartisipasi di jejaring sosial umumnya menerapkan mekanisme penyesuaian diri dan melakukan pengungkapan diri secara transparan (self-disclosure) dalam komunikasi daring, yang berkaitan erat dengan konsep harga diri mereka; jenis interaksi ini mempertegas partisipasi emosional tanpa adanya komitmen yang eksplisit, serta meningkatkan kecenderungan mereka untuk membentuk hubungan yang bersifat tidak pasti (Mafazi & Nuqul, 2017).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan temuan dari telaah literatur yang bersumber dari sejumlah jurnal nasional maupun internasional, dapat ditarik kesimpulan bahwa periode remaja merupakan tahap penting dalam proses pembentukan identitas individu, yang sangat terpengaruh oleh interaksi sosial, termasuk dalam hubungan romantis. Di era perkembangan teknologi saat ini, media sosial memegang peranan utama dalam membentuk dinamika komunikasi dan hubungan di kalangan remaja, yang dicirikan oleh tingginya frekuensi interaksi namun sering kali tanpa adanya komitmen yang eksplisit.

Fenomena hubungan tanpa status (HTS) telah berkembang sebagai jenis relasi yang semakin diterima secara sosial melalui platform media sosial. Interaksi digital yang bersifat cepat dan intim memfasilitasi remaja untuk menjalin ikatan emosional tanpa adanya kerangka hubungan yang terdefinisi dengan jelas. Situasi tersebut dapat memicu

ketidakjelasan peran, pertentangan emosional, serta kebingungan identitas, khususnya apabila remaja belum mencapai tingkat kematangan emosional yang cukup.

Lebih lanjut, hasil dari sejumlah studi mengindikasikan bahwa praktik pengungkapan diri (self-disclosure), mekanisme penanganan stres, serta konsep diri remaja dalam lingkungan media sosial ikut membentuk pendekatan mereka dalam merancang dan menafsirkan interaksi relasional. Relasi yang tidak jelas dan kurang terdefinisi statusnya, seperti hubungan tanpa status (HTS), berpotensi mempengaruhi tahap pencarian jati diri serta menciptakan model hubungan yang tidak seimbang, terutama jika tidak didukung oleh wawasan dan pembatasan emosional yang memadai.

Berdasarkan kesimpulan dari diskusi tersebut, direkomendasikan agar remaja memperoleh wawasan yang lebih mendalam tentang pembatasan emosional serta signifikansi kejelasan dalam membentuk interaksi relasional, terutama dengan mempertimbangkan tingginya frekuensi pemanfaatan platform media sosial. Orang tua serta tenaga pendidik diharapkan mampu menyediakan bimbingan dan program edukasi yang berkesinambungan mengenai pertumbuhan psikososial remaja serta pola hubungan romantis dalam konteks digital, sehingga remaja dapat mengembangkan relasi yang seimbang dan penuh tanggung jawab.

Daftar Pustaka

- Almadina Rakhmaniar. (2023). Analisis Naratif tentang Pengalaman Komunikasi Interpersonal pada Pasangan Muda. *Harmoni: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Sosial*, 1(1), 124–142. <https://doi.org/10.59581/harmoni-widyakarya.v1i1.3719>
- Ananda, E. R. (n.d.). *Analisis Dampak Teknologi Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Bullying Ditinjau Dari Nilai Karakter Self-Confident Siswa Sekolah Dasar*. <https://repository.uin-malang.ac.id/16328/>
- Ananda, M., Suriansyah, A., & Rafianti, W. R. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Diri pada Generasi Z. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(4), 2279–2289. <https://doi.org/10.60126/maras.v2i4.634>
- Avcı, H., Baams, L., & Kretschmer, T. (2025). A Systematic Review of Social Media Use and Adolescent Identity Development. *Adolescent Research Review*, 10(2), 219–236. <https://doi.org/10.1007/s40894-024-00251-1>
- Darak, S., Parchure, R., Darak, T., & Kulkarni, V. (2022). Love, sex, and commitment: Relationship choices and trajectories among unmarried youth in India. *Sexual and Reproductive Health Matters*, 29(2), 2031833. <https://doi.org/10.1080/26410397.2022.2031833>
- Darmawan, C., Silvana, H., Zaenudin, H. N., & Effendi, R. (2019). Pengembangan hubungan interpersonal remaja dalam penggunaan media sosial di Kota Bandung. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 7(2), 159. <https://doi.org/10.24198/jkk.v7i2.21163>
- Handayani, L., Lestari, D. A., Nirmala, P., & Sijabat, R. (n.d.). *Persepsi Sosial pada Hubungan Tanpa Status di Kalangan Remaja*.
- Mafazi, N., & Nuqul, F. L. (2017). Perilaku Virtual Remaja: Strategi Coping, Harga Diri, Dan Pengungkapan Diri Dalam Jejaring Sosial Online. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 128. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.128-137> <https://repository.uin-malang.ac.id/2224/>

- Shabbir, G. (2024). A mini review on adolescent identity development and impact of social media on it. *Integration of Mankind and Society*, 1(1), 31–42. <https://doi.org/10.56770/ims2024115>
- Suciati, H., & Nuqul, F. L. (n.d.). *The Role of Social Media in Building Women's Political Identity: Its Impact on Self-Efficacy and Political Participation*. <https://repository.uin-malang.ac.id/24664/>
- Sutanto, M. A., & Muttaqin, D. (2022). Dimensi Pembentukan Identitas dan Intimasi pada Emerging Adult yang Menjalani Relasi Romantis. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 13(2), 143–154. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v13i2.29294>