

Hubungan Sosial Remaja di Nusa Tenggara Timur Selama Pandemi Covid-19

Social Relationships of Adolescents in East Nusa Tenggara during the Pandemic Covid-19

**INDRA YOHANES KILING¹, MELVIN TAKOY², FITRI AYUNINGSI
HAGI WILA³, TESA LOLIA MITA⁴, ELENITA KRISTALIA SEDA⁵,
TESALONIKA BANI⁶**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Email: ¹kimmetha20@gmail.com

Abstrak. Dengan adanya pandemi Covid-19, banyak kebijakan baru yang dikeluarkan pemerintah guna memutus rantai penyebaran virus. Salah satunya yaitu social distancing yang mengharuskan masyarakat menjalankan segala kegiatan dari rumah. Kebijakan ini tentu berdampak pada hubungan sosial terkhususnya bagi para remaja. Pada usia remaja, keterhubungan dengan orang lain menjadi kebutuhan primer. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana hubungan sosial remaja di Nusa Tenggara Timur (NTT) selama pandemi. Data diperoleh dari 12 orang remaja dengan rentang usia 14-18 tahun melalui wawancara dan *photovoice*. Tiga tema utama ditemukan dengan teknik analisis tematik. Tema-tema tersebut antara lain, gambaran kondisi hubungan sosial remaja, masalah hubungan sosial remaja, dan penggunaan media sosial sebagai upaya dan solusi remaja dalam menjalin hubungan sosial.

Kata kunci: Hubungan Sosial, Remaja, *Photovoice*, Pandemi COVID-19

Abstract. With the COVID-19 pandemic that is still going on, the government introduced new policies and protocols to stop spreading of the virus. One of them is social distancing which requires people to work from home. Certainly, this protocol has an impact on social relationships, especially for the adolescents. Where in fact, to be connected to other people is a primary need in this phase. Therefore, this study aims to describe how the social relationships of adolescents in East Nusa Tenggara (NTT) during the pandemic. Data was gathered from 12 adolescents age 14-18 through interviews and *photovoice*. Three themes were found using thematic analysis. They are the description of social relationship of adolescent, the problems of adolescents' social relationships, and the use of social media as an effort and solution for adolescents in establishing their social relationships.

Key words: Social Relationship, Adolescent, *Photovoice*, COVID-19 Pandemic

PENDAHULUAN

Masa remaja atau adolescence menurut WHO adalah masa transisi atau perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dengan rentang usia antara 10-19 tahun. Perkembangan masa remaja dimulai dengan perkembangan psikologis dan emosional juga adanya peningkatan kapasitas kognitif dan juga intelektual.

Populasi remaja berkembang dengan sangat pesat yakni sekitar 16 persen dari populasi dunia adalah remaja dengan perkiraan 1,2 miliar remaja berusia 10-19 tahun di seluruh dunia. Masa remaja dimulai dengan pubertas, suatu proses perubahan secara fisik, diikuti dengan perkembangan psikologis dan emosional yang dipicu oleh serangkaian perubahan endokrin yang mengarah pada pematangan seksual dan kemampuan reproduksi. Juga adanya peningkatan kapasitas kognitif dan juga intelektual. Selama dekade kedua, remaja mengembangkan keterampilan penalaran yang lebih kuat, pemikiran logis dan moral, serta menjadi lebih mampu berpikir abstrak dan membuat penilaian rasional.

Perubahan-perubahan secara drastis yang dialami mempengaruhi remaja dalam aspek kehidupannya seperti perasaan, pemikiran, pengambilan keputusan, dan interaksi mereka dengan dunia di sekitar mereka. Remaja juga dituntut untuk tidak lagi berperilaku seperti anak-anak namun bersikap dewasa dalam mengambil peran-peran dalam masyarakat. Terlebih dalam kemampuan sosial tentu sangat diperlukan remaja.

Pada dasarnya setiap manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan individu lainnya untuk hidup berdampingan. Proses sosialisasi dan interaksi sosial sudah dimulai sejak manusia lahir dan berlangsung terus hingga ia dewasa atau tua (Fatimah, 2006).

Semenjak WHO menetapkan pandemi Covid-19 sebagai pandemi global, Indonesia juga termasuk sebagai salah satu negara yang terpapar pandemi ini terhitung sejak 02 Maret 2020 hingga saat ini. Sebagai upaya dan bentuk perhatian pemerintah untuk masyarakat maka dikeluarkanlah peraturan-peraturan terkait protokol kesehatan guna mengurangi penyebaran virus covid-19 ini. Salah satunya adalah pembatasan sosial berskala besar (PSBB).

Angka Covid-19 di NTT seperti dilansir dari antaranews per 6 Februari 2021 yakni terkonfirmasi pasien positif Covid-19 yakni 6.368 orang dan sembuh sebanyak 3.245 orang. Penambahan kasus dari hari ke hari membuat himbauan pemerintah terkait social distancing terus dijalankan. Social distancing ini membuat masyarakat harus menarik diri dari hubungan sosial yang normal dikarenakan kekhawatiran terhadap pandemi Covid-19 (Harahap, 2020).

Mulai dari Sekolah Dasar hingga Menengah termasuk Perguruan Tinggi di NTT terpaksa mengubah sistem pembelajaran dan dilaksanakan secara daring mengingat himbauan social distancing. Hal tersebut menyebabkan tingkat interaksi hubungan sosial remaja dengan teman mereka pun berkurang.

Diketahui populasi remaja di NTT sesuai usia yang ditetapkan WHO yakni 10-19 tahun tahun 2020 terdapat 1.163.774 dengan laki-laki 591.328 dan perempuan 582.446 (BPS NTT,2020).

Dengan adanya pembatasan sosial karena pandemi, kebutuhan remaja akan interaksi hubungan sosial terkhususnya dengan teman sebaya merekapun menjadi terhambat. Penelitian yang dilakukan oleh Estikasari dan Pudjiati (2021) pada remaja di jenjang Sekolah Menengah Pertama menunjukkan bahwa perasaan negatif yang mereka rasakan selama bersekolah dari rumah akibat pandemi sebagian besar berasal dari interaksi sosial yang terhambat. Himbauan *social distancing* atau pembatasan sosial ini tentunya berpengaruh dalam hubungan sosial remaja sehingga perlu menjadi salah satu perhatian yang serius.

Penelitian di NTT terkait hubungan sosial remaja dan bagaimana cara remaja tetap berinteraksi saat pandemi masih sangat minim sehingga penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang hal tersebut. Sehingga fokus dari penelitian ini adalah eksplorasi permasalahan dalam hubungan sosial remaja dan bagaimana cara remaja mengatasi hal tersebut dalam menjaga hubungan sosial mereka.

METODE

Responden penelitian. Penelitian ini dilakukan di Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Seperti dilansir dari

detik.news per 02 Maret 2020, Presiden Jokowi mengumumkan 2 kasus positif Covid-19 perdana di Indonesia, namun 20 hari kemudian sudah ada 514 kasus positif. Angka tersebut terus melonjak dan kasus positif Covid-19 di NTT pun juga kian bertambah. Pada akhirnya pemerintah Indonesia termasuk Nusa Tenggara Timur mulai melakukan berbagai kebijakan seperti mengeluarkan himbauan *social distancing*. Tak hanya himbauan *social distancing* oleh pemerintah lewat surat edaran Kemendikbud, sistem pembelajaran pun diubah menjadi pembelajaran jarak jauh secara daring.

Partisipan dalam penelitian ini adalah 12 remaja usia 14-18 tahun. Dengan jumlah partisipan laki-laki sebanyak 2 orang dan partisipan perempuan sebanyak 10 orang. Partisipan penelitian ini direkrut dengan cara sengaja (*purposive sampling*), dengan dua kriteria utama: (a) harus berdomisili di Nusa Tenggara Timur, (b) merupakan remaja berusia 10-19 tahun. Pengumpulan data dihentikan pada peserta ke-12 setelah penulis menyimpulkan bahwa kejenuhan data telah tercapai. Data demografik dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Data demografik partisipan.

Samaran	Usia	P/L	Pendidikan
Irmala	14	P	SMPK ST. YOSEPH
Kirana	18	P	UNIVERSI TAS NUSA CENDANA
Putri	17	P	SMAN 8 KOTA

Yani	11	P	KUPANG SD GMIT KOINONIA 2
Sandra	15	P	SMAN 5 KOTA KUPANG
Lia	16	P	SMAN 1 KEFAMEN ANU
Puspa	16	P	SMAN 2 KOTA KUPANG
Tio	16	L	SMA KRISTEN CITRA BANGSA
Nanda	16	P	SMA KRISTEN CITRA BANGSA
Kayla	18	P	SMAN 5 KOTA KUPANG
Akhi	18	L	UNIVERSI TAS NUSA CENDANA
Yeni	18	P	UNIVERSI TAS NUSA CENDANA

Desain penelitian. Penelitian ini merupakan pendekatan Kualitatif. Pendekatan kualitatif bertujuan untuk memperoleh gambaran umum dari latar belakang penelitian.

Instrumen penelitian. Metode pengumpulan

data yang dipilih dalam penelitian ini yaitu metode photovoice dan wawancara. Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode photovoice. Photovoice bertujuan untuk memungkinkan orang mengidentifikasi, mewakili, dan meningkatkan komunitas mereka melalui foto yang mereka ambil. (Waang & Burris, 1997). Metode ini dipilih dengan pertimbangan melalui foto para partisipan dapat dengan mudah mengungkapkan pemikiran dan pengalamannya. Kemudian dilanjutkan dengan metode wawancara menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang.

Prosedur penelitian. Pada awal penelitian, peneliti menghubungi partisipan dan menjelaskan setiap sesi dalam prosedur penelitian yang akan dilakukan. Kemudian peneliti meminta partisipan untuk memberikan satu foto yang menggambarkan keadaan yang mereka rasakan saat itu. Setelah itu peneliti dan partisipan berdiskusi untuk menjadwalkan sesi wawancara. Wawancara dilakukan pada bulan Maret 2021. Karena pandemi Covid-19 yang masih berlangsung maka wawancara dilakukan via chat melalui aplikasi WhatsApp. Kelima peneliti juga bertanggung jawab menjadi pewawancara. Dua belas narasumber diwawancarai dengan mengirim pesan melalui aplikasi WhatsApp dengan menggunakan Bahasa Melayu Kupang. Demi menjamin kepercayaan terhadap penelitian ini, peneliti menyimpan jejak audit dalam bentuk file bukti tangkapan layar chat WhatsApp.

Analisis data. Data-data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan pendekatan analisis

tematik (Clarke & Braun, 2013). Peneliti mengawalinya dengan membaca transkrip 12 hasil wawancara. Selanjutnya dilakukan pemberian kode pada transkrip tersebut. Penulis kemudian mengembangkan tema - tema dari kode yang telah dibuat. Tema-tema tersebut ditinjau kembali untuk dengan melihat relevansinya dengan data hasil wawancara. Proses terakhir yaitu memilih kutipan partisipan yang sesuai dan dapat merepresentasikan tema-tema.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara terhadap partisipan, maka diperoleh beberapa tema sebagai berikut.

Kehidupan Hubungan Sosial Remaja Selama Pandemi. Semenjak pandemi Covid-19 menyerang kesehatan manusia, terdapat banyak perubahan yang terjadi dalam kehidupan manusia. Pandemi Covid-19 ini membuat manusia tidak bisa beraktivitas seperti biasanya karena penyebaran virus ini yang cepat.

Perubahan-perubahan dalam kehidupan sosial yang menjadi salah satu dampak dari pandemi Covid-19 adalah dalam pola hubungan sosial. Seperti remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini mengalami hubungan dengan keluarga dan teman yang semakin dekat, ada juga yang biasa saja seperti yang diungkapkan oleh Kirana *“biasa saja..membosankan”* hal ini juga dirasakan oleh nanda *“ biasa-biasa saja hanya lebih sering di rumah jadi lebih banyak bicara”*.

Keluarga

Hubungan remaja dengan keluarga semakin dekat, seperti yang diungkapkan oleh sandra *“Selama pandemi ini, kehidupan sosial dengan keluarga semakin dekat karna semakin banyak waktu yang dihabiskan dengan keluarga ...”* hal serupa juga dialami oleh Lia, Akhi, Yeni.

Namun yang dirasakan oleh Tio dalam interaksi dengan keluarga sedikit berbeda, karena kesibukan anggota keluarga dengan aktivitas bekerja maupun sekolah *“kalo dengan keluarga mungkin agak beda dengan teman-teman di sekolah contohnya jarang komunikasi, karena juga orang tua sibuk dengan pekerjaannya kami juga sibuk dengan belajar. Tapi setiap malam kami sekeluarga berkumpul main kartu, terus berdoa bersama, terus kek ada(kayak ada) evaluasi selama 1 hari ini kak”*.

Lalu kondisi lain juga dirasakan oleh Puspa dan Kayla yang lebih banyak menyendiri atau sibuk dengan kegiatan sendiri, dikarenakan tidak begitu dekat dengan keluarga hal ini dialami oleh Puspa *“ saya tidak begitu dekat dengan keluarga besar, jarang mengikuti acara kumpul keluarga atau semacamnya. Kalau dirumah juga tidak begitu banyak mengobrol, masing-masing sibuk dengan kegiatannya, saya juga jarang keluar kamar, jadi lebih banyak menghabiskan waktu sendirian dikamar”*.

Sedangkan yang dirasakan oleh Irmala, Putri, dan Yani baik-baik saja.



Gambar 1. Gambar ini diambil oleh Kirana untuk mendeskripsikan saat ia selalu bermain bersama kedua kakaknya menyanyi lagu, membahas hal yang tidak penting seperti adanya peri dll, meminta hotspot, atau bermain game bersama teman.

Hubungan remaja dengan teman selama masa pandemi juga memiliki dinamika, ada remaja yang hubungan pertemanan semakin berkualitas seperti yang diungkapkan oleh Tio *“kalo hubungan dengan teman sekolah baik-baik saja kak,... hanya kalo dengan teman gereja kurang baik ...”*.

Namun ada beberapa remaja yang merasa hubungan sosial sedikit memburuk seperti yang diungkapkan oleh Tio *“Kehidupan sosialnya beta (saya) selama ini mungkin agak sedikit memburuk ...”*



Gambar 2. Gambar ini diambil oleh Yeni untuk mendeskripsikan persahabatan lintas usia yang

saling menjaga satu sama lain.

Dari hasil wawancara dengan 12 partisipan dapat dilihat bahwa remaja memiliki kondisi hubungan sosial yang berbeda-beda.

Masalah Interaksi Sosial Pada Remaja Selama Pandemi. Pola interaksi dalam hubungan sosial yang awalnya terjalin di mana saja dan kapan saja sejak pandemi ini berubah. Perubahan tersebut untuk sebagian remaja tidak membawa dampak lebih, namun untuk sebagian remaja hal ini membawa masalah.

Seperti yang diungkapkan oleh Irmala *“Baik-baik saja”*, sama halnya dengan yang dirasakan oleh Yani, Lia, Nanda, Akhi, Yeni. Berbeda halnya dengan yang diungkapkan oleh Puspa *“Saya selama pandemi kurang bersosialisasi di luar, lebih banyak menghabiskan waktu sendirian di dalam rumah”*, hal tersebut juga dialami oleh Kayla.

Lalu masalah hubungan sosial lainnya yang dialami remaja adalah tidak bisa mengunjungi keluarga yang jaraknya jauh dari rumah, seperti yang diungkapkan oleh Akhi *“...hanya kalo(kalau) keluarga yang jauh begitu katong(partisipan dan keluarga) sonde(tidak) pernah pi(pergi) le(lagi), semenjak ada ini Covid..”*

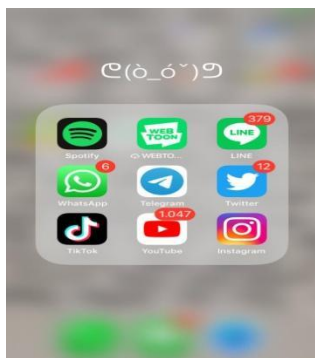
Kehidupan yang sedikit memburuk juga dirasakan oleh remaja, seperti yang diungkapkan oleh Tio *“Kehidupan sosialnya beta(saya) selama ini, mungkin agak sedikit memburuk”*. Lalu kondisi pandemi ini menyebabkan masalah dalam kesulitan

komunikasi secara langsung, seperti yang diungkapkan oleh Putri *"...sangat sulit untuk berkomunikasi tatap muka, bahkan kalau mau melakukan segala sesuatu yang berhubungan dengan lingkungan pun harus pikir panjang karena didesak keadaan pada masa pandemi"*.

Media Sosial sebagai Upaya dan Solusi Remaja dalam Menjalin Interaksi Sosial.

Hidup di zaman dengan perkembangan teknologi yang begitu pesat membuat remaja sudah terbiasa dengan penggunaan media sosial sebagai media komunikasi bahkan sebelum pandemi. Selama beraktivitas di rumah, semua partisipan mengaku lebih sering menggunakan media sosial terkhususnya untuk menjalin hubungan dengan teman-teman mereka ataupun untuk menanyakan tugas sekolah baik melalui telepon, aplikasi *chatting* maupun *video call*.

Seperti yang diungkapkan oleh Lia *"Kami bersosialisasi melalui telepon dan video call untuk bisa menanyakan kabar satu sama lain"*.



Gambar 3. Tangkapan layar ini diambil oleh Puspa, menggambarkan kesehariannya yang ditemani oleh aplikasi-aplikasi di atas, yang juga digunakan sebagai sarana komunikasinya dengan teman-teman.

Sebagai sumber akses media sosial yang utama maka ponsel juga menjadi bagian tak terpisahkan dari keseharian remaja. Seperti diungkapkan oleh Kayla *"Dulu waktu sebelum pandemi, beta(saya) masih bisa melupakan gadget. Tapi sekarang seakan-akan gadget itu salah satu dari beta pung (saya punya) bagian tubuh. Pi (pergi) mana-mana selalu bawa. Kalau sonde (tidak) bawa serasa apa gitu yang hilang"*.

Media sosial juga menjadi sarana yang bisa menyatukan keluarga. Berdasarkan pengakuan salah satu partisipan, ia dan keluarga membuat video dengan aplikasi tiktok. Kegiatan bermedia sosial pun meski hanya secara virtual namun dapat menumbuhkan kreativitas dan keceratan dalam hubungan keluarga.

Yani *"Ketong (partisipan dan keluarga) biasa buat tiktok sama-sama dengan senang"*.

SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa hubungan sosial remaja dengan keluarga dan teman berbeda-beda ada yang semakin dekat dikarenakan lebih banyak waktu yang dihabiskan bersama keluarga di rumah sejak pandemi Covid-19. Ada juga yang tetap seperti biasa dan ada yang sedikit memburuk dikarenakan tidak ada interaksi langsung. Masalah interaksi yang dialami remaja dalam penelitian ini seperti kurang bersosialisasi, tidak bisa mengunjungi keluarga jarak jauh, juga kesulitan dalam berkomunikasi secara langsung.

Remaja dalam penelitian ini memanfaatkan media sosial sebagai media komunikasi sebagai upaya dan solusi remaja dalam menjalin interaksi sosial sehingga remaja tetap terhubung dengan teman. Media sosial juga untuk digunakan menumbuhkan kreativitas sekaligus keeratn dalam hubungan keluarga.

DISKUSI

Dalam penelitian ini ditemukan ada remaja yang merasakan hubungan yang semakin harmonis dan erat dengan keluarga karena hampir seluruh anggota keluarga berada di rumah semenjak diberlakukannya pembatasan sosial pandemi Covid-19, seperti yang dialami oleh Sandra, Lia, Akhi, dan Yeni. Hal ini berdampak baik pada diri remaja karena adanya hubungan yang baik antara remaja dengan orang tua. Waktu yang banyak dihabiskan di rumah menambah kedekatan antara remaja dan keluarga, tentunya banyak hal yang dilakukan bersama di rumah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Thakkar dan Sheth (2014) menunjukkan komunikasi yang dibangun antara orangtua dengan remaja memengaruhi kemampuan penyesuaian diri remaja dalam hal kepercayaan diri, prestasi, dan kesejahteraan. Kemampuan menyesuaikan diri remaja yang merupakan salah satu aspek keterampilan sosial, sangat dipengaruhi oleh diskusi positif maupun negatif yang dilakukan dengan orangtua melalui komunikasi (Kinanti & Adijanti, 2019).

Namun ada remaja yang merasa tidak nyaman ketika harus banyak berinteraksi

dengan keluarga karena tidak begitu dekat dengan keluarga dan lebih suka menyendiri, seperti yang dialami oleh Tio, Puspa, dan Kayla. Hubungan dengan teman sekolah, teman di lingkungan rumah menjadi terbatas sehingga cara yang remaja lakukan untuk tetap terhubung dengan teman mereka yaitu memanfaatkan teknologi media sosial yang mana malah membuat remaja seolah ketergantungan akan gadget karena setiap interaksi yang dilakukan secara online. Seperti yang diungkapkan oleh Kayla”*Dulu waktu sebelum pandemi, beta(saya) masih bisa melupakan gadget. Tapi sekarang seakan-akan gadget itu salah satu dari beta pung (saya punya) bagian tubuh. Pi (pergi) mana-mana selalu bawa. Kalau sonde (tidak)bawa serasa apa gitu yang hilang*”.

Dengan adanya peningkatan yang terus menanjak dalam kasus positif Covid-19 dan kebijakan pemerintah terkait social distancing diketahui bahwa upaya membatasi interaksi sosial secara fisik menjadi suatu hal yang penting karena dinilai sebagai strategi yang tepat untuk meminimalisir transmisi infeksi virus ini. Dengan adanya kebijakan social distancing memberikan dampak pada remaja yaitu kesesuaian pola sosialisasi yang baru yaitu komunikasi nonverbal. Komunikasi nonverbal merupakan salah satu jenis komunikasi yang bisa dilakukan secara langsung dalam komunikasi tatap muka, maupun tak langsung dengan media perantara tertentu (Monika, 2020).

Remaja yang dalam keseharian umumnya berinteraksi dengan banyak teman

namun semenjak pembatasan sosial akibat pandemi, terpaksa menghabiskan banyak waktu di rumah. Padahal remaja sangat membutuhkan koneksi dengan orang lain terlebih teman sebaya. Menurut Prof Sarah-Jayne Blakemore, dari departemen psikologi di Universitas Cambridge, sebagai dampak dari Pandemi Covid-19, remaja di seluruh dunia memiliki sedikit kesempatan untuk berinteraksi langsung secara tatap muka yang mana hal tersebut sangat penting terlebih dalam masa perkembangan remaja.

Remaja akhirnya terbiasa sibuk dengan kegiatan sekolah, perkuliahan online. Tak hanya itu remaja juga kerap berselancar di dunia maya agar tetap berinteraksi dengan keluarga, kerabat, juga dengan teman yang jauh. Salah satu psikolog kenamaan Nigel Latta mengatakan bahwa remaja membutuhkan interaksi dengan teman sebaya sehingga akses terhadap internet sangat diperlukan remaja selama di rumah untuk tetap berinteraksi dengan teman melalui platform media sosial.

Psikolog Anak, Remaja, dan Keluarga, Saskhya Aulia Prima, M.Psi menjelaskan kualitas hubungan sosial yang positif dan bermakna merupakan salah satu kunci dari terbangunnya kebahagiaan seseorang. Ketika kebahagiaan terjaga, akan menjadi lebih sehat sehingga dapat menghadapi berbagai tantangan dengan lebih baik. Masa remaja identik dengan hubungan sosial, baik dalam lingkup masyarakat, pertemanan bahkan dalam hubungan romantisme seperti halnya pacaran. Namun karena pandemi remaja harus kehilangan momen interaksi sosial dengan

masyarakat luas dimana dia dapat mengeksplorasi temuan baru dan berpikir sesuai dengan tindakan yang pantas dalam bermasyarakat. Di mana masa remaja adalah masa yang baik untuk mencari dan menambah relasi yang berguna dimasa depannya nanti.

Penelitian ini lebih menyorot kepada kondisi hubungan sosial remaja, permasalahan yang dirasakan remaja dalam hubungan sosialnya semenjak pembatasan sosial, dan bagaimana cara remaja dalam menjaga hubungan sosial mereka agar tetap terjalin meski dalam kondisi pandemi Covid-19 sekarang ini. Relevansi penelitian ini dengan perbaikan hubungan sosial remaja adalah remaja bisa paham bahwa menjaga kualitas hubungan sosial di saat seperti ini pun perlu menjadi perhatian.

Hubungan sosial yang baik tentunya juga berpengaruh baik pula untuk remaja. Hubungan sosial yaitu hubungan yang dilakukan tiap individu yang kehadirannya di samping individu lain dalam lingkungan dapat ia sadari (Yunistiati & Farid, 2014). Entah itu hubungan dengan keluarga dalam rumah maupun dengan teman-teman. Remaja pada penelitian ini memiliki cara menjaga hubungan sosial yakni selalu menyempatkan waktu untuk tetap berkomunikasi lewat media sosial dan saling menjaga etika saat chattingan, telepon dan video call. Aplikasi chat membuat pengguna bisa saling berkomunikasi dan terhubung lewat pesan maupun suara (Abraham, 2014)

Jumlah partisipan yang terbatas merupakan keterbatasan utama dalam

penelitian ini. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dan observasi secara online melalui aplikasi chatting, mengingat masih dalam kondisi pandemi. Metode kualitatif yang dipakai dalam penelitian ini tidak bisa direplikasi pada lokasi atau situasi lain.

Penulis memberi rekomendasi agar hubungan sosial remaja tetap terjaga dan remaja bisa merasa bahagia tetap terhubung dengan teman maupun kerabat yang jauh yakni dengan memanfaatkan media sosial (WhatsApp, Instagram, dll.) untuk menjalin komunikasi antara satu dengan yang lain. Media sosial tentunya pada kondisi pandemi sangat bermanfaat jika dimanfaatkan dengan baik pula. Tak hanya untuk hubungan sosial tetapi remaja juga bisa mengetahui perkembangan situasi pandemi saat ini lewat berita di internet.

Saran lainnya adalah remaja dapat mengikuti kegiatan yang bisa membuat remaja berbaur dengan orang lain, seperti webinar dan semacamnya. Misalnya salah kegiatan yang rutin dilakukan oleh salah forum di Kota Kupang yakni Forum PKBI NTT, berupa kegiatan ngopy "ngobrol pintar dan happy". Kegiatan tersebut selain menambah wawasan remaja di kala pandemi tentunya juga bisa menambah relasi. Banyak hal seputar remaja tentunya yang bisa didapat lewat kegiatan tersebut. Terkait jadwal kegiatannya remaja bisa mengakses informasi lewat Instagram forum PKBI NTT yakni (@for_pkbi.ntt).

Saran berdasarkan hasil penelitian adalah remaja memanfaatkan media sosial

dengan baik untuk menjalin komunikasi dan juga remaja dapat mengikuti kegiatan yang membuat remaja berbaur dengan orang lain meski secara virtual.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, F. Z. (2014). *Pemanfaatan media online terhadap interaksi sosial masyarakat. Jurnal Penelitian Pers dan Komunikasi Pembangunan*, 18(2), 171-184.
- Ahad. (2020). *Psikolog Jelaskan Pentingnya Gawai Bagi Remaja Saat Pandemi*. <https://www.republika.co.id/berita/q8ne9k414/psikolog-jelaskan-pentingnya-gawai-bagi-remaja-saat-pandemi>
- Antaranews.com. (2021). *Tingkat kesembuhan pasien COVID-19 di NTT di atas 50 persen*. <https://m.antaranews.com/berita/1986632/tingkat-kesembuhan-pasien-covid-19-di-ntt-di-atas-50-persen>.
- Beritasatu.com. (2020). *Pentingnya Menjaga Kualitas Hubungan Sosial Di Masa Pandemi*. <https://www.beritasatu.com/kesehatan/682921/pentingnya-menjaga-kualitas-hubungan-sosial-di-masa-pandemi>.
- BPS ROVINSI NTT. (2021). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Nusa Tenggara Timur, 2016-2020*.

- <https://ntt.bps.go.id/dynamictable/2017/08/16/373/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-ntt-2016.html>.
- Estikasari, P., & Pudjiati, S. R. R. (2021). *Gambaran Psikologis Remaja Selama Sekolah Dari Rumah Akibat Pandemi Covid-19*. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 23-36.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Harahap, S. R. (2020). *Proses Interaksi Sosial Di Tengah Pandemi Virus Covid19*. *AL-HIKMAH: Media Dakwah, Komunikasi, Sosial Dan Budaya*, 11(1), 45-53. doi: <https://doi.org/10.32505/hikmah.v11i1.1837>
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *SE Mendikbud: Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran-secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>
- Larasati, K., & Marheni, A. (2019). *Hubungan antara komunikasi interpersonal orang tua-remaja dengan keterampilan sosial remaja*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2), 1093-1100.
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2020). *The effects of social deprivation on adolescent development and mental health*. *The Lancet. Child & adolescent health*, 4(8), 634–640. doi: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30186-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30186-3)
- Sulaiman, M. Reza. (2020). *Remaja Tak Ketemu Teman Selama Pandemi, Kesehatan Jiwa Bisa Terganggu*. <https://www.suara.com/health/2020/06/14/131000/remaja-tak-ketemu-teman-selama-pandemi-kesehatan-jiwa-bisa-terganggu>
- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). *Kesepian Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19*. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 122-130. doi: <https://doi.org/10.32505/enlighten.v3i2.1892>.
- UNICEF. (2019, Oktober). *Adolescent demographics*. <https://data.unicef.org/topic/adolescents/demographics/>
- United Nation. (2012). *World Populations Monitoring – Adolescents and Youth – A Concise Report*. Diunduh dari https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/fertility/12_66976_adolescents_and_youth.pdf
- World Health Organization. (-). *Adolescent*

Health. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

World Health Organization. (2020, 19 Oktober 2020). *Adolescent Health and Development.*
<https://www.who.int/westernpacific/news/q-a-detail/adolescent-health-and-development>

Yuliarti, M. S. (2020). *Interaksi Sosial dalam Masa Krisis: Berkomunikasi Online Selama Pandemi COVID-19. Prosiding Nasional Covid-19*, 15-20.

Yunistiati, F., Djalali, M. A. A., & Farid, M. (2014). *Keharmonisan keluarga, konsep diri dan interaksi sosial remaja. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01).