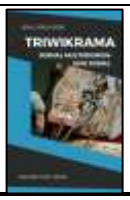
Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



PEMAKNAAN TINDAKAN *UNFOLLOW* SEBAGAI SIMBOL PERUBAHAN HUBUNGAN PERTEMANAN DI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM (STUDI KASUS PADA MAHASISWA PRODI ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER ANGKATAN 2022–2025)

Astrid Dwi Novitasari[1*], Suyono[2]

Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jember, Jember, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:
Received Juli, 2026
Revised Juli, 2026
Accepted Juli, 2026
Available online Juli, 2026

astridnovitasari1611@gmail.com,
suyono.sulaiman@unmuhjember.ac.id

This is an open access article under the CC BY-SA license.
Copyright © 2023 by Author. Published by Cahaya Ilmu Bangsa Institute

Abstrak

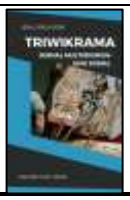
Perkembangan media sosial telah mengubah cara individu membangun dan mempertahankan hubungan pertemanan, yang kini tidak hanya berlangsung melalui interaksi secara langsung, tetapi juga melalui berbagai bentuk komunikasi digital di Instagram. Salah satu bentuknya adalah tindakan *unfollow* yang tidak lagi dipahami sekadar sebagai fitur untuk berhenti mengikuti akun seseorang, melainkan sebagai simbol yang merepresentasikan perubahan dalam hubungan pertemanan. Penelitian ini bertujuan menganalisis bagaimana mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Jember memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan di Instagram. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan perspektif interaksionisme simbolik George Herbert Mead. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipan, dan dokumentasi terhadap sepuluh informan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan *unfollow* dimaknai sebagai simbol menjaga jarak, batas personal, perubahan kedekatan hubungan, serta berakhirnya hubungan pertemanan (*mind*). Selain itu, tindakan tersebut dimanfaatkan sebagai cara menjaga kenyamanan diri dan mengelola emosi dalam hubungan pertemanan di media sosial (*self*). Pemaknaan tersebut juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang membentuk cara mahasiswa memahami dan menjalani hubungan pertemanan, baik di media sosial maupun dalam kehidupan sehari-hari (*society*). Penelitian ini menyimpulkan bahwa *unfollow* telah berkembang menjadi simbol komunikasi nonverbal digital yang maknanya dibentuk melalui pengalaman, interaksi, dan hubungan sosial setiap individu.

Kata Kunci: *Unfollow*, Instagram, Interaksionisme Simbolik, Pertemanan, Komunikasi Digital.

Abstract

The development of social media has changed the way individuals build and maintain friendships, which are no longer established solely through face-to-face interactions but also through various forms of digital communication on Instagram. One example is the unfollow feature, which is no longer understood merely as a feature that allows users to stop following another account, but is also

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



interpreted as a symbol representing changes in friendships. This study aims to analyze how students of the Communication Studies Program at Universitas Muhammadiyah Jember interpret the unfollow action as a symbol of changes in friendships on Instagram. This study employed a descriptive qualitative approach using George Herbert Mead's symbolic interactionism perspective. Data were collected through in-depth interviews, non-participant observation, and documentation involving ten informants selected through purposive sampling. The findings indicate that the unfollow action is interpreted as a symbol of maintaining distance, establishing personal boundaries, changes in relational closeness, and the end of friendship (mind). In addition, it is used as a way to maintain personal comfort and manage emotions in friendships on social media (self). These meanings are also shaped by the social environment, influencing how students understand and experience friendships both on social media and in everyday life (society). This study concludes that unfollow has evolved into a form of digital nonverbal communication whose meaning is constructed through individual experiences, social interactions, and interpersonal relationships.

***Keywords**: Unfollow, Instagram, Symbolic Interactionism, Friendship, Digital Communication.*

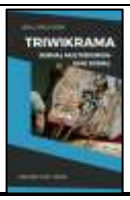
1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara individu menjalin dan mempertahankan hubungan sosial. Komunikasi interpersonal yang sebelumnya lebih banyak berlangsung melalui pertemuan tatap muka kini juga berlangsung di ruang digital melalui media sosial. Salah satu platform yang banyak digunakan adalah Instagram yang menyediakan berbagai fitur, seperti *direct message*, komentar, *story*, *like*, *follow*, dan *unfollow*. Berbagai fitur tersebut menjadi sarana bagi pengguna untuk berinteraksi sehingga komunikasi interpersonal tidak lagi hanya diwujudkan melalui percakapan secara langsung, tetapi juga melalui tindakan-tindakan digital yang hadir dalam aktivitas sehari-hari di media sosial (Manurung et al., 2021).

Dalam komunikasi interpersonal di media sosial, makna sebuah pesan tidak selalu disampaikan melalui kata-kata. Devito dalam (Fitriani & Andriani, 2023) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal juga melibatkan perilaku nonverbal yang memengaruhi cara individu memahami hubungan dengan orang lain. Di Instagram, tindakan seperti memberikan *like*, membalas pesan, melihat *story*, melakukan *mute*, maupun *unfollow* sering kali menjadi bentuk komunikasi nonverbal digital yang mengisyaratkan perhatian, kedekatan, penolakan, atau perubahan dalam hubungan sosial (Wahyuni et al., 2025). Oleh karena itu, tindakan-tindakan tersebut tidak hanya berfungsi sebagai fitur yang tersedia di platform, tetapi juga memiliki makna yang dapat ditafsirkan oleh penggunanya.

Salah satu tindakan yang banyak dijumpai dalam interaksi di Instagram adalah *unfollow*. Secara teknis, fitur ini digunakan untuk berhenti mengikuti akun pengguna lain. Namun, dalam praktiknya, *unfollow* sering dimaknai lebih dari sekadar menghentikan koneksi di media sosial. Bagi sebagian pengguna, tindakan tersebut menjadi penanda adanya perubahan dalam hubungan pertemanan. Berdasarkan data (NapoleonCat, 2026), Indonesia memiliki lebih dari 100 juta pengguna Instagram dengan kelompok usia 18–24 tahun sebagai pengguna terbesar. Kelompok usia ini didominasi oleh mahasiswa yang menjadikan Instagram sebagai bagian dari aktivitas komunikasi sehari-hari, termasuk dalam membangun, mempertahankan, dan mengelola hubungan pertemanan.

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



Beragamnya pemaknaan terhadap tindakan *unfollow* menunjukkan bahwa makna suatu tindakan digital dibentuk melalui proses interaksi sosial. (John & Katz, 2024) menjelaskan bahwa media sosial menyediakan fitur untuk membangun hubungan melalui mekanisme *follow*, sekaligus menyediakan fitur untuk mengurangi maupun mengakhiri keterhubungan melalui *unfollow*, *unfriend*, dan *block*. Sementara itu, (Nikolova & LaMarre, 2023) menemukan bahwa *unfollow* tidak selalu dipahami sebagai bentuk penolakan atau pemutusan hubungan. Dalam situasi tertentu, tindakan tersebut justru digunakan sebagai cara untuk mengatur batas personal serta menjaga kenyamanan dalam menggunakan media sosial. Perbedaan temuan tersebut memperlihatkan bahwa makna *unfollow* sangat bergantung pada pengalaman, tingkat kedekatan, dan konteks hubungan yang dimiliki setiap individu.

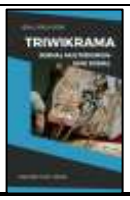
Perbedaan pemaknaan tersebut dapat dijelaskan melalui perspektif interaksionisme simbolik George Herbert Mead. Menurut Mead, tindakan seseorang didasarkan pada makna yang dibentuk melalui proses interaksi sosial (Faiq & Rofiq, 2026). Teori ini memiliki tiga konsep utama, yaitu *mind*, *self*, dan *society*. Konsep *mind* menjelaskan bagaimana individu menafsirkan simbol yang diterimanya, *self* berkaitan dengan kemampuan individu merefleksikan diri sebelum bertindak, sedangkan *society* menekankan bahwa pemaknaan terhadap suatu tindakan dipengaruhi oleh lingkungan sosial tempat individu berinteraksi (Salma & Amalia, 2025). Ketiga konsep tersebut digunakan dalam penelitian ini untuk memahami proses pembentukan makna tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan, penggunaannya dalam mengelola diri dan hubungan pertemanan, serta bagaimana makna tersebut dikonstruksi dalam lingkungan sosial mahasiswa.

Sejumlah penelitian terdahulu dari (Wilda et al., 2025) (Maghfiroh & Riswandari, 2025) (Fazri, 2025) telah membahas tindakan *unfollow* dari berbagai sudut pandang, mulai dari dampaknya terhadap hubungan interpersonal, perspektif teori pertukaran sosial, hingga etika komunikasi digital. Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan melalui perspektif interaksionisme simbolik George Herbert Mead, khususnya berdasarkan konsep *mind*, *self*, dan *society*, pada mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Jember masih belum ditemukan. Atas dasar tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana mahasiswa memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan di Instagram, bagaimana tindakan tersebut digunakan dalam mengelola diri dan hubungan pertemanan, serta bagaimana makna tersebut dikonstruksi dalam lingkungan sosial mahasiswa.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk memahami makna, pengalaman, dan proses penafsiran mahasiswa terhadap tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan di Instagram. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran mengenai cara mahasiswa memaknai tindakan *unfollow* (*mind*), menggunakannya dalam mengelola diri dan hubungan pertemanan (*self*), serta mengonstruksi maknanya melalui interaksi dalam lingkungan sosial (*society*). Penelitian dilaksanakan di Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jember mulai Januari 2026 hingga data yang diperoleh dinilai telah memenuhi kebutuhan penelitian.

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



Informan penelitian terdiri atas sepuluh mahasiswa aktif Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Jember angkatan 2022–2025 yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pemilihan informan didasarkan pada kriteria aktif menggunakan Instagram, pernah melakukan atau mengalami tindakan *unfollow* dalam hubungan pertemanan, serta merasakan adanya perubahan hubungan setelah tindakan tersebut terjadi. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam, sedangkan data sekunder berasal dari berbagai literatur ilmiah, seperti jurnal, artikel, dan penelitian terdahulu yang relevan. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur, observasi nonpartisipan, dan dokumentasi. Wawancara dilaksanakan secara tatap muka maupun secara daring melalui *Google Meet* dan *video call* WhatsApp, dengan tetap menggunakan pedoman wawancara yang sama sehingga proses penggalian data berlangsung secara konsisten sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Data dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan pola-pola yang ditemukan selama penelitian (Gradianto & Andiansari, 2024). Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi sumber dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga data yang diperoleh dapat saling mendukung dan dipertanggungjawabkan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Informan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang mahasiswa, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Data Informan Penelitian

No	Nama Informan	Angkatan
1.	DW	2022
2.	CS	2022
3.	AY	2022
4.	AM	2022
5.	ZN	2023
6.	SM	2023
7.	ND	2024
8.	LF	2024
9.	SK	2025
10.	FR	2025

Pembentukan Makna Tindakan Unfollow sebagai Simbol Perubahan Hubungan Pertemanan (Mind)

Rumusan masalah pertama membahas bagaimana mahasiswa membentuk makna tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan di Instagram. Tindakan *unfollow* di Instagram merupakan salah satu bentuk komunikasi nonverbal digital. Komunikasi nonverbal adalah bentuk penyampaian makna yang tidak menggunakan kata-kata secara langsung, melainkan melalui simbol, tindakan, maupun isyarat tertentu yang dimaknai dalam proses interaksi sosial (Febrianto et al., 2024). *Unfollow* tidak disampaikan melalui kata-kata, namun

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:

melalui tindakan digital yang dapat diinterpretasikan oleh pengguna lain sebagai pesan relasional (Tiwow et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 10 informan, ditemukan empat bentuk pemaknaan tindakan *unfollow* yang terbentuk dalam aspek *mind* mahasiswa, yaitu: (a) *unfollow* sebagai simbol menjaga jarak, (b) *unfollow* sebagai simbol batas personal, (c) *unfollow* sebagai simbol perubahan kedekatan hubungan, dan (d) *unfollow* sebagai simbol berakhirnya hubungan pertemanan.

a) *Unfollow* sebagai Simbol Menjaga Jarak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa CS dan AM memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol untuk menjaga jarak dalam hubungan pertemanan. *Unfollow* tidak dipahami sebagai tanda berakhirnya hubungan secara mutlak, melainkan sebagai cara untuk mengurangi intensitas interaksi dengan teman tertentu. CS (2022) menjelaskan: *"Karena saling follow saja membuat interaksi kita jadi mudah, yang pertama yang kedua itu kita bisa jadi bertukar cerita antar reels atau postingan orang atau apapun itu, jadi ya kalau di unfollow jadi lebih berjarak pertemanannya."* (CS, 2022)

Pandangan serupa juga disampaikan oleh AM (2022) yang memaknai *unfollow* sebagai cara untuk membatasi jarak, bukan mengakhiri hubungan pertemanan. *"Kalau untuk teman dekat arti unfollow itu sebenarnya bukan tentang memutuskan pertemanan ya cuman memang untuk membatasi jarak saja sih."* (AM, 2022)

Pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa tindakan *unfollow* tidak dilakukan secara spontan, melainkan melalui proses interpretasi terhadap pengalaman sosial yang dialami informan. Dengan demikian, *unfollow* dimaknai sebagai simbol untuk menjaga jarak sesuai dengan perubahan yang dirasakan dalam hubungan pertemanan.

b) *Unfollow* sebagai Simbol Batas Personal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa CS (2022), DW (2022), SM (2023), dan ND (2024) memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol batas personal dalam hubungan pertemanan. Bagi para informan, *unfollow* menjadi cara untuk mengatur batas interaksi sekaligus menentukan siapa yang masih diberi akses terhadap kehidupan pribadi mereka di media sosial.

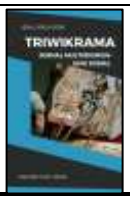
CS (2022) memandang *unfollow* sebagai bentuk pembatasan interaksi dengan orang tertentu. *"Lebih ke mengurangi interaksi sama orang yang dituju si, membatasi adanya interaksi."* (CS, 2022)

Pandangan tersebut sejalan dengan DW (2022) yang memilih melakukan *unfollow* karena ingin memiliki lingkup pertemanan yang lebih terbatas. *"Kalau menurut pendapatku semakin besar (dewasa) aku pinginnya punya lingkup pertemanan yang kecil saja, kalau misal semakin banyak kaya aneh saja, jangkauannya terlalu luas."* (DW, 2022)

Sementara itu, SM (2023) memaknai *unfollow* sebagai cara untuk membatasi akses orang lain terhadap kehidupan pribadinya di Instagram. *"Biasanya aku ada seleksi gitu kaya 'kayanya orang ini ga terlalu deket deh sama aku', 'kayanya ga harus tau kehidupanku yang terlalu dalam' gitu jadinya aku unfollow sih."* (SM, 2023)

Pemaknaan yang hampir sama juga disampaikan oleh ND (2024). Menurutnya, *unfollow* dilakukan ketika seseorang telah melewati batas yang masih dapat ia terima dalam hubungan pertemanan. *"Mungkin dari aku, kalau pemikiran aku, aku ingin mempunyai hubungan baik*

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



dengan semua orang dan tidak mencampuri urusan orang lain ya, tapi kalau kita sampai saling unfollow berarti batas wajarku sudah dilewati oleh orang tersebut." (ND, 2024)

Keempat pernyataan tersebut menunjukkan bahwa *unfollow* tidak semata-mata dipahami sebagai tindakan untuk mengakhiri hubungan, tetapi sebagai cara untuk menjaga ruang personal ketika batas kenyamanan atau batas toleransi telah dilanggar. Dengan demikian, makna *unfollow* terbentuk melalui penafsiran informan terhadap pengalaman yang mereka alami, sehingga tindakan yang sama dapat dimaknai berbeda sesuai dengan kondisi dan hubungan yang dijalani.

c) *Unfollow* sebagai Simbol Perubahan Kedekatan Hubungan

Hasil penelitian AM (2022), FR (2025), LF (2024) dam CS (2022) menunjukkan bahwa sebagian informan memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol perubahan kedekatan dalam hubungan pertemanan. Bagi mereka, *unfollow* bukan penyebab renggangnya hubungan, melainkan tanda bahwa hubungan tersebut telah berubah terlebih dahulu.

AM (2022) mengungkapkan bahwa keputusan melakukan *unfollow* muncul ketika hubungan pertemanan sudah tidak sedekat sebelumnya meskipun tidak ada konflik. *"Pengalaman terakhir sama temanku itu memang tidak ada masalah ya cuman hubungannya sudah jauh aja gitu sudah renggang."* (AM, 2022)

Pandangan serupa disampaikan oleh FR (2025) yang memandang bahwa *unfollow* tidak selalu mengakhiri hubungan karena interaksi di dunia nyata masih dapat terjalin. *"Sebenarnya selesai tapi itu di sosial media kalau di dunia nyata masih bisa basa-basi seadanya."* (FR, 2025)

LF (2024) juga menilai bahwa *unfollow* tidak selalu menandai berakhirnya pertemanan. *"Tidak semua saling unfollow itu hubungannya berakhir, kalau aku sih masih bisa berteman biasa sih."* (LF, 2024)

Sementara itu, CS (2022) memaknai *unfollow* sebagai tanda bahwa hubungan yang sebelumnya dekat kini menjadi lebih berjarak. *"Berubah, lebih ke menjaga jarak aja jadi seadanya saja."* (CS, 2022)

Keempat pernyataan tersebut menunjukkan bahwa *unfollow* dimaknai sebagai simbol perubahan kedekatan dalam hubungan pertemanan. Makna tersebut terbentuk melalui penafsiran informan terhadap perubahan yang telah mereka alami, sehingga *unfollow* dipahami sebagai cerminan perubahan hubungan, bukan penyebab terjadinya perubahan tersebut.

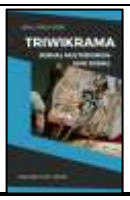
d) *Unfollow* sebagai Simbol Berakhirnya Hubungan Pertemanan

Hasil penelitian ZN (2023), ND (2024), AY (2022) dan SK (2025) menunjukkan bahwa sebagian informan memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol berakhirnya hubungan pertemanan. Berbeda dengan kategori sebelumnya, *unfollow* dipahami sebagai tanda bahwa hubungan tidak lagi ingin dipertahankan.

ZN (2023) memaknai *unfollow* sebagai bentuk pemutusan hubungan pertemanan maupun silaturahmi. *"Dalam hubungan pertemanan unfollow berarti memutus pertemanan atau memutus silaturahmi."* (ZN, 2023)

Pandangan serupa disampaikan oleh ND (2024) yang menganggap *unfollow* hanya dilakukan ketika hubungan telah bermasalah. *"Kalau menurutku kalau sudah nge-unfollow berarti dia sudah memutus hubungan sama aku, kalau semisal dia gak punya masalah sama aku ngapain di-unfollow gitu."* (ND, 2024)

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



AY (2022) juga memandang *unfollow* sebagai bentuk pemutusan hubungan pertemanan. *"Unfollow ini bisa dibilang sebagai pemutus hubungan pertemanan."* (AY, 2022)

Sementara itu, SK (2025) menilai bahwa *unfollow* menandakan hubungan pertemanan telah berakhir. *"Kalau sudah diunfollow itu berarti memang memutus hubungan gitu kak." "Kalau ngefollow tuh bisa menjadi anggapan seperti teman dekat, kalau sudah diunfollow berarti sudah tidak temenan lagi."* (SK, 2025)

Keempat pernyataan tersebut menunjukkan bahwa *unfollow* dimaknai sebagai simbol berakhirnya hubungan pertemanan. Pemaknaan tersebut lahir dari penafsiran informan terhadap pengalaman yang mereka alami, sehingga *unfollow* dipahami sebagai penanda bahwa hubungan tidak lagi ingin dipertahankan akibat konflik, kekecewaan, hilangnya kepercayaan, maupun perubahan dalam hubungan pertemanan.

Penggunaan Tindakan Unfollow dalam Mengelola Diri dan Hubungan Pertemanan (Self)

Rumusan masalah kedua membahas bagaimana mahasiswa menggunakan tindakan *unfollow* dalam mengelola diri dan hubungan pertemanan di Instagram. Penelitian menemukan dua bentuk penggunaan utama yang berkaitan dengan aspek *self* dalam teori Mead.

a) *Unfollow* sebagai Upaya Menjaga Kenyamanan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian informan menggunakan tindakan *unfollow* sebagai upaya menjaga kenyamanan diri saat menggunakan media sosial. Bagi mereka, *unfollow* menjadi cara untuk mengurangi beban pikiran, menghindari perasaan yang berlarut, serta menciptakan pengalaman bermedia sosial yang lebih nyaman.

DW (2022) merasakan perubahan setelah melakukan *unfollow*. Menurutnya, tindakan tersebut membuat dirinya merasa lebih tenang dan tidak lagi terbebani oleh pikiran. *"Sangat membuat aku lebih baik lagi, seperti tidak ada beban pikiran gitu."* (DW, 2022)

Hal yang hampir sama juga dirasakan oleh AY (2022). Ia memilih melakukan *unfollow* agar tidak terus larut dalam perasaan yang mengganggu dirinya. *"Iya, kaya daripada berlarut-larut mending sudah jangan tahu sama sekali saja."* (AY, 2022)

Berbeda dengan DW dan AY yang menekankan dampak emosional, SM (2023) memandang *unfollow* sebagai cara untuk menciptakan lingkungan media sosial yang lebih nyaman. *"Tidak, itu bukan bentuk penilaian diri ya itu lebih ke bagaimana cara aku nyaman untuk bersosial media jadi menghilangkan orang-orang yang merusak kenyamanan tersebut."* (SM, 2023)

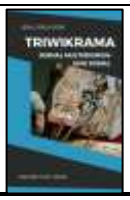
Ketiga pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa keputusan melakukan *unfollow* didasarkan pada pertimbangan terhadap kenyamanan diri dan dampak yang dirasakan dalam hubungan pertemanan. Oleh karena itu, *unfollow* dimaknai sebagai cara untuk menjaga kenyamanan serta menciptakan pengalaman bermedia sosial yang lebih baik.

b) *Unfollow* sebagai Bentuk Pengelolaan Emosi dan Refleksi Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian informan memanfaatkan tindakan *unfollow* sebagai cara mengelola emosi sekaligus merefleksikan hubungan yang sedang dijalani. Keputusan tersebut muncul sebagai respons terhadap berbagai emosi, seperti rasa bersalah, kesal, sedih, maupun ketidaknyamanan.

AY (2022) menjelaskan bahwa kondisi emosional menjadi salah satu pertimbangannya dalam melakukan *unfollow*. *"Iya sangat mempengaruhi, karena kalau emosi kita meledak-ledak, perasaan guilty seperti itu membuat kita akhirnya 'yaudah unfollow aja'."* (AY, 2022)

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



Hal yang serupa juga dirasakan oleh SM (2023) yang memandang *unfollow* sebagai cara untuk mengurangi emosi negatif yang dialaminya. *"Iya pastinya, untuk menghindari perasaan kesal, sedih, marah, ya ini solusi lah."* (SM, 2023)

Berbeda dengan keduanya, ZN (2023) menunjukkan bahwa setelah emosinya mulai mereda, ia kembali mempertimbangkan keputusan yang telah diambil. *"Mungkin awal-awal merasa aman tapi setelah beberapa hari setelah itu malah berpikir 'ngapain ya aku nge-unfollow' dan akhirnya meng-follow kembali."* (ZN, 2023)

Sementara itu, ND (2024) memilih melakukan *unfollow* ketika rasa tidak nyaman dalam hubungan terus dirasakan. *"Mungkin mereka merasa dekat sama aku tapi sebenarnya aku gak nyaman, jadi sewaktu ada kesempatan buat menjauh langsung ku cut off."* (ND, 2024)

Keempat pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keputusan melakukan *unfollow* tidak hanya dipengaruhi oleh emosi yang dirasakan, tetapi juga melalui pertimbangan terhadap hubungan yang sedang dijalani. Oleh karena itu, *unfollow* dimaknai sebagai cara untuk mengelola emosi sekaligus menentukan tindakan yang dianggap paling tepat bagi diri informan.

Konstruksi Tindakan Unfollow sebagai Simbol Perubahan Hubungan Pertemanan dalam Lingkungan Sosial (Society)

Rumusan masalah ketiga membahas bagaimana tindakan *unfollow* dikonstruksi sebagai simbol perubahan hubungan pertemanan dalam lingkungan sosial mahasiswa. Penelitian menemukan dua bentuk konstruksi sosial yang berkaitan dengan aspek *society* dalam teori Mead.

a) *Unfollow* sebagai Simbol yang Dipahami Bersama dalam Lingkungan Pertemanan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian informan memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol yang dipahami bersama dalam lingkungan pertemanan. Pemaknaan tersebut tidak hanya terbentuk dari pengalaman pribadi, tetapi juga berkembang melalui interaksi dan pandangan yang ada di dalam kelompok pertemanan.

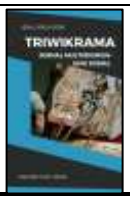
Bagi CS (2022), tindakan *unfollow* merupakan hal yang cukup sensitif karena sering menjadi bahan pembicaraan di lingkungan pertemanannya. *"Iya hal sensitif, karena misal kita lagi berkumpul di salah satu lingkup pertemanan dan kita disitu lagi bercerita karena salah satunya ada yang unfollow kita nih dan semua temanku itu kenal sama orang tersebut nah pastinya kan dari mulut ke mulut mereka pasti 'oh anak ini begini anak ini begini'."* (CS, 2022)

AY (2022) juga mengungkapkan bahwa keputusan melakukan *unfollow* tidak jarang dipengaruhi oleh saran dari teman-temannya. *"Teman-temanku terkadang mereka memberi saran untuk meng-unfollow orang yang memang ada masalah pribadi dengan aku."* (AY, 2022)

Sementara itu, ZN (2023) memilih meminta pendapat teman ketika mengalami tindakan *unfollow* agar dapat memahami situasi yang dihadapinya. *"Kalau ada yang meng-unfollow saya, saya pasti akan bertanya kepada teman seperti 'orang ini meng-unfollow aku, apa yang harus aku lakukan?'"* (ZN, 2023)

DW (2022) menambahkan bahwa keputusan melakukan *unfollow* juga dapat dipengaruhi oleh dinamika yang terjadi dalam lingkaran pertemanan. *"Sensitif, karena kan kadang unfollow terjadi ketika ada permasalahan semisal temanku punya permasalahan sama temannya yang lain, dari kita sebagai temannya melihat permasalahannya dan kita jadinya ikutan tidak suka apalagi ketika posisinya kita juga meng-follow orang tersebut jadinya kita ikut meng-unfollow orang tersebut."* (DW, 2022)

Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial
Volume 12 No 3, 2026
E-ISSN: 2988-1986
Open Access:



Keempat pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa makna *unfollow* tidak dibentuk secara individual, melainkan melalui interaksi dan pertukaran pandangan dalam lingkungan pertemanan. Oleh karena itu, tindakan *unfollow* dipahami sebagai simbol yang maknanya turut dipengaruhi oleh respons, saran, dan penilaian dari orang-orang di sekitar informan.

b) *Unfollow* sebagai Simbol yang Mempengaruhi Hubungan Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian informan memaknai tindakan *unfollow* sebagai simbol yang memengaruhi hubungan sosial dalam lingkungan pertemanan. Bagi mereka, *unfollow* tidak hanya menandai adanya perubahan hubungan, tetapi juga memengaruhi pola interaksi yang terjalin setelahnya.

DW (2022) merasakan bahwa hubungan yang sebelumnya berjalan baik berubah setelah terjadi tindakan *unfollow*. *"Mempengaruhi, yang awalnya baik-baik saja malah jadi tidak baik-baik saja."* (DW, 2022)

Hal yang sama juga dirasakan oleh CS (2022) yang menilai bahwa *unfollow* selalu membawa perubahan dalam hubungan pertemanan. *"Tidak bisa, pasti akan ada perubahan."* (CS, 2022)

ZN (2023) memandang bahwa hubungan masih dapat berlanjut, tetapi kedekatannya tidak lagi seperti sebelumnya. *"Mungkin iya, tapi tidak akrab seperti dulu."* (ZN, 2023)

AY (2022) juga menjelaskan bahwa *unfollow* mengubah hubungan yang semula dekat menjadi lebih berjarak. *"Iya, langsung berubah kalau ada permasalahan yang awalnya dekat dan saling sapa tapi setelah unfollow jadi tidak saling sapa."* (AY, 2022)

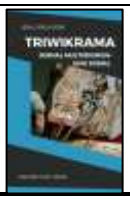
Sementara itu, SK (2025) mengungkapkan bahwa *unfollow* bahkan dapat menyebabkan hubungan terputus hingga tidak ada lagi komunikasi. *"Renggang. Tidak berkomunikasi sama sekali. Pernah sampai lost contact."* (SK, 2025)

Kelima pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa *unfollow* tidak hanya dimaknai sebagai tindakan di media sosial, tetapi juga sebagai simbol yang memengaruhi hubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Makna tersebut terbentuk melalui pengalaman dan interaksi yang dialami informan, sehingga *unfollow* dipahami sebagai simbol yang dapat mengubah pola komunikasi, kedekatan, dan keberlangsungan hubungan pertemanan.

4. SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tindakan *unfollow* di Instagram tidak lagi dimaknai sekadar sebagai fitur untuk berhenti mengikuti akun seseorang, tetapi telah berkembang menjadi simbol sosial yang merepresentasikan perubahan hubungan pertemanan di kalangan mahasiswa. Melalui proses pemaknaan yang dibangun dari pengalaman masing-masing individu, *unfollow* dipahami sebagai simbol menjaga jarak, batas personal, perubahan kedekatan hubungan, hingga berakhirnya hubungan pertemanan. Temuan ini menunjukkan bahwa makna sebuah simbol digital tidak melekat pada fitur itu sendiri, tetapi terbentuk melalui pengalaman dan interpretasi individu terhadap hubungan yang dijalani.

Selain merepresentasikan perubahan hubungan, tindakan *unfollow* juga digunakan mahasiswa sebagai cara menjaga kenyamanan diri, mengelola emosi, dan merefleksikan hubungan yang sedang dihadapi. Keputusan melakukan *unfollow* tidak semata-mata didorong oleh emosi sesaat, tetapi melalui pertimbangan terhadap kondisi diri dan hubungan yang sedang dijalani. Di sisi lain, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pemaknaan terhadap *unfollow* tidak dibentuk



secara individual, melainkan berkembang melalui interaksi dalam lingkungan pertemanan. Pandangan, pengalaman, serta respons dari lingkungan sosial turut membentuk cara mahasiswa memahami makna *unfollow* sehingga tindakan tersebut memengaruhi pola komunikasi, tingkat kedekatan, bahkan keberlangsungan hubungan sosial.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperlihatkan bahwa *unfollow* merupakan bentuk komunikasi nonverbal digital yang mengandung makna sosial dan relasional. Melalui perspektif interaksionisme simbolik George Herbert Mead, penelitian ini menunjukkan bahwa makna *unfollow* terbentuk melalui proses interpretasi individu, refleksi terhadap diri sendiri, serta interaksi dalam lingkungan sosial. Dengan demikian, tindakan yang secara teknis tampak sederhana dapat memiliki makna yang berbeda pada setiap individu dan membawa konsekuensi nyata terhadap dinamika hubungan pertemanan di kalangan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Faiq, H. R. M., & Rofiq, M. (2026). Interaksionisme Simbolik dalam Masyarakat Digital Kontemporer. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, *3*(7), 96–100.

Fazri, N. (2025). *Dampak Unfollow Media Instagram Terhadap Hubungan Interpersonal pada Kalangan Gen Z*. 28.

Febrianto, A., Zainuri, A., & Karolina, A. (2024). Efektivitas Komunikasi Nonverbal Guru Dalam Proses Pembelajaran Di Era Society 5.0. *Journal Educational Research and Development | E-ISSN : 3063-9158*, *1*(2), 4. https://doi.org/10.62379/jerd.v1i2.129

Fitriani, R., & Andriani, I. (2023). *Komunikasi Interpersonal Ditinjau dari Self Disclosure pada Remaja Pengguna Instagram*. 10.

Gradianto, J. V., & Andiansari, P. (2024). Pengelolaan Akun Media Sosial Instagram @keretaapikita Oleh Public Relations PT. Kereta Api Indonesia Dalam Meningkatkan Citra Positif. *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO : Jurnal Penelitian Kajian Ilmu Sosial Dan Informasi*, *9*(3), 17. http://jurnalilmukomunikasi.uho.ac.id/index.php/journal/indexDOI:http://dx.doi.org/10.52423/jikuho.v9i3.260

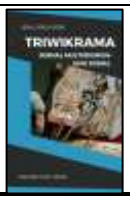
John, N., & Katz, D. (2024). A history of features for online tie breaking, 1997-2021. *Internet Histories*, *7*(3), 18. https://doi.org/10.1080/24701475.2023.2214466

Maghfiroh, M. H. H., & Riswandari, N. (2025). Makna Etika Komunikasi Non Verbal Generasi-Z Di Tiktok: Analisis Interaksi Simbolik Dalam Perilaku Digital. *Al-Qolamuna: Journal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, *2*(3), 14. https://journal.salahuddinal-ayyubi.com/index.php/AQJKPI/article/view/528/777

Manurung, A. S., Alfikri, M., & Achiriah. (2021). Komunikasi Interpersonal terhadap Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Ilmlu Komunikasi UIN Sumatera Utara. *ALGEBRA : JURNAL PENDIDIKAN, SOSIAL DAN SAINS*, *I*(4), 8.

NapoleonCat. (2026). *Instagram users in Indonesia - May 2026*. NapoleonCat. https://stats.napoleoncat.com/instagram-users-in-indonesia/2026/05/

Nikolova, I., & LaMarre, A. (2023). "If I Unfollow Them, It's Not a Dig at Them": A Narrative Analysis of Instagram Use in Eating Disorder Recovery. *Psychology of Women Quarterly*, *47*(3), 15. https://doi.org/10.1177/03616843231166378



Salma, A., & Amalia, S. P. (2025). Analisis Symbolic Interactionism Mead terhadap Identitas Daring Nadhifa Allya Tsana Di Media Sosial Instagram @ntsana. *Procedia of Social Sciences and Humanities*, *8*(OIIF), 9.

Tiwow, C., Biasane, A. N., Paramita, G., & Syahiruddin. (2024). Efektivitas Komunikasi Nonverbal dalam Pengembangan Bisnis Global: Tantangan dan Peluang di Era Globalisasi. *Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research*, *8*(4), 12. https://doi.org/10.52362/jisamar.v8i4.1507

Wahyuni, I. N., Mukhroman, I., & Kurniawati, N. K. (2025). Transformasi Interaksi Sosial : Dampak Media Sosial terhadap Pola Komunikasi Interpersonal Mahasiswa di Era Digital. *Jurnal of Scientific Communication*, *7*(1), 16.

Wilda, R., Airin, & Oktaviani, S. (2025). Fenomena Unfollow di Media Sosial (Analisis Perspektif Teori Pertukaran Sosial dalam Komunikasi Interpersonal). *Imtiyaz: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, *2*(1), 6.