

Cinta Diam-Diam di Era Society 5.0: Dia Aktif Menyukai Status, Tapi Pasif Menyatakan - Perspektif Etika dan Perasaan dalam Islam

Dandi Dandi^{1*}, Andi Anirah² & Erniati Erniati³

¹Magister Pendidikan Agama Islam

^{2,3}Universitas Islam Negeri Datokarama Palu

Penulis korespondensi: Dandi, E-mail: dandidandipai2@gmail.com

INFORMASI INFORMASI	ABSTRAK
Volume: 5 ISSN: 2962-7257	Perkembangan teknologi di era Society 5.0 telah mengubah pola interaksi sosial manusia, termasuk dalam mengekspresikan perasaan melalui media sosial. Fenomena cinta diam-diam yang ditunjukkan melalui aktivitas seperti menyukai unggahan, melihat story secara terus-menerus, dan memberi perhatian tanpa menyatakan perasaan secara langsung menjadi salah satu bentuk interaksi yang banyak terjadi di kalangan generasi muda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fenomena cinta diam-diam di era Society 5.0 serta mengkaji perspektif etika dan perasaan dalam Islam terhadap interaksi tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara terhadap mahasiswa Universitas Islam Negeri Datokarama Palu pengguna media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial menjadi sarana utama dalam mengekspresikan ketertarikan secara tidak langsung karena dianggap lebih aman dan mengurangi risiko penolakan. Namun, interaksi tersebut sering menimbulkan hubungan yang ambigu, harapan sepihak, overthinking, dan ketidakstabilan emosional. Dalam perspektif Islam, perasaan cinta merupakan fitrah manusia yang harus dikelola dengan baik melalui menjaga hati (hifdzul qalb), menjaga interaksi, serta memiliki kejelasan niat dalam hubungan. Selain itu, etika digital menjadi hal penting agar penggunaan media sosial tidak menimbulkan fitnah, permainan perasaan, maupun harapan palsu. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran moral dan tanggung jawab dalam mengekspresikan perasaan di era digital agar interaksi yang terjalin tetap sesuai dengan nilai-nilai Islam.
KATAKUNCI cinta diam-diam, media sosial, Society 5.0, etika Islam, perasaan, etika digital.	

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi di era Society 5.0 telah mengubah cara manusia berinteraksi, termasuk dalam mengekspresikan perasaan (Musdalifa, et al., 2025). Media sosial kini menjadi ruang baru untuk menunjukkan ketertarikan terhadap seseorang, seperti melalui like, komentar, atau melihat story secara terus-menerus (Bawafi, et al, 2025). Fenomena ini dikenal sebagai “cinta diam-diam”, yaitu ketika seseorang aktif memberi perhatian di media sosial tetapi pasif dalam mengungkapkan perasaannya secara langsung (Amanah Mugi Pangestu, 2025). Fenomena tersebut sering menimbulkan ketidakjelasan hubungan dan harapan sepihak. Banyak orang merasa lebih aman memendam perasaan karena takut ditolak atau malu mengungkapkan cinta. Namun, sikap ini dapat memicu overthinking dan ketidakstabilan emosional jika terus dibiarkan tanpa arah yang jelas. Dalam perspektif Islam, cinta merupakan fitrah manusia yang tidak dilarang, tetapi harus dikelola dengan baik sesuai ajaran agama. Islam mengajarkan pentingnya menjaga hati, menjaga interaksi, serta menghindari permainan

**Mahasiswa Program Studi MPI Pascasarjana UIN Datokarama Palu. Makalah dipresentasikan pada Seminar Nasional Kajian Islam dan Integrasi Ilmu di Era Society 5.0 (KIIIES 5.0) ke-5 pada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Datokarama Palu sebagai Presenter.*

perasaan yang dapat menimbulkan fitnah. Jika perasaan tersebut serius, maka Islam menganjurkan jalan yang jelas dan bertanggung jawab, seperti melalui ta'aruf (Abdul Fikri Ginting, et. Al. 2025). Oleh karena itu, di era digital saat ini diperlukan etika dalam menggunakan media sosial agar perasaan tidak hanya menjadi konsumsi emosional semata, tetapi juga diarahkan pada tujuan yang baik dan sesuai dengan nilai-nilai Islam.

2. Tinjauan Pustaka

2.1 Konsep cinta diam-diam

Cinta diam-diam merupakan kondisi ketika seseorang memiliki perasaan suka atau cinta terhadap orang lain, namun tidak mengungkapkannya secara langsung. Perasaan tersebut biasanya hanya disimpan dalam hati atau ditunjukkan melalui sikap tertentu. Di era digital, bentuk cinta diam-diam mengalami perubahan karena media sosial menjadi sarana baru dalam mengekspresikan perhatian. Aktivitas seperti menyukai unggahan, melihat story secara rutin, atau memberikan reaksi tertentu menjadi simbol ketertarikan tanpa adanya pernyataan yang jelas. Fenomena ini muncul karena adanya rasa takut terhadap penolakan, rasa malu, atau ketidaksiapan emosional untuk menyatakan perasaan secara langsung. Akibatnya, hubungan yang terbentuk sering kali bersifat ambigu dan tidak memiliki kepastian.

2.2 Society 5.0 dan Perubahan Interaksi Sosial

Society 5.0 merupakan konsep masyarakat modern yang mengintegrasikan teknologi digital dengan kehidupan manusia. Konsep ini pertama kali diperkenalkan di Jepang sebagai bentuk perkembangan dari revolusi industri 4.0 (Habib Maulana Amran Fauzi, 2025). Dalam Society 5.0, teknologi seperti internet, media sosial, dan kecerdasan buatan digunakan untuk mempermudah aktivitas manusia, termasuk dalam komunikasi sosial. Perkembangan teknologi tersebut menyebabkan perubahan pola interaksi manusia. Komunikasi yang sebelumnya dilakukan secara langsung kini lebih banyak dilakukan melalui media digital. Hubungan sosial menjadi lebih cepat dan praktis, tetapi di sisi lain juga dapat mengurangi kedalaman komunikasi emosional. Dalam konteks hubungan perasaan, media sosial sering digunakan sebagai sarana untuk menunjukkan perhatian secara tidak langsung tanpa keberanian membangun komunikasi yang jelas.

2.3 Media Sosial sebagai Ruang Ekspresi Perasaan

Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan individu untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan mengekspresikan diri. Kehadiran media sosial memberikan kemudahan bagi seseorang untuk menunjukkan perhatian kepada orang lain melalui fitur like, komentar, pesan singkat, maupun story. Dalam kajian komunikasi digital, interaksi melalui media sosial sering dipahami sebagai bentuk komunikasi simbolik. Tindakan sederhana seperti menyukai unggahan dapat dimaknai sebagai bentuk perhatian atau ketertarikan emosional. Namun, komunikasi yang hanya berbasis simbol sering menimbulkan multitafsir karena tidak disertai kejelasan niat dan tujuan. Selain itu, penggunaan media sosial secara berlebihan dalam hubungan perasaan dapat memunculkan perilaku seperti stalking, overthinking, dan ketergantungan emosional. Oleh karena itu, penggunaan media sosial memerlukan kontrol diri dan etika agar tidak menimbulkan dampak negatif.

2.4 Perspektif Islam tentang Perasaan Cinta

Dalam Islam, cinta merupakan fitrah yang Allah tanamkan dalam diri manusia (Ulfiana Amaliah Hafidhinillah, 2026). Perasaan cinta tidak dilarang selama diarahkan pada hal-hal yang baik dan sesuai syariat. Islam memandang bahwa cinta harus dibangun atas dasar tanggung jawab, kejelasan niat, dan menjaga kehormatan diri. Islam juga mengajarkan konsep menjaga hati (hifdzul qalb), yaitu menjaga diri dari perasaan yang berlebihan dan hubungan yang tidak jelas. Selain itu, laki-laki dan perempuan diperintahkan untuk menjaga pandangan dan interaksi agar terhindar dari fitnah. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya adab dan etika dalam hubungan sosial. Jika perasaan cinta bersifat serius, Islam menganjurkan jalan yang halal dan terhormat, seperti ta'aruf dan pernikahan. Sebaliknya, hubungan yang hanya dipenuhi ketidakjelasan dan permainan perasaan tidak dianjurkan karena dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

2.5 Etika Digital dalam Islam

Etika digital merupakan aturan moral dalam menggunakan teknologi dan media sosial. Dalam Islam, penggunaan media digital tetap harus memperhatikan nilai-nilai akhlak, kejujuran, dan tanggung jawab. Interaksi di media sosial tidak boleh

menjadi sarana untuk menimbulkan fitnah, memberi harapan palsu, atau mempermainkan perasaan orang lain. Islam mengajarkan bahwa setiap tindakan manusia, termasuk aktivitas di media sosial, akan dipertanggungjawabkan di hadapan Allah. Oleh karena itu, seseorang harus bijak dalam mengekspresikan perasaan di ruang digital. Sikap menjaga batas interaksi, mengontrol diri, dan mengedepankan niat baik menjadi bagian penting dalam etika digital menurut perspektif Islam.

3. Metodologi

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif (Pandiangan 2025). Pendekatan ini digunakan untuk memahami fenomena cinta diam-diam di era Society 5.0 serta mengkaji bagaimana perspektif etika dan perasaan dalam Islam terhadap interaksi di media sosial. Penelitian difokuskan pada perilaku sosial masyarakat digital, khususnya generasi muda dalam menggunakan media sosial sebagai sarana mengekspresikan perasaan. Lokasi penelitian dilakukan pada lingkungan kampus mahasiswa Universitas Islam Negeri Datokarama Palu pengguna media sosial, terutama pada interaksi digital yang berkaitan dengan ekspresi perasaan seperti aktivitas menyukai unggahan, melihat story, dan komunikasi tidak langsung di platform media sosial. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara terhadap fenomena yang berkembang di media digital mahasiswa. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif, yaitu dengan mengkaji dan menginterpretasikan data yang diperoleh kemudian menghubungkannya dengan konsep etika dan ajaran Islam. Data dianalisis secara sistematis untuk memperoleh pemahaman mengenai hubungan antara penggunaan media sosial, ekspresi perasaan, dan nilai-nilai etika dalam Islam.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1 Fenomena Cinta Diam-Diam di Era Society 5.0

Berdasarkan hasil observasi di lingkungan mahasiswa Universitas Islam Negeri Datokarama Palu, ditemukan bahwa media sosial menjadi sarana utama dalam mengekspresikan perasaan terhadap seseorang. Bentuk perhatian yang ditunjukkan umumnya berupa menyukai unggahan, melihat story secara rutin, memberikan reaksi, hingga memantau aktivitas media sosial seseorang tanpa melakukan komunikasi secara langsung. Hasil wawancara dengan salah satu mahasiswa Khairunnisa jurusan MPAl mengungkapkan bahwa: "Saya lebih sering menunjukkan rasa suka lewat like dan lihat story terus, karena kalau langsung mengungkapkan takut ditolak dan malu." Sejalan dengan hasil wawancara tersebut, mahasiswa lain yang bernama Allifia Sri Cahyani juga menyampaikan bahwa: "Kadang lebih nyaman memberi perhatian lewat media sosial daripada berbicara langsung, karena terasa lebih aman dan tidak terlalu memalukan." Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa perkembangan media sosial di era Society 5.0 telah mengubah cara mahasiswa mengekspresikan perasaan. Perhatian tidak lagi dominan disampaikan secara langsung, melainkan melalui simbol-simbol digital yang dianggap lebih aman dan mudah dilakukan. Namun demikian, hasil observasi juga menunjukkan bahwa interaksi digital yang dilakukan secara terus-menerus sering menimbulkan hubungan yang tidak jelas. Sebagian mahasiswa merasa dekat secara emosional hanya karena intensitas interaksi di media sosial, padahal belum terdapat komunikasi yang serius dan jelas mengenai hubungan tersebut.

4.2 Sikap Pasif dalam Mengungkapkan Perasaan

Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa sebagian mahasiswa memilih bersikap pasif dalam menyatakan perasaan karena dipengaruhi rasa takut ditolak, kurang percaya diri, dan khawatir terhadap respon orang yang disukai. Salah satu informan yang bernama Moh. Zen Skiara menyatakan bahwa: "Saya sebenarnya suka, tapi belum berani bilang langsung. Takut kalau dia tidak suka balik, jadi cukup kasih perhatian lewat media sosial saja." Mahasiswa lain yang bernama Annisa Rahma juga mengungkapkan: "Kadang terlalu sering lihat story dan menunggu dia upload sesuatu. Kalau dia tidak aktif, saya malah kepikiran sendiri." Hasil observasi menunjukkan bahwa perilaku tersebut menyebabkan sebagian mahasiswa mengalami overthinking dan harapan sepihak. Interaksi yang hanya dilakukan melalui media sosial sering menimbulkan ketidakpastian dalam hubungan sehingga memengaruhi kondisi emosional individu. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi tersebut dapat dipahami bahwa sikap "aktif menyukai tetapi pasif menyatakan" menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara perasaan dan keberanian untuk bertanggung jawab terhadap perasaan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan dalam mengelola emosi dan perasaan secara sehat agar tidak menimbulkan dampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain.

4.2 Perspektif Islam terhadap Ekspresi Perasaan

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa, diketahui bahwa mereka memahami bahwa perasaan cinta merupakan hal yang wajar dalam Islam, namun tetap harus dijaga sesuai dengan nilai-nilai agama. Salah satu mahasiswa yang bernama Salwa menyampaikan bahwa: “Islam tidak melarang suka sama seseorang, tapi harus tetap menjaga batas dan jangan berlebihan di media sosial.” Selain itu, mahasiswa lain yang bernama Besse Tenri Ulang mengatakan: “Kalau memang serius, sebaiknya ada kejelasan. Jangan hanya memberi harapan lewat like atau perhatian terus-menerus.” Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menyadari pentingnya menjaga interaksi antara laki-laki dan perempuan di media sosial agar tidak menimbulkan fitnah maupun permainan perasaan. Mereka menilai bahwa perhatian yang diberikan tanpa kejelasan niat dapat menyebabkan hubungan menjadi tidak sehat secara emosional. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa perspektif Islam menekankan pentingnya menjaga hati (hifdzul qalb), menjaga interaksi, serta memiliki kejelasan niat dalam hubungan perasaan. Jika perasaan tersebut serius, maka Islam menganjurkan jalan yang baik dan terhormat seperti ta’aruf.

4.2 Etika Digital dalam Menyikapi Perasaan

Hasil observasi menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tidak terkontrol dapat memicu perilaku berlebihan seperti stalking, terlalu sering memantau aktivitas seseorang, dan memberi perhatian secara intens tanpa tujuan yang jelas. Salah satu informan yang bernama Hariya mengungkapkan bahwa: “Kadang orang terlalu berlebihan kasih perhatian di media sosial, tapi tidak punya niat jelas. Itu bisa bikin orang lain salah paham.” Mahasiswa lain yang bernama Nur Dhiva Rhezinita juga mengatakan: “Menurut saya, kalau memang tidak serius lebih baik jangan terlalu intens memberi perhatian supaya tidak memberi harapan palsu.” Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa etika digital sangat penting dalam interaksi di media sosial. Dalam perspektif Islam, etika digital tidak hanya berkaitan dengan sopan santun dalam berkomunikasi, tetapi juga tanggung jawab moral terhadap perasaan orang lain. Dengan demikian, era Society 5.0 menuntut mahasiswa untuk tidak hanya cerdas menggunakan teknologi, tetapi juga bijak dalam menjaga etika dan perasaan. Media sosial seharusnya menjadi sarana komunikasi yang membawa kebaikan dan bukan menjadi ruang untuk mempermainkan perasaan atau membangun hubungan yang tidak jelas.

5. Kesimpulan

Perkembangan teknologi di era Society 5.0 telah mengubah cara seseorang mengekspresikan perasaan, terutama melalui media sosial. Fenomena cinta diam-diam yang ditunjukkan melalui aktivitas seperti menyukai unggahan, melihat story, dan memberi perhatian secara tidak langsung menjadi bentuk interaksi yang umum di kalangan generasi muda. Namun, perilaku tersebut sering menimbulkan hubungan yang tidak jelas, harapan sepihak, serta dampak emosional seperti overthinking dan kecemasan karena tidak adanya kepastian dalam hubungan. Dalam perspektif Islam, perasaan cinta merupakan fitrah manusia yang harus dikelola dengan bijak dan bertanggung jawab. Islam mengajarkan pentingnya menjaga hati, menjaga interaksi, serta menghindari tindakan yang dapat menimbulkan fitnah dan permainan perasaan. Oleh karena itu, penggunaan media sosial harus disertai etika digital dan kejelasan niat agar interaksi yang terjalin tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Jika perasaan tersebut serius, maka Islam menganjurkan jalan yang baik dan terhormat seperti ta’aruf sebagai bentuk tanggung jawab terhadap perasaan tersebut.

Referensi

- Musdalifa, Tuyan, P. C., Wa Ode, O.K., Yuni, R., Toni, M. (2025). Dampak Perkembangan Digital Terhadap Perubahan Psikologis Remaja Di Era Society 5. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 3(1), 2025 : 24-27.
- Saputra, B.T., Nur, H. S., Muhammad, F., Muhammad, R., Rifki, A. A. R. (2025). Dinamika Komunikasi Remaja di Media Sosial: Studi Sosiologi Komunikasi Mengenai Pembentukan Identitas dan Relasi Sosial, *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(3), 2025 : 780-787.
- Pangestu, A. M. (2025). Analisis Adaptasi Visual terhadap Pemaknaan Pembaca Umum (Studi Kasus Novel dan Film Dilan 1990), Skripsi, Program Studi Tadris Bahasa Indonesia, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN), 2025.

- Ginting, A. F., Amran, P. S., Lahmuddin, L., 2025. Peran Kecerdasan Emosional Berbasis Nilai-Nilai Islam dalam Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi, *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 10(2), 2025: 350-360.
- Fauzi, H. M. A.(2025). Sinergi Manusia, Teknologi, dan Masyarakat dalam Era Revolusi Industri 4.0 dan Society 5.0, *Jurnal Inovasi dan Kajian Multidisipliner kontemporer*, 1(2), 2025: 1-10.
- Ulfiana Amaliah Hafiidhinillah(2026). Cinta Dan Hawa Nafsu Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tasir Mauḍū'ī), *Journal of Ulumul Quran and Tafsir Studies*, 5(1), 2026: 40-51.
- Pandiangan, Dela Fahiran, and Meyniar Albina. 2025. "Model Dan Tahapan Penelitian Kuantitatif : Pendekatan Teoretis Dan Praktis Dalam Kajian Pendidikan." *Urnal Pendidikan Islam IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam* 3 (3): 724–30.