

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Seiring berkembangnya teknologi, komunikasi tidak hanya dapat dilakukan melalui pertemuan secara langsung, tetapi juga dapat dilakukan melalui penggunaan internet pada media sosial. Berdasarkan survei yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018 menyebutkan pengguna aktif internet mencapai 171 juta pengguna atau sekitar 64% dari pengguna aktif. Dengan maraknya penggunaan internet terutama pada media sosial yang juga berfungsi untuk membangun jaringan sosial sehingga semakin hari semakin banyak digunakan. Menurut data Kementerian Komunikasi dan Informasi (2019) menunjukkan bahwa terdapat kategori jejaring media sosial yang terpoluler di Indonesia yaitu *facebook* dengan 65 juta pengguna, *twitter* 19,5 juta pengguna, *google+* 3,4 juta pengguna, *linkedin* 1 juta pengguna, dan *Instagram* 63 juta pengguna.

Berdasarkan data dari *We Are Social* (2018), perlu diketahui bahwa 130 juta orang pengguna internet di Indonesia dan 49% merupakan pengguna aktif media sosial. Dari data tersebut diketahui pengguna aktif media sosial mengalami peningkatan sebesar 23% setiap tahunnya. Situs media sosial yang memiliki peringkat tertinggi di Indonesia saat ini adalah *whatsapp*, *facebook*, *Instagram*, dan *line*. Rata-rata orang Indonesia menggunakan media sosial tiap harinya yaitu sekitar 8 jam 51 menit. Dari data survei tersebut, diketahui juga usia para pengguna media sosial, dua di antaranya yang tertinggi adalah 13-17 tahun berjumlah 23 juta orang dan usia 18-24 tahun berjumlah 45 juta orang. Dapat diketahui dari rentang usia tersebut pengguna aktif media sosial paling

banyak adalah di usia remaja hingga usia dewasa awal. Situs media sosial terus berkembang dan bervariasi setiap tahunnya sehingga saat ini banyak aplikasi media sosial yang beragam di masyarakat.

Seperti yang sudah dipaparkan di atas pengguna media sosial saat ini tidak terbatas pada orang dewasa saja, tetapi juga usia dewasa awal, remaja hingga anak-anak. Saat ini banyak media sosial yang membuat seseorang dapat berbagi pengalaman pribadinya kapan saja, seperti berbagi kegiatan serta perasaannya di media sosial. Keinginan untuk memiliki hubungan dengan orang lain ini pada umumnya sangat besar ketika manusia berada pada tahap perkembangan remaja hingga memasuki masa dewasa awal (Papalia dkk, 2007). Mahasiswa termasuk pada usia dewasa awal yang aktif menggunakan media sosial. Individu pada masa dewasa awal seperti mahasiswa, umumnya menggunakan media sosial selain untuk berkomunikasi dengan orang lain, juga menggunakan media sosial sebagai tempat pencarian informasi, eksistensi diri, aktualisasi diri dan lain sebagainya. Pada masa sekarang ini dalam kalangan mahasiswa sudah sangat marak penggunaan media sosial dalam berkomunikasi kepada orang-orang terdekatnya maupun kepada orang lain. Seperti penelitian yang dilakukan Gross & Acquisti (2005) mengatakan bahwa dalam penelitian mereka lebih dari 4000 mahasiswa yang menggunakan media sosial mengungkapkan informasi pribadi yang akurat tentang profil mereka walaupun dengan sedikit kekhawatiran bahwa informasi yang mereka ungkapkan akan disalahgunakan. Mahasiswa aktif menggunakan media sosialnya untuk *upload* foto, video, *chatting*, dan berbalas komentar, dan sebagainya. Penggunaan media sosial biasanya dilakukan dengan hal-hal positif untuk pengungkapan diri, namun tidak jarang juga penggunaan media sosial pada saat ini digunakan untuk hal-hal negatif seperti berkomentar negatif, penyebaran konten-konten negatif, hingga terdapat kasus *bullying* melalui media sosial.

Fenomena penggunaan jejaring sosial saat ini adalah kecenderungan untuk menginformasikan segala hal tentang diri kepada semua orang

(Kusumaningtyas, 2010). Seperti halnya pengungkapan diri saat ini yang dahulu hanya dilakukan secara verbal, bertatap muka dan membicarakan hal-hal yang bersifat pribadi saja, namun kini bentuk pengungkapan diri juga dilakukan dalam konteks *online* pada media sosial yang dilakukan secara non verbal tanpa bertatap muka secara langsung. Individu dapat meluapkan emosinya, seperti rasa bahagia, marah, dan kekesalan (Ningsih, 2015). Individu mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain melalui *platform* yang berbeda-beda, hal inilah yang disebut perilaku *self disclosure* atau pengungkapan diri melalui media sosial.

Ningsih mengatakan dalam penelitian yang dilakukannya bahwa media sosial mengizinkan penggunanya untuk mengunggah foto pribadi, berbagi informasi pribadi, upload foto, video, *chatting*, dan komentar (Ningsih, 2015). Media sosial yang terpopuler di kalangan saat ini adalah Instagram. Melalui Instagram individu dapat mudah mencari informasi tentang orang lain. Pada media sosial Instagram individu dapat berinteraksi dengan orang lain untuk berbagi informasi, foto pribadi atau merekam video kegiatan sehari-hari untuk update di *feed* maupun *instastories*-nya. Fitur *stories* ini memudahkan setiap orang untuk membagikan foto atau video kegiatan pribadi dan orang lain dapat melihat serta merespon postingan yang berada dalam *instastories* tersebut. Hal tersebut merupakan bentuk dari pengungkapan diri di media sosial. Menurut penelitian yang dilakukan Prihatiningsih (2017) dapat disimpulkan bahwa Instagram adalah media sosial yang mampu memenuhi kebutuhan seseorang, yakni kebutuhan kognitif, afektif, integrasi pribadi, integrasi sosial dan berkhayal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Paramithasari (2013) pada remaja di kota Semarang, fenomena yang terjadi saat ini adalah pemanfaatan fitur jejaring sosial oleh remaja untuk mengumbar berbagai pendapat, pikiran, foto, dan video yang berisiko serta tidak pantas dimuat di ranah publik. Rendahnya kontrol diri diduga menjadi salah satu faktor munculnya fenomena tersebut walaupun pengaruhnya tidak terlalu signifikan.

Penelitian Arnus (2016) yang mewawancarai salah satu mahasiswa IAIN Kendari juga menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mendorong seseorang menuliskan status di *facebook* karena mereka merasa lebih lega dan tidak merasa malu mencurahkan perasaan mereka dibandingkan dengan cara *face to face*. *Facebook* juga sebagai ajang untuk menunjukkan eksistensi diri kepada teman-teman mereka. Sebagian besar topik-topik yang paling sering dibicarakan pada saat melakukan *self disclosure* dengan teman-teman *facebook* yang tidak dekat adalah hal-hal yang sifatnya basa-basi, akan tetapi apabila *self disclosure* dilakukan dengan teman *facebook* yang memiliki hubungan yang akrab, maka topik-topik yang dibicarakan dapat sampai kepada tahap menyatakan pendapat atau gagasan dengan melibatkan perasaan dan emosi.

Menurut Jourard (1971) *self disclosure* merupakan pembicaraan mengenai informasi diri yang diberitahukan kepada orang lain, sehingga orang lain dapat mengetahui apa yang dipikirkan, dirasakan dan diinginkan. Menurut Vogel & Weister (2005) *self disclosure* adalah sebuah proses dimana individu mengungkapkan pikiran, emosi, perilaku dan kepercayaan yang ada di dalam dirinya sendiri. Proses *self disclosure* ada dalam interaksi sosial antara individu satu dengan lainnya dengan mengungkapkan *feeling, values, expectations* dan *behavior*-nya yang dipengaruhi oleh relasi, sosial serta psikis seseorang (Greene & Derlega, 2003). Menurut penelitian yang dilakukan Prasetya (2016), pengungkapan diri dapat dipengaruhi oleh kematangan emosi remaja bahwa terdapat pengaruh positif antara tingkat kematangan emosi terhadap tingkat pengungkapan diri, yang berarti semakin tinggi tingkat kematangan emosi maka semakin tinggi juga tingkat pengungkapan diri pada individu. Selaras dengan penelitian tersebut, perilaku *self disclosure* juga mempunyai hubungan dengan kestabilan emosi. Menurut Utami (2018) yang mengemukakan bahwa adanya hubungan antara penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja. Artinya semakin sering menggunakan sosial media maka semakin rendah kestabilan emosi pada remaja.

Self disclosure merupakan pengungkapan informasi mengenai diri sendiri yang biasanya tidak ditemukan orang lain (Wood, 2013). Pengungkapan diri sangat penting dalam sebuah hubungan atau komunikasi karena dengan membuka diri, kita memudahkan orang lain untuk menilai kita dan kita bisa berbagi segala sesuatu yang kita rasakan dan kita alami. Ketika kita berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain, kita membutuhkan pengungkapan diri, agar hubungan semakin dekat. Menurut penelitian yang dilakukan Nugrahwati (2014) bahwa dukungan sosial teman sebaya juga dapat mempengaruhi pengungkapan diri, hal ini menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri seseorang, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi pula pengungkapan diri, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah pula pengungkapan diri. Menurut Ekasari (2013) dalam penelitiannya, *self disclosure* berkaitan dengan kualitas hidup seseorang, hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang melakukan pengungkapan diri dikarenakan oleh adanya keinginan untuk mencapai kualitas hidup sebaik-baiknya demi mencapai suatu hubungan sosial yang baik dengan orang lain melalui media sosial untuk saling berkomunikasi. Terdapat hasil yang menunjukkan bahwa faktor lingkungan juga mendominasi kualitas hidup dalam perilaku mengungkapkan diri (*in self-disclosing*).

Self disclosure memiliki manfaat positif yaitu juga sebagai sarana untuk mengurangi beban pikiran karena telah berbagi cerita dengan orang lain, untuk eksistensi diri, dapat mengenal diri sendiri dan sebagai pengungkapan rasa kasih sayang kepada orang lain (Gainau, 2009). Namun *self disclosure* dalam media sosial juga memiliki dampak negatif bila individu secara berlebihan membagikan informasi pribadinya, misalnya pencurian data untuk mendapatkan keuntungan pribadi dengan melakukan manipulasi akun media sosial hingga dapat memicu kejahatan. Dampak negatif selanjutnya yang menjadi persoalan utama bila melakukan *self disclosure* ketika terlalu terbuka

kepada siapapun di media sosial sehingga orang asing dapat melihat informasi pribadi seperti alamat rumah, nomor telepon, sekolah, dan yang lainnya. Menurut Kompas.com (2012) menyebutkan pada tahun 2012 terdapat 27 dari 129 remaja dilaporkan hilang kepada Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia yang diyakini telah diculik setelah bertemu penculiknya di Instagram.

Di sisi lain pengungkapan diri di media sosial dilakukan karena memang merasa ingin diakui dan diperhatikan oleh lingkungannya atas pandangan orang lain terhadap dirinya. Akibat interaksi tersebut maka akan timbul penilaian-penilaian terhadap diri remaja. Penilaian-penilaian terhadap diri remaja berkaitan dengan harga diri. Harga diri (*self esteem*) merupakan keseluruhan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri baik positif maupun negatif (Sarwono & Meinarno, 2015). Harga diri adalah ukuran seberapa berharganya diri sendiri, bila harga diri tinggi maka orang tersebut akan positif dalam menilai dirinya sendiri. Sebaliknya bila harga diri rendah orang tersebut akan menganggap dirinya buruk (DeVito, 2015). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmadina (2019), menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari *self esteem* terhadap perilaku *self disclosure* pada media sosial *Instagram*. Individu dengan tingkat *self esteem* yang tinggi melihat dirinya secara positif, memiliki pandangan yang positif mengenai lingkungannya, maupun kemampuannya dalam menghadapi dan mengatasi permasalahan hidup sehingga individu tersebut mampu mengontrol pengungkapan dirinya di media sosial dengan sikap yang positif.

Mafarazi (2017) menyebutkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *self disclosure* yaitu strategi *coping* dan harga diri. Penelitian ini membahas tentang aktivitas remaja di jejaring sosial *online* yang dipengaruhi oleh sifat dasar remaja yang berusaha ingin dinilai positif oleh orang lain, hal ini menemukan bahwa pada aspek *self disclosure* atau pengungkapan diri banyaknya fenomena remaja saat ini yang berani mengungkapkan dirinya secara detail kehidupannya dengan mengungkapkan

kebenciannya, kekesalan, kesenangan, motivasi seakan-akan remaja tidak memikirkan dampak dari pengungkapan diri mereka di jejaring sosial *online*. Hasil penelitian Utomo (2019) mengungkapkan adanya hubungan *self esteem* dengan *self disclosure* pada siswa pengguna Instagram SMAN 1 Gedangan yang menunjukkan bahwa remaja menggunakan Instagram sebagai media pengungkapan diri, menjadikan mereka berada pada situasi yang dirasa sebagai bentuk evaluasi diri terhadap apa yang telah mereka informasikan kepada publik. Mereka merasa bahwa dengan memberikan informasi diri di Instagram menjadikan mereka eksis serta mendapatkan *feedback* berupa komentar dari orang lain yang membawa perasaan dihargai atau sekedar mengetahui perasaan orang lain tentang keberadaannya. Konsep ini sesuai dengan definisi harga diri.

Fenomena seseorang mengungkapkan diri dapat dikaitkan dengan harga diri yang dimilikinya. Seseorang dengan harga diri rendah merasa rendah diri, sering memilih tujuan yang tidak realistis, pesimis, dan selalu negatif pada masa lalu (Taylor dkk, 2012). Sehingga seseorang dengan harga diri rendah memiliki intensitas yang cukup tinggi dalam melakukan pengungkapan diri serta cenderung melakukannya dengan bentuk yang negatif di media sosial untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Hasil penelitian Dhani (2015) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki tingkat harga diri rendah cenderung sering meng-*update* status negatif, memberikan komentar negatif, serta menjelaskan kecenderungan mereka yang tinggi untuk memperbaharui status mereka mengenai pencapaian mereka.

Sebaliknya, seseorang dengan harga diri tinggi cenderung memiliki pemahaman yang jelas, tujuan yang jelas, wawasan yang luas, dan menikmati pengalaman yang positif (Taylor dkk, 2012). Sehingga intensitasnya dalam melakukan pengungkapan diri di media sosial rendah serta melakukannya dengan bentuk yang cenderung positif.

Individu dengan harga diri yang tinggi lebih mampu mengenali diri

sekaligus mampu menerima setiap hal yang ada pada dirinya, dan memiliki motivasi untuk mengembangkan perubahan ke arah positif. Individu dengan harga diri yang tinggi, cenderung merasa bahagia, aman, mampu menahan diri, tenang, dan memiliki pikiran yang jernih dalam mengatasi masalah yang terjadi (Yusuf, 2008). Hal-hal tersebut dikarenakan seorang individu menerima diri dan hidupnya secara lebih positif sehingga lebih jarang mengungkapkan dirinya agar orang lain dapat menerima dan menghargai dirinya. Sebaliknya, individu dengan harga diri yang rendah cenderung memandang apa yang ada pada dirinya sebagai suatu tuntutan yang menyebabkan individu harus memperhatikan perilaku sosialnya untuk dapat dihargai orang lain. Individu juga memberi pandangan negatif terhadap diri sendiri dan membiarkan pikiran tentang kelemahan-kelemahan dalam diri sendiri mendominasi perasaannya, hal ini menghambat individu untuk berkembang ke arah yang lebih positif. Individu menjadi cenderung lebih memilih untuk sering melakukan pengungkapan diri kepada orang lain sehingga tidak merasa terasing, dicintai, dan dihargai terhadap dirinya (Sandha dkk, 2012). Individu juga menjadi mudah *stress* ketika memiliki *self esteem* yang rendah karena tidak mampu mencapai sesuatu yang diinginkan dan harus mencapai penerimaan orang lain.

Selain faktor di atas, faktor demografis seperti usia dan jenis kelamin juga berpengaruh terhadap pengungkapan diri seseorang di media sosial. Menurut Valkenburg & Schouten (2005), usia remaja awal cenderung lebih sering mengungkapkan dirinya dibandingkan dengan remaja akhir, dikarenakan remaja awal masih bermain dengan identitas dirinya. Sedangkan menurut Christofides yang mengungkapkan bahwa remaja lebih sering mengungkapkan diri dibandingkan dengan usia dewasa (Christofides dkk, 2012). Selain itu jenis kelamin juga mempengaruhi seseorang dalam mengungkapkan dirinya di media sosial. Menurut Special & Libarber (2011) laki-laki mengungkapkan informasi yang lebih mendasar seperti pekerjaan dan pendidikan. Sedangkan perempuan lebih mengungkapkan tentang informasi yang bersifat pribadi seperti perasaan

dan keinginannya.

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa harga diri memiliki hubungan dengan pengungkapan diri dan bahkan dapat berpengaruh signifikan terhadap pengungkapan diri. Berdasarkan fenomena dan pemaparan hal-hal tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tentang pengaruh harga diri terhadap pengungkapan diri. Sebagai perkembangan dari penelitian sebelumnya dan mengingat bahwa setiap orang saat ini secara *intens* menggunakan media sosial Instagram terutama pada mahasiswa. Dengan demikian judul penelitian ini adalah **“Pengaruh Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Mahasiswa Pada Media Sosial Instagram”**

1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dijabarkan tersebut, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *self disclosure* pada media sosial Instagram?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *self esteem* dengan perilaku *self disclosure* mahasiswa pengguna media sosial Instagram?
3. Seberapa besar pengaruh *self esteem* dengan perilaku *self disclosure* mahasiswa pengguna media sosial Instagram?

1.3. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah dipaparkan di atas, maka penulis merasa perlu untuk melakukan pembatasan masalah yang berkaitan dengan penelitian. Hal ini dilakukan agar pengkajian dalam penelitian ini tidak terlampaui jauh terhadap apa yang akan disimpulkan. Oleh karena itu

permasalahan penelitian ini akan dibatasi pada pengaruh harga diri terhadap pengungkapan diri mahasiswa pada media sosial Instagram.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "apakah terdapat pengaruh harga diri terhadap pengungkapan diri mahasiswa pada media sosial Instagram?".

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh harga diri terhadap pengungkapan diri mahasiswa pengguna media sosial Instagram.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan literatur terhadap kajian ilmu psikologi sosial dan psikologi komunikasi, khususnya pada pengungkapan diri beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan referensi atau data tambahan untuk penelitian mengenai pengungkapan diri dimasa selanjutnya.

1.6.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan masukan bagi subjek agar bisa menumbuhkan harga diri yang baik serta mengembangkan keterampilan interpersonal yang positif di media sosial khususnya dalam hal pengungkapan diri.