

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Fenomena tentang pengungkapan diri atau yang sekarang disebut “*spill*” atau “*speak up*” di media sosial kini semakin sering dilakukan oleh masyarakat. Fenomena seperti “*spill the tea*” yang dimana menjadi sebuah wadah bagi seseorang yang pernah menjadi korban dalam tindakan buruk tetapi takut untuk mengungkapkan (Mile, 2020). Namun tidak semua orang berani mengungkap diri di sosial media. Seperti Selena Gomez dan Cardi B, karena terus menerus menerima kata-kata agresif dari masyarakat melalui sosial media, membuat mereka menutup diri dengan cara menonaktifkan media sosial yang dimilikinya (Malik, 2019).

Jika individu melakukan penutupan atau penyembunyian diri secara terus menerus dari orang lain, maka hal tersebut dapat dikatakan sudah menjadi tahap selanjutnya dari penutupan diri. Dalam sudut pandang psikologi, perilaku tersebut dapat dikatakan sebagai *self-concealment* (Larson & Chastain, 1990).

Self-concealment merupakan tindakan penyembunyian diri dari orang lain, individu menyembunyikan hal-hal bersifat pribadi dari orang lain. Zhou dkk. (dalam Alguzo, 2023) mendefinisikan *self-concealment* atau penyembunyian diri sebagai kecenderungan psikologis di mana seorang individu bersembunyi dari orang lain. Individu menyembunyikan detail pribadi, pengalaman negatif, dan penderitaan yang mereka temui. Hal tersebut membuat individu merasa tidak bahagia atau tidak nyaman, dan itu dianggap sebagai sifat kepribadian yang bertahan lama.

Berdasarkan wawancara dengan subjek G dan S, subjek melakukan perilaku *self-concealment* untuk menutupi pengalaman negatif yang pernah dialami. Perilaku *self-concealment* ini dilakukan karena subjek tidak membagikan pengalaman negatif ke orang lain dengan alasan karena takut mengganggu orang lain, takut mendapatkan reaksi yang berbeda dengan ekspektasi subjek, takut disebut *overreacting/oversharing*, dan takut hal tersebut menjadi candaan bagi orang lain.

Self-concealment berbeda dan bukan hanya sekedar dengan pengungkapan diri yang rendah. Hal ini didukung oleh pernyataan Fisher (dalam Friedlander dkk., 2012) menyembunyikan diri itu adalah seseorang yang menyembunyikan informasi yang bersifat menyusahkan, sedangkan pengungkapan diri yang rendah, seseorang hanya tidak secara sukarela memberikan informasi yang bersifat pribadi.

Self-concealment dapat terjadi karena beberapa faktor. Menurut Larson dkk., (2015), kondisi yang dimana individu terkena stigma, dan informasi pribadi negatif atau menyusahkan lainnya, intensitas yang lebih besar dari pengalaman ini dapat meningkatkan motivasi seseorang untuk melakukan *self-concealment*. Selain itu individu dengan *insecure attachment* (hubungan terikat tidak aman merujuk pada pola hubungan antara anak kecil dengan pengasuh utama mereka, yang dapat mempengaruhi cara mereka membentuk hubungan interpersonal di masa dewasa) dan individu yang terlalu sensitif terhadap evaluasi dari orang lain, cenderung untuk menyembunyikan diri.

Self-concealment dapat berdampak beberapa hal yang bersifat negatif kepada individu. Penyembunyian diri atau *self-concealment* telah terbukti berkorelasi dengan kecemasan, gejala depresi, tekanan psikologis, gejala fisik, dan berbanding terbalik dengan dukungan sosial dan kemauan untuk menggunakan layanan psikologis (Friedlander dkk., 2012). *Self-concealment* juga hal penting untuk diperhatikan, karena tidak berbagi informasi yang bersifat menyusahkan telah ditemukan menghambat penyesuaian psikologis, kesehatan fisik, dan proses penyembuhan (misal pemulihan pasca trauma psikologis) (Cepeda-Benito & Short, 1998).

Self-concealment atau menyembunyikan diri memiliki tiga bentuk, yaitu kecenderungan untuk menyimpan informasi untuk dirinya sendiri, penolakan untuk berbagi rahasia yang tidak menyenangkan atau pribadi, dan ketakutan tentang pengungkapan informasi pribadi yang disimpan secara diam-diam (Zhang dkk., 2022) Individu menolak membagikan informasi yang tidak menyenangkan yang bersifat traumatis, seperti pelecehan, kekerasan, dan pengalaman negatif lainnya (D'Agata & Holden, 2018). Jadi dapat dikatakan individu cenderung menyembunyikan informasi tentang pengalaman negatif yang bersifat menyakitkan dan traumatis.

Salah satu pengalaman negatif yang bersifat menyakitkan dan traumatis adalah *cyberbullying*. Menurut Patchin dan Hinduja (2010), target *cyberbullying* mengalami rasa sakit yang nyata (secara psikologis, emosional, atau relasional). Menurut Rahayu (dalam Kumala & Sukmawati, 2020), seseorang yang menjadi korban *cyberbullying* biasanya memiliki masalah sebelumnya dengan pelaku. Korban *cyberbullying* lebih memiliki perasaan tidak aman yang tinggi, karena *cyberbullying* dapat dilakukan setiap saat (LeBlanc, dalam Sari & Suryanto, 2016). *Cyberbullying* ini membuat individu merasa terisolasi secara sosial (Navarro dkk., 2016), sehingga individu cenderung merasa susah dalam membuka diri. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa bahwa tiga dari empat korban *cyberbullying* yang diobservasi dan wawancara, mengalami penurunan dalam keterbukaan diri/*self-disclosure* setelah terdampak *cyberbullying*, sehingga mereka lebih cenderung lebih memilih untuk menutup diri dari lingkungannya (Sari, 2017).

Cyberbullying merupakan sebuah bentuk baru dari *bullying*, hal ini dilakukan dengan perangkat elektronik atau media sosial. Semakin meningkatnya penggunaan perangkat elektronik dan media sosial, peristiwa *cyberbullying* pun cenderung mengalami peningkatan (Saripah & Pratita, 2018). Perangkat elektronik yang dimaksud seperti pesan instan, email, ruang obrolan, situs web, *game online*, situs jejaring sosial, dan pesan teks (Kowalski & Limber, 2013).

Cyberbullying adalah perilaku agresif atau berbahaya yang terjadi melalui teknologi elektronik seperti internet atau ponsel, dilakukan dengan sengaja dan berulang (Patchin & Hinduja, 2010). Terdapat bentuk-bentuk *cyberbullying* seperti mengirim kalimat frontal dan penuh amarah, kalimat mengganggu, mengumbar keburukan untuk menjatuhkan reputasi, dan menyebarluaskan hal pribadi korban (Willard, dalam Saripah & Pratita, 2018).

Fenomena *cyberbullying* ini sering terjadi pada individu remaja, namun individu dewasa pun tidak terlepas dari masalah ini. Wang dkk., (2019) dalam penelitiannya menemukan bahwa, dewasa muda (18-25 tahun) mengalami tingkat *cyberbullying* tertinggi (selama jangka waktu seumur hidup dan bulan lalu), tetapi *cyberbullying* seumur hidup dilaporkan oleh kelompok usia yang lebih tua, termasuk mereka yang berusia 26-35 tahun (24 persen). Penelitian-penelitian

tersebut dapat membuktikan bahwa individu dewasa juga mengalami *cyberbullying*.

Individu yang mengalami *cyberbullying* memiliki dampak dari berbagai aspek. Dampak fisik yang dialami korban seperti, sakit kepala, gangguan makan, dll. Dampak psikologis seperti kecemasan, stres, dan gejala depresi. Dampak psikososial seperti, individu merasa terisolasi dan cenderung menyendiri, pengucilan, sampai penolakan sosial (Navarro dkk., 2016).

Salah satu contoh dari beberapa korban yang terkena dampak *cyberbullying* adalah Sulli, penyanyi asal Korea yang terdampak dari fenomena *cyberbullying* yang berujung berdampak terhadap kesehatan mentalnya, sehingga penyanyi ini akhirnya memutuskan untuk mengakhiri hidupnya karena depresi (Wahyuningsih, 2022). Selain itu penyanyi dari Indonesia yang bernama Via Vallen, menjadi korban *cyberbullying* dan sempat berpikiran untuk mengakhiri hidupnya karena kalimat-kalimat negatif yang diberikan masyarakat melalui media sosial (Mandegani, 2020).

Self-esteem pada diri individu merupakan salah satu faktor yang dapat meredam dampak negatif dari *cyberbullying*, atau dapat disebut sebagai *protective factor*. Menurut Rosenberg (1965), *self-esteem* merupakan sikap positif atau negatif seseorang terhadap diri sendiri dan evaluasi seseorang terhadap pikiran dan perasaannya sendiri secara keseluruhan dalam kaitannya dengan diri sendiri. *Self-esteem* ini sendiri terbentuk dari hasil hubungan antara individu dengan lingkungan sekitarnya, yang meliputi penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya atau sikap yang berbanding terbalik dengan itu (Rochmach, dalam Salsabila dkk., 2022).

Menurut Brekler dkk., individu dengan *self-esteem* yang tinggi menilai secara positif dirinya sendiri dan merasa bermanfaat untuk orang lain. Individu yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung negatif dalam menilai dirinya sendiri dan merasa tidak berharga sehingga memiliki kepercayaan diri yang rendah (dalam Salsabila dkk., 2022). Jadi *self-esteem* pada individu sangat berperan penting dalam bagaimana individu memandang dan menilai positif dirinya.

Pribadi yang memiliki *self-esteem* tinggi mampu menunjukkan dalam hal pengungkapan diri. Hal ini didukung oleh penelitian yang dijalankan oleh (Santi

dan Damariswara, 2017), yang menyatakan bahwa individu dengan *self-esteem* yang tinggi lebih bersikap terbuka, mampu berempati, bersikap positif dalam proses komunikasinya. Selain itu terdapat juga penelitian yang mengungkapkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi juga pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu itu sendiri (Kristanti & Eva, 2022; Prawesti & Dewi, 2016).

Individu yang menjadi korban *cyberbullying* cenderung memiliki risiko masalah kesehatan mental yang lebih kecil ketika memiliki *self-esteem* yang tinggi. Hal ini dapat diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Liu dkk., (2021), dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *self-esteem* yang tinggi merupakan faktor pelindung bagi kesehatan fisik dan mental.

Self-esteem yang tinggi dapat menyebabkan kesehatan mental yang lebih baik, sementara *self-esteem* yang buruk dikaitkan dengan berbagai macam gangguan mental. *Self-esteem* dianggap sebagai inti dan konsekuensi dari kesehatan mental. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi dapat memandang dirinya dari sudut pandang yang positif dan cenderung lebih percaya diri dan optimis (Liu dkk., 2021).

Cyberbullying memiliki dampak bagi kesehatan mental individu, salah satunya adalah kecenderungan penutupan diri. *Self-esteem* yang tinggi dapat menjadi *protective factor* yang meredam dampak *cyberbullying*, sehingga individu cenderung memiliki risiko masalah kesehatan mental yang lebih kecil ketika memiliki *self-esteem* yang tinggi. Dampak psikologis *cyberbullying* diredam oleh *self-esteem* yang tinggi, sehingga korban tidak melakukan penutupan diri yang terus menerus atau *self-concealment*.

Berdasarkan latar belakang dan penelitian-penelitian sebelumnya, maka peneliti menyimpulkan bahwa *cyberbullying* dapat berdampak pada penutupan diri seseorang, namun dampak tersebut dapat diredam oleh *self-esteem* yang tinggi, sehingga individu tidak sampai tahap *self-concealment*. Penelitian-penelitian sebelumnya hanya fokus meneliti hubungan antara *cyberbullying* dengan *self-disclosure*, jarang yang meneliti tentang *self-concealment*. Maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Cyberbullying* Terhadap *Self-Concealment* Yang Dimoderasi Oleh *Self-Esteem* Pada Korban *Cyberbullying*”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka teridentifikasi beberapa masalah, antara lain:

- Fenomena *cyberbullying* yang dapat mendampaki kesehatan psikologis seseorang, salah satunya self-disclosure rendah sehingga individu cenderung menutup diri, bahkan sampai menyembunyikan diri atau *self-concealment*.
- *Self-esteem* yang tinggi berperan penting dalam bagaimana individu memandang positif dirinya sendiri dalam lingkungan sosial.
- *Self-esteem* dapat berperan sebagai perlindungan diri yang lebih dari dampak psikologis, terutama korban *cyberbullying*, jadi dapat dikatakan individu yang mempunyai *self-esteem* tinggi mengurangi individu untuk melakukan *self-concealment*.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti menentukan batasan masalah terkait penelitian yang dilakukan. Pembatasan masalah dibatasi pada pengaruh *cyberbullying* terhadap perilaku *self-concealment* yang dimoderasi oleh *self-esteem* pada individu dewasa yang menjadi korban.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh *cyberbullying* terhadap *self-concealment* yang dimoderasi oleh *self-esteem* pada korban *cyberbullying*?”.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi apakah terdapat pengaruh *cyberbullying* terhadap *self-concealment* yang dimoderasi oleh *self-esteem* pada korban *cyberbullying*.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangsih dalam ilmu psikologi terkait *self-esteem* dan terutama *self-concealment* yang dimana masih jarang untuk diteliti.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti tentang pengaruh *cyberbullying*, *self-esteem*, dan perilaku *self-concealment* pada seseorang.

1.6.2.2 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan masyarakat tentang seberapa besar dampak *cyberbullying* bagi korban, sehingga diharapkan dapat mengurangi *cyberbullying* di masyarakat.

