

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Media sosial telah menjadi platform yang diminati untuk mengembangkan diri, interaksi sosial, bergabung dalam komunitas, peningkatan kompetensi, dan merangsang kreativitas individu (Hidayat, 2023). Platform digital tersebut juga mempermudah individu untuk melakukan pertukaran atau pencarian informasi karena dinilai efektif dan cepat (Damayanti dkk., 2023). Saat ini, penggunaan media sosial sudah menjadi hal yang biasa dalam kehidupan sehari-hari banyak orang. Data dari We Are Social (2025) menunjukkan bahwa penggunaan platform sosial di Indonesia mengalami kenaikan lagi pada tahun ini. Total jumlah pengguna platform sosial tercatat meningkat sebesar 26% dibandingkan tahun sebelumnya, mencapai 180 juta, yang setara dengan 62,9% dari keseluruhan populasi. Namun salah satu media sosial yang paling diminati adalah Instagram.

Dilansir dari data We Are Social (2025), Instagram menjadi media sosial urutan ketiga yang paling sering digunakan. Dilansir dari NapoleonCat pada bulan Februari 2026, terdapat 121.039.800 pengguna Instagram di Indonesia, yang mewakili sekitar 42,3% dari seluruh populasi. Pengguna terbanyak berasal dari kelompok usia 25 hingga 34 tahun dengan total sekitar 46.800.000 pengguna. Selain itu, perbedaan pengguna berdasarkan jenis kelamin paling jelas terlihat pada kelompok usia 18 hingga 24 tahun, di mana pengguna perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki dengan selisih sekitar 19.000.000 orang. Hasil ini mengindikasikan bahwa kelompok usia dewasa awal adalah kelompok yang dominan dalam penggunaan Instagram di Indonesia.

Instagram merupakan salah satu platform media sosial yang banyak digunakan oleh individu sebagai sarana untuk berbagi informasi dalam berbagai bentuk. Platform ini menawarkan banyak fitur, seperti fitur kamera, fitur edit, fitur *caption*, fitur *tag* dan *hashtag*, fitur *highlight*, fitur Instagram *shopping*, fitur Instagram *story*, fitur *direct message*, fitur *live* Instagram dan banyak lagi (Abidin & Soegiarto, 2021). Dengan adanya berbagai fitur, hal tersebut memungkinkan

individu untuk mengekspresikan emosi, perasaan, dan pikiran di Instagram. Instagram dimanfaatkan oleh penggunanya sebagai wadah untuk berbagi cerita mengenai pengalaman, menyampaikan pandangan, memberikan respons, bahkan mengekspresikan perasaan kepada publik tanpa perlu melakukan pertemuan secara tatap muka (Nurul et al., 2023). Tidak hanya itu, orang lain yang menyaksikan atau melihat post dalam bentuk *feeds* atau *video* dapat memberikan feedback dalam bentuk *like* ataupun *comment*. Instagram tidak hanya sebagai media komunikasi, Instagram juga menjadi media bagi individu untuk melakukan pengungkapan diri atau *self-disclosure*.

Pengguna Instagram cenderung ingin menunjukkan sisi terbaiknya di Instagram melalui postingan *feed* atau *story*. Hal ini membuat mereka ingin terlihat sempurna di mata orang lain berdasarkan apa yang mereka unggah. Penampilan juga menjadi salah satu aspek penting yang orang gunakan dalam membandingkan dirinya dengan orang lain di sosial media (Sutrisnawati et al., 2024). Sehingga, muncul dilema bagi seseorang untuk melakukan *self-disclosure* pada akun utama Instagram miliknya. Dari untuk menangani masalah ini, ada salah satu fenomena yang menarik di Instagram, yaitu pembuatan akun kedua atau *second account*.

Berbeda dengan *first account* yang biasanya menunjukkan citra yang terkontrol dan estetik, *second account* menjadi ruang yang privat dan personal. *Second account* adalah akun lain yang dimiliki oleh pengguna akun yang biasanya bersifat tertutup bahkan anonim serta pseudonim. Sebagai aplikasi visual yang interaktif, Instagram juga menjadi ruang yang dinamis sehingga berperan dalam membentuk identitas digital yang lebih kompleks (Aulia dkk., 2025). Keberadaan *second account* memungkinkan pengguna untuk memiliki identitas atau kepribadian lain, di mana pengguna merasa lebih bebas mengunggah konten yang secara subjektif tidak ingin diperlihatkan kepada publik. Secara tidak langsung, kondisi ini mendorong individu untuk lebih bebas dalam melakukan *self-disclosure* di *second account*.

Second account juga berfungsi sebagai *safe place* bagi individu dalam mengekspresikan dirinya. Biasanya pemilik akun mengunggah banyak hal, mulai dari emosi, dalam bentuk kebahagiaan maupun kesedihan, serta tanpa perlu menjaga citra seperti di *first account* (Anggiraksa dkk., 2025). Pada umumnya,

audiens di *second account* sudah diseleksi berdasarkan tingkat kedekatan pengguna akun dengan *followers*. Hal tersebut membuat individu lebih bebas dan nyaman untuk mencurahkan isi hatinya, *venting*, sehingga ini juga menjadi strategi *coping* terhadap apa yang dirasakan oleh individu. Secara tidak langsung, rasa aman dan nyaman yang timbul mengurangi kekhawatiran individu untuk mendapatkan penilaian negatif dari orang lain (Anggiraksa dkk., 2025). Akhirnya, *second account* menjadi sarana bagi individu untuk menunjukkan diri yang berbeda dari *first account* yang mengakibatkan ada kesenjangan antara *real self* dan *public self*. Jika dikaitkan dengan konsep diri, hal ini dapat berpengaruh pada kesejahteraan psikologis seseorang baik dalam konteks positif maupun negatif, tergantung dari bagaimana individu menerima diri mereka sendiri (Calhoun & Acocella, 1990 dalam Felita et al., 2016), serta meningkatkan kecenderungan *oversharing* (Salma dkk., 2024).

Fenomena tersebut dapat dijelaskan melalui teori Dramaturgi dari Erving Goffman dalam penelitian Mokos (2025), individu seperti memainkan dua peran yang berbeda dari masing-masing akun Instagram yang dimiliki, yaitu *first account* sebagai *front stage* dan *second account* sebagai *backstage*. Dalam konsep tersebut, *front stage* pada *second account* berfungsi sebagai ruang di mana pengguna menampilkan identitas yang sudah diseleksi berdasarkan audiens mereka percaya. Di sisi lain, *back stage* yang pada *second account* hadir dalam bentuk interaksi yang lebih privat menjadi ruang bagi pengguna untuk melepaskan peran (*de-role*) dan menunjukkan sisi diri yang tidak mereka tampilkan di akun utama (Mokos, 2025). Karena audiens di *back stage* dipersepsikan sebagai tempat yang lebih aman dan tidak menghakimi, tuntutan untuk terus-menerus mengelola kesan (*impression management*) pun jauh berkurang. Akibatnya, *venting* di *back stage* inilah yang kemudian memperkuat persepsi *second account* sebagai *safe place*, sehingga meningkatkan kecenderungan pengguna untuk *oversharing* di *second account*.

Oversharing (Gould, 2008 dalam Agger, 2012) adalah istilah untuk menggambarkan tindakan mengungkapkan informasi tentang diri sendiri secara berlebihan. Selain itu, *oversharing* diidentifikasi sebagai salah satu bentuk penggunaan media sosial yang bermasalah dan cukup sering muncul di kalangan pengguna (Radovic et al., 2017, dalam Shabahang, 2022). Tidak menutup

kemungkinan bahwa secara tidak sadar, banyak orang melakukan *oversharing*. Berbagi informasi secara berlebihan mengacu pada “terlalu murah hati dalam berbagi informasi tentang kehidupan pribadi seseorang atau kehidupan pribadi orang lain” (Persson, 2012 dalam Shabahang, 2022), termasuk “berbagi informasi terkini dengan frekuensi tinggi atau terlalu banyak informasi pribadi” (Radovic et al., 2017).

Oversharing dapat berbentuk tulisan, curhatan, foto pribadi (Anggiraksa et al., 2025), lalu memposting bagaimana seseorang menyimpan uang, posting makanan sehari-hari adalah contoh *oversharing* (Seidman, 2015). Bentuk-bentuk *oversharing* yang dijelaskan terlihat dekat dengan fenomena sehari-hari di *second account*. Menurut Pawitri (2023), ciri-ciri *oversharing* adalah sebagai berikut: kecenderungan membagikan informasi pribadi secara berlebihan dan melakukan unggahan secara impulsif di media sosial. Selain itu, individu juga cenderung langsung membagikan pengalaman yang sedang dialami, baik peristiwa menyenangkan maupun tidak menyenangkan, melalui *second account* (Sinik dkk., 2024). Perilaku ini juga dapat terlihat dari ketidaknyamanan terhadap situasi hening sehingga individu mengisinya dengan cerita pribadi, adanya kecenderungan mencari simpati dari orang lain, membahas berbagai topik tanpa batasan yang jelas, kurang memperhatikan privasi serta perasaan orang lain, hingga pada akhirnya banyak orang mengetahui berbagai aspek kehidupan pribadinya. (Sinik dkk., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Gultom (2024) menyebutkan bahwa *oversharing* di media sosial dapat merupakan bentuk *coping* yang mampu mengurangi tekanan emosional. *Oversharing* dipandang sebagai cara yang digunakan individu untuk menjaga keseimbangan psikologis, terutama ketika komunikasi secara langsung dirasakan sulit atau melelahkan. Dari penelitian yang dilakukan oleh Restu & Triyono (2025) mengemukakan bahwa *oversharing* yang terjadi di penelitian tersebut diimbangi dengan kesadaran privasi yang tinggi, sehingga pada akhirnya *oversharing* di *second account* tidak selalu didasari oleh tindakan ceroboh. Selain itu, respons emosional setelah melakukan *oversharing* juga menjadi temuan yang penting. Seluruh informan menyatakan bahwa mereka merasa lebih lega, tenang, dan terbebas dari tekanan setelah mengungkapkan keluh kesah melalui *second account* (Restu & Triyono, 2025). Penelitian yang dilakukan

oleh Siti Alpiyah (2023) dengan judul *Oversharing: The Urgency of Privacy in the Digital Era* menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya *oversharing*. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa saat ini, alasan orang melakukan *oversharing* adalah untuk mendapatkan perhatian yang dianggap penting dalam dunia daring (Alpiyah dkk., 2023). Berdasarkan beberapa penelitian yang dibahas, *oversharing* dapat dilihat dari dua sisi baik positif maupun negatif. Di satu sisi, *oversharing* menjadi bentuk coping yang baik untuk individu, namun di sisi yang lain *oversharing* akan menjadi buruk saat sudah menjadi kebiasaan, ketergantungan, dan mencari validasi dan ingin dianggap penting.

Oversharing di media sosial berkaitan dengan kebutuhan psikologis individu untuk mendapatkan perhatian, kasih sayang, serta dukungan sosial. Namun, di sisi lain, perilaku ini juga berpotensi menimbulkan risiko terhadap kehidupan pribadi seseorang. *Oversharing* yang bersifat pribadi sering kali terjadi ketika individu sedang di rumah, seperti membagikan lokasi tempat tinggal, aktivitas bersama teman, hingga momen berpacaran. Tidak sedikit pengguna yang mengunggah foto-foto pribadi yang sebenarnya kurang pantas untuk dipublikasikan di media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya pemahaman dalam penggunaan media sosial kerap membuka peluang bagi pihak tertentu untuk melakukan berbagai bentuk kekerasan ataupun *cyberbullying* (Bunga dkk., 2022).

Keberadaan *second account* Instagram yang awalnya dimanfaatkan sebagai ruang aman (*safe space*) untuk mengekspresikan diri justru berpotensi memunculkan perilaku *oversharing*. Pengguna *second account* pada umumnya merasa lebih bebas dalam mengungkapkan berbagai pengalaman pribadi, emosi, maupun keluhan karena akun tersebut umumnya hanya diikuti oleh orang-orang yang dianggap dekat dan dapat dipercaya. Kondisi ini membuat individu lebih leluasa melakukan pengungkapan diri dibandingkan pada *first account* yang lebih berorientasi pada pengelolaan citra diri. Namun, kebebasan berekspresi tersebut sering kali mendorong individu untuk membagikan informasi pribadi secara berlebihan hingga mengarah pada perilaku *oversharing*. Anggiraksa dkk. (2025) menemukan bahwa pengguna *second account* kerap mengunggah curahan hati, masalah pribadi, serta berbagai emosi secara berlebihan karena merasa aman dari penilaian sosial. Meskipun *second account* dipersepsikan sebagai ruang yang aman,

pengguna tetap berpotensi memperoleh penilaian negatif dari audiensnya, seperti dianggap berlebihan, mencari perhatian, atau kurang menjaga privasi. Meskipun pengikut pada *second account* telah diseleksi, tidak menutup kemungkinan bahwa informasi pribadi yang dibagikan dapat tersebar kepada pihak lain di lingkup kecil tersebut, sehingga berpotensi memengaruhi citra diri individu melalui penilaian dan perspektif orang lain. Maka dari itu, fenomena *oversharing* pada *second account* menjadi permasalahan karena adanya kecenderungan pengguna untuk menurunkan batasan privasi akibat rasa aman (*safe place*) yang mereka rasakan dalam lingkungan yang terseleksi, yang berpotensi memengaruhi citra diri individu apabila informasi pribadi yang tidak diinginkan tersebar kepada pihak di luar lingkaran tersebut.

Selain itu, peneliti juga melakukan studi pendahuluan untuk mendeskripsikan fenomena *second account* serta *oversharing* pada 30 orang dewasa awal berusia antara 18 hingga 40 tahun. Survei menunjukkan bahwa 63,3% responden menggunakan *second account* Instagram untuk curhat/mengekspresikan perasaan, 30% responden menggunakannya untuk berbagi cerita masalah pribadi lewat, serta 60% responden juga memilih aktivitas *Spam* (mengunggah foto, *story*, atau *reels random* dalam frekuensi yang banyak) sebagai alasan memiliki *second account*. Selain itu, mayoritas responden merasa lebih nyaman menggunakan *second account* dibandingkan akun utama karena pengikut yang lebih terbatas dan terdiri dari orang-orang yang dianggap dekat atau dapat dipercaya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden menggunakan *second account* sebagai alat untuk mengekspresikan diri lebih bebas dibandingkan di *first account*.

Kemudian, survei juga dilakukan untuk melihat fenomena *oversharing* pada *second account*. Hasil menunjukkan bahwa 43,3% responden merasa bahwa dirinya melakukan *oversharing* di *second account*, 43,3% merasa tidak melakukan *oversharing*, dan 13,3% sisa responden mengatakan bahwa mereka mungkin melakukan *oversharing*. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa *oversharing* dipahami secara subjektif. Bagi setiap individu, definisi *oversharing* mereka ada di standar dan batasan yang berbeda. Kesimpulannya, fenomena *oversharing* pada *second account* nyata dan terjadi pada sebagian besar responden.

Akun utama menjadi representasi diri yang asli sebagai persona yang ditampilkan tanpa menunjukkan sisi lain dari apa yang terlihat. Individu yang memiliki multiple account terlihat tidak bebas dan leluasa untuk menggunakan *first account* miliknya untuk melakukan hal yang biasanya dilakukan dalam bermedia sosial di Instagram. Media berita [langgam.id](https://www.langgam.id) (2024) menyatakan bahwa *first account* bertujuan sebagai *personal branding* dan menunjukkan kesan yang baik. Namun, dirinya tidak ingin seluruh *followers* pada *first account* mengetahui seperti apa kepribadian dan identitas asli yang dimiliki oleh pemilik akun. Hal ini menjadi alasan mengapa dirinya memerlukan space dimana hanya orang terdekat dan dipercaya untuk melihat sisi lain dari dirinya. Salah satu hal yang membuat orang akhirnya dapat melakukan *oversharing* pada adalah *interpersonal trust*.

Pengguna *second account* Instagram biasanya beranggapan bahwa para pengikutnya merupakan orang-orang yang dapat diandalkan dan dipercayai. Hal ini menimbulkan rasa aman membagikan informasi terkait dirinya, karena individu merasa apa yang mereka bagikan tidak akan menyebar di luar kelompok tersebut. Rasa aman ini kemudian berkembang menjadi *interpersonal trust*, yaitu keyakinan bahwa orang-orang dalam *second account* tidak akan menyalahgunakan informasi pribadi yang dibagikan. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Carter (dalam Konradus, 2013) menunjukkan bahwa setiap individu cenderung menyampaikan informasi yang dimilikinya hanya kepada orang-orang yang telah ia percayai, dengan harapan terjalinnya kepercayaan bersama dan tidak menyebarluaskan informasi tersebut. Ketika tingkat kepercayaan ini semakin tinggi, individu cenderung menurunkan batasan dalam mengontrol informasi diri, sehingga menjadi lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, pengalaman, maupun masalah pribadi. Pada situasi tertentu, *self-disclosure* tersebut bisa beralih menjadi *self-disclosure* yang berlebihan (*oversharing*), karena orang merasa tidak menghadapi risiko sosial yang signifikan dari informasi yang dibagikannya.

Interpersonal Trust merupakan pondasi penting untuk membangun kualitas hubungan sosial, baik dalam hubungan pertemanan, relasi romantis, maupun interaksi di lingkungan. Dalam membangun *interpersonal trust*, Zhang (2021) mengemukakan bahwa diperlukan adanya kesediaan untuk percaya, penilaian terhadap orang lain, serta adanya kerentanan. Kepercayaan dan kerentanan ini

membuat individu percaya untuk mengekspresikan emosi, pandangan sosial, dan kehidupan pribadinya tanpa rasa takut akan penilaian atau penyebaran informasi yang tidak diinginkan. Dalam penelitian Zhang (2021), *interpersonal trust* terjadi karena akibat dari interaksi antara 2 faktor yang saling berkaitan, yaitu *other-focused trust* dan *prospensity to trust*. *Other focused trust* merupakan penilaian terhadap sejauh mana orang lain dapat dipercaya, sedangkan *prospensity to trust* merupakan kecenderungan pribadi yang dimiliki individu untuk memberikan kepercayaan kepada orang lain, yang dipengaruhi rasa aman dalam diri, kepribadian, serta harga diri individu. *Interpersonal trust* menjadi kunci yang memungkinkan individu untuk terbuka mengenai dirinya secara lebih intim sehingga menjadi pemicu munculnya *oversharing*, karena akun tersebut sudah menjadi *safe space* bagi dirinya dan ia mengetahui bahwa orang-orang yang masuk ke *second account* tersebut adalah orang-orang yang aman bagi dirinya. Pentingnya kepercayaan antarpribadi dalam *self-disclosure* antara pengguna Instagram dengan audiens di *second account* juga dijelaskan oleh Andrian et al. (2022).

Apabila individu memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi, ia akan berada pada kondisi *acceptance* atau penerimaan sehingga lebih mampu mengungkapkan spekulasi, gagasan, perasaan, maupun reaksinya. Sebaliknya, apabila tingkat kepercayaan individu rendah, kondisi *acceptance* belum tercapai sehingga individu cenderung mengalami kesulitan dalam menyampaikan spekulasi, gagasan, perasaan, maupun reaksinya (Andriani et al., 2019). Dua kondisi ini saling terikat karena kondisi *acceptance* harus tercapai dalam munculnya *oversharing*. Oleh karena itu, *interpersonal trust* mendorong adanya rasa aman bagi individu sehingga *self-disclosure* menjadi berlebihan dan mempengaruhi munculnya *oversharing*.

Rasa percaya terhadap audiensnya membuat mereka lebih bebas dalam melakukan *oversharing* secara terbuka. Namun, perlu ditekankan bahwa *oversharing* ini bukan hanya dipengaruhi oleh *interpersonal trust*, tetapi juga melalui kemampuan *self-control* individu. Hal ini terlihat dari salah satu ciri *oversharing*, yaitu kecenderungan melakukan unggahan secara impulsif sebuah tindakan yang dilakukan tanpa pertimbangan matang terhadap konsekuensinya. Sifat impulsif menjadi titik penghubung penting secara konseptual, yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan impulsif (impuls) merupakan

inti dari konsep *self-control* itu sendiri (Arifin & Milla, 2020). Kasus Troye Sivan menunjukkan bagaimana rendahnya *self-control* dapat memicu *oversharing*. Ia sempat membuka akses *finsta* (*second account*) kepada publik selama sehari, sehingga konten pribadinya tersebar luas melalui *screenshoot* sebelum akun tersebut dikunci kembali. Kasus ini menggambarkan bahwa keputusan impulsif dalam membagikan informasi di media sosial dapat menimbulkan konsekuensi yang sulit dikendalikan.

Hal ini menunjukkan bahwa fungsi *self-control* disini adalah mengatur impuls. *Oversharing* sering dikaitkan sebagai perilaku yang impulsif. Maka dari itu, *self-control* berperan untuk menentukan apakah memang pada akhirnya terjadi *oversharing* itu melewati proses pertimbangan yang matang atau hanya mengikuti dorongan emosional yang cenderung impulsif. *Self-control* merupakan salah satu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur perilakunya, mengendalikan dorongan yang bersifat irasional, serta menahan impuls sesaat tanpa menimbulkan dampak yang merugikan bagi diri sendiri maupun orang lain (Nurul et al., 2023).

Dalam area yang disebut *safe space*, kecenderungan individu untuk lebih impulsif bisa meningkat karena individu merasa hanya ada sedikit tekanan sosial. Gottfredson dan Hirschi (1990, dalam Haykal & Milla, 2020) berpendapat bahwa kemampuan mengendalikan impuls merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku kriminal dan menyimpang. Mereka menjelaskan bahwa individu dengan tingkat *self-control* yang rendah cenderung kesulitan menahan dorongan untuk bertindak menyimpang, karena tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari perilaku tersebut. Sebaliknya, individu dengan *self-control* yang tinggi mampu mengendalikan impuls, karena mereka menyadari bahwa tindakan impulsif dapat membawa dampak merugikan di masa depan. Inti dari konsep *self control* adalah kemampuan untuk mengatur atau mengubah reaksi dalam diri sendiri, serta menghentikan kebiasaan buruk dan menahan diri untuk tidak melakukannya. Dari sudut pandang ini, *self-control* seharusnya membantu menciptakan berbagai efek baik dalam hidup (Tangney, 2004). Dalam konteks *second account*, *oversharing* dapat dipandang sebagai perilaku yang merugikan, sejalan dengan dampak buruk dari *oversharing* yang telah dibahas, seperti penyalahgunaan data, kekerasan *online*, dan penyalahgunaan

informasi. Hal ini menunjukkan bahwa fungsi *self-control* pada individu membantu mereka untuk menahan perilaku keterbukaan diri yang terlalu impulsif. Maka dari itu, ketika *self-control* tidak cukup kuat untuk menahan dorongan emosional untuk melakukan *self-disclosure* yang impulsif, *oversharing* dapat terjadi.

Secara teori, *interpersonal trust* diperkirakan berperan sebagai faktor pendorong yang membuat individu merasa aman untuk mengungkapkan diri secara lebih terbuka, sedangkan *self-control* berfungsi sebagai mekanisme pengendali impulsivitas dalam melakukan keterbukaan berlebihan (*oversharing*). Dalam konteks *second account* yang dipersepsikan sebagai ruang aman, tingginya kepercayaan terhadap audiens dapat meningkatkan kecenderungan *oversharing*, terutama ketika tidak diimbangi dengan kemampuan *self-control* yang memadai.

Namun demikian, masih terdapat celah penelitian yang belum banyak dieksplorasi, khususnya dalam mengkaji hubungan antara *interpersonal trust* dan *self-control* secara simultan terhadap *oversharing* pada konteks penggunaan *second account* Instagram. Selain itu, penelitian mengenai *oversharing* di media sosial telah banyak dilakukan, baik dari sisi fungsinya sebagai *coping* dan strategi emosional yang adaptif (Restu & Triyono, 2025), maupun dari sisi risikonya terhadap privasi dan keamanan individu terkait informasi yang diberikan, serta kaitannya dengan faktor depresi (Anggiraksa, 2025).

Berdasarkan jabaran di atas, terdapat dua perspektif *oversharing*, yaitu *oversharing* dengan dampak negatif dan dampak positif. *Oversharing* di *second account* memiliki karakteristik unik sebagai ruang yang dianggap aman (*safe space*), yang berpotensi meningkatkan *oversharing* yang didasari oleh *interpersonal trust* serta penyesuaian *self-control* akibat kondisi yang dianggap wajar secara sosial dan minimnya tekanan sosial. Tetapi, rasa aman ini pada berdasar pada sifat subjektif karena dunia media sosial ambigu dan tidak sepenuhnya dapat diprediksi. Contohnya konten yang dibagikan kepada *followers* yang sudah dipercaya tetap berpotensi untuk tersebar di luar dari *second account* (misalnya melalui *screenshot*) tanpa diketahui oleh pemilik akun, sehingga risiko objektif tetap ada meskipun secara subjektif tidak dipersepsikan demikian oleh pengguna yang merasa telah mengontrol audiensnya. Selain itu, risiko juga dapat disebabkan oleh pemilik akun itu sendiri, yaitu ketika tingkat impulsivitas yang

tidak dikendalikan oleh *self-control* mendorong penyebaran informasi oleh individu-individu yang telah dipercaya dalam *safe space* ini ke luar dari *safe space* tersebut, yang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap citra diri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *interpersonal trust* dan *self-control* terhadap *oversharing* pada individu dewasa awal pengguna *second account* Instagram.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Banyaknya pengguna Instagram di kalangan dewasa awal menggunakan aplikasi tersebut sebagai sarana dalam melakukan *self-disclosure* mengenai aktivitas sehari-hari.
- b. Penggunaan *second account* sebagai ruang aman (*safe space*) memungkinkan individu melakukan *self-disclosure* dengan lebih leluasa dibandingkan dengan *first account*.
- c. Persepsi bahwa *second account* merupakan ruang aman dan terbatas menimbulkan rasa nyaman dan aman dalam membagikan informasi pribadi.
- d. Rasa aman tersebut berkembang menjadi kepercayaan interpersonal (*interpersonal trust*) terhadap audiens, sehingga individu meyakini bahwa informasi yang dibagikan tidak akan disalahgunakan. Hal ini meningkatkan kecenderungan untuk melakukan *self-disclosure* yang berlebihan (*oversharing*)
- e. *Oversharing* di *second account* tidak hanya dipengaruhi oleh rasa aman dan kepercayaan, tetapi juga oleh kemampuan *self-control* individu dalam mengendalikan dorongan impulsif untuk melakukan *oversharing*
- f. Rendahnya *self-control* dapat menyebabkan individu lebih mudah melakukan *oversharing* tanpa mempertimbangkan risiko jangka panjang, seperti pelanggaran privasi atau penyalahgunaan informasi.
- g. *Oversharing* dapat berfungsi sebagai coping untuk mengurangi tekanan emosional, namun perilaku ini juga berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap keamanan, kesehatan mental, dan citra diri individu.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, penelitian ini hanya meneliti *oversharing* pada pengguna *second account* Instagram yang berusia dewasa awal. Variabel yang diteliti adalah *interpersonal trust* sebagai faktor yang memengaruhi rasa aman terhadap audiens, serta *self-control* sebagai kemampuan individu dalam menahan dorongan impulsif dalam melakukan *self disclosure* berlebihan (*oversharing*).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan melalui pertanyaan berikut. Apakah terdapat pengaruh *interpersonal trust* dan *self-control* secara simultan terhadap *oversharing* pada individu usia dewasa awal pengguna *second account* Instagram?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sebelumnya telah diuraikan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *interpersonal trust* dan *self-control* secara simultan terhadap *oversharing* pada individu usia dewasa awal pengguna *second account* Instagram

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang psikologi sosial, terutama yang berhubungan dengan perilaku coping dalam *self-disclosure* yang berujung *oversharing* di media sosial. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya studi tentang *oversharing* dengan meneliti peran *interpersonal trust* sebagai faktor yang menimbulkan rasa aman dalam interaksi sosial daring, serta *self-control* sebagai mekanisme untuk mengontrol dorongan impulsif individu dalam mengungkapkan diri.

1.6.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan masyarakat spesifik pada pengguna media sosial, khususnya *second account*. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran tentang kebiasaan *oversharing* serta pentingnya menetapkan batas dalam membagikan data pribadi di dunia digital, menjadi sumber informasi mengenai risiko dan dampak dari *oversharing*, sehingga individu dapat lebih bijak dalam menggunakan media sosial. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan serta bahan pertimbangan dalam meneliti topik serupa, terutama yang berkaitan dengan *interpersonal trust*, *self-control*, dan perilaku digital di media sosial.

