

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Beberapa tahun terakhir media sosial menjadi suatu wadah untuk mengekspresikan diri oleh berbagai kalangan mulai dari anak-anak, remaja hingga dewasa. Media sosial ialah suatu platform internet yang memungkinkan bagi individu untuk berbagi secara segera dan berkomunikasi secara terus menerus dengan komunitasnya (Valenza, 2014). Hadirnya media sosial ternyata menarik perhatian masyarakat dunia, terutama di Indonesia, hal ini terlihat dari jumlah pengguna internet yang terus meningkat. Menurut survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2021) awal tahun 2021, pengguna internet mencapai 202,6 juta jiwa. Jumlah ini meningkat sampai 15,5 % atau sekitar 27 juta jiwa dibandingkan pada tahun 2020 lalu. Hal ini juga dikarenakan kondisi Indonesia yang sedang dilanda pandemi Covid-19 dimana semua hal dikerjakan secara online dan banyaknya waktu luang untuk mengakses media sosial. Terdapat berbagai bentuk dari media sosial yaitu Facebook, Twitter, Line, Tiktok, Youtube, Snapchat, Pinterest, Reddit, Likedin, dan Instagram.

Pada penelitian ini penulis memfokuskan pada media sosial Instagram, Instagram berasal dari kata “insta” yg berarti “instan” seperti gambaran kamera polaroid yang lebih dikenal dengan sebutan “foto instan”, dan juga “gram” dari kata “telegram” yang memiliki cara kerja mengirimkan informasi kepada para penggunanya dengan cepat, sama halnya dengan instagram (Aditya, 2015). Di instagram para penggunanya dapat berbagi/memposting foto serta video ke dalam *feed* atau *instastory* dengan menggunakan berbagai filter yang telah disediakan oleh instagram. Unggahan tersebut dapat dibagikan secara publik

ataupun privasi. Pengguna instagram dapat menyukai postingan orang lain yang masuk ke berandanya, dan para pengguna juga dapat menjelajah konten pengguna lain melalui username IG atau hastag. Menurut data Napoleon Cat (2020) pada Januari-Mei di Indonesia pengguna instagram mencapai 69,2 juta atau sekitar 69.270.000 pengguna. Pencapaian itu terus meningkat dari bulan ke bulan dari platfrom berbagi foto ini.

Berdasarkan data Napoleon Cat (2020) tersebut dengan rata-rata rentang usia pengguna media sosial instagram adalah 18-24 tahun, kategori usia tersebut termasuk kedalam masa remaja akhir sampai masa dewasa awal. Dimana pada masa ini dalam perkembangannya individu masih melakukan eksplorasi diri, seperti ingin menjadi individu yang seperti apa, serta gaya hidup seperti apa yang mereka inginkan. Remaja menghabiskan waktu berjam-jam untuk menggunakan media sosial, entah itu untuk memposting foto, video, status, atau hanya sekedar melihat-lihat, berkomentar di akun temannya atau akun orang lain. Mahasiswa yang menggunakan instagram juga memiliki sesuatu yang ingin diperlihatkan kepada pengguna lain, seperti membagi foto pribadi, aktivitasnya selama seharian, serta pencapaian yang telah dia raih. Foto yang mereka bagikan dapat diedit dan ditambahkan kalimat atau *caption* di kolom yang telah di sediakan oleh instagram (Hasan & Wibowo, 2019). Namun ditengah kemudahannya dalam bertukar informasi, ternyata terlalu sering menggunakan instagram dapat menimbulkan permasalahan, salah satunya adalah timbulnya iri diantara penggunanya.

Rasa iri pada pengguna instagram disamaartikan dengan iri episodik, dimana rasa iri ini terjadi pada perbandingan yang spesifik, dialami oleh individu pada kondisi tertentu, seperti ketika melihat postingan orang lain di instagram. Iri dapat terbagi menjadi dua keadaan yang berbeda yaitu positif dan negatif, iri yang negatif adalah iri yang membuat individu berusaha untuk merusak keadaan atau kesenangan orang lain, sedangkan iri yang positif adalah iri yang membuat individu termotivasi untuk bergerak maju demi mendapatkan hal yang diinginkan.

Tentang rasa iri pada pengguna instagram diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Kesi, Hartati, dan Syaf (2019) yang menjelaskan bahwa rasa iri yang didapatkan dari penggunaan media sosial cenderung berdampak pada kondisi psikis individu, artinya iri menjadi faktor yang menurunkan kepuasan hidup dengan kecenderungan penilaian diri berdasarkan perbandingan yang mengarahkan individu pada kondisi negatif. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Krasnova, et.al (2013) bahwa emosi iri menjadi ancaman tersembunyi bagi kepuasan hidup pengguna media sosial.

Fenomena didukung oleh pernyataan Carash (2009) bahwa saat individu merasa iri, maka emosi tidak menyenangkan akan muncul. Pada awalnya individu akan melihat postingan orang lain dimedia sosial yang penggunanya cenderung memposting hal-hal menyenangkan saja (Hu, Manikonda, & Kambhampati, 2013). Alhasil iri yang terjadi di media sosial akibat individu merasa bahwa orang lain beruntung memiliki sesuatu yang dia inginkan tetapi tidak dapat dia miliki. Ketidakpuasan terhadap diri sendiri pun menjadikan seseorang merasa inferioritas. Sama halnya Seperti yang dilansir oleh media Kompas (Wahyunanda, 2019) terkait dengan rasa iri yang terjadi di media sosial bahwa terlalu sering mengakses media sosial instagram ternyata membuat penggunanya rentan akan rasa frustrasi dan mudah merasa iri terhadap orang lain, rasa iri tersebut muncul karena penggunanya sering membandingkan kehidupannya dengan orang lain dimedia sosial.

Berkaca dari fenomena, penulis menduga kecenderungan rasa iri yang timbul menjadi semakin tinggi disebabkan lingkup media sosial yang lebih luas membuat kesenjangan sosial. Menyebabkan para pengguna media sosial terpapar citra positif dan kebahagiaan dari teman-temannya yang lebih mapan. Mereka lalu merasa kurang percaya diri dengan dirinya sendiri. Keadaan seperti ini menimbulkan perasaan iri serta perasaan inferioritas, hal tersebut cenderung mengarah kepada iri yang bersifat negatif. Van de ven dkk (2012) mengemukakan bahwa iri negatif adalah iri yang mendorong individu untuk memendam perasaan permusuhan atau ketidaksukaan.

Hal ini sejalan dengan yang dirilis oleh media Kompas (Janati, 2021) sebuah kisah yang dirasakan oleh seorang komika bernama Marshel Widiyanto, dia mengungkapkan bahwa dirinya pernah merasa iri dengan unggahan teman-temannya di media sosial Instagram. Marshel mengaku iri karena teman-temannya sudah bekerja sementara dia hanya mengandalkan uang tabungannya. “saya hidup dari uang tabungan yang ada, jadi saya enggak kerja, enggak apa, sampai waktu itu karena saya iri lihat unggahan teman-teman saya di instastory saya *uninstall* (hapus) Instagram, saya hapus semua media sosial” ujar Marshel Widiyanto yang dikutip dari Youtube Asri Welas Official channel pada Jumat (16/04/2021). Marshel tampak tak kuat melihat teman-temannya yang sering update tentang kerjaan di story Instagram. Menurut Marshel unggahan di media sosial itu terkadang bisa membuat seseorang menjadi iri, dan Marshel merasa seperti *useless* (tak berguna) dibandingkan dengan teman-temannya yang bekerja.

Kasus tersebut diperkuat dengan hasil wawancara kepada 3 orang mahasiswa psikologi Ubhara Jaya, dan ditemukan indikator-indikator yang menggambarkan rasa iri yaitu merasa tidak suka ketika melihat temannya memposting prestasinya di Instagram, merasa cemburu ketika melihat temannya bahagia di media sosial, merasa ingin seperti orang lain, dan merasa ingin mendapatkan hadiah seperti yang didapatkan oleh temannya. Selain itu ditemukan juga indikator-indikator yang menggambarkan kepercayaan diri seperti tidak berani memposting foto di Instagram jika belum di edit atau jika tidak memakai filter, merasa insecure dalam hal penampilan fisik, dan tidak mampu mengambil suatu keputusan sendiri.

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa rata-rata mahasiswa mengatakan bahwa dirinya pernah merasa cemburu ketika melihat temannya berbahagia, merasa bahwa hidup orang lain lebih mudah dibanding dengan hidupnya dan pernah membandingkan diri dengan orang lain. Hasil wawancara tersebut pun sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Chou dan Edge (2012) bahwa pengguna media sosial mempersepsikan kehidupan orang

lain lebih baik dan bahagia dibandingkan dengan kehidupannya. Hal ini menunjukkan bahwa postingan kesuksesan dan kebahagiaan di media sosial berpotensi untuk direspon negatif seperti merasa iri kepada pengguna lain.

Hasil wawancara diatas diperkuat dengan Survey melalui *Google Form* yang telah diisi oleh 20 mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan hasil sebagai berikut : 50% mahasiswa sangat sering membuka instagram dalam sehari. sebanyak 90% mahasiswa pernah melihat postingan kesuksesan orang lain di instagram. sebanyak 95% mahasiswa pernah membandingkan diri dengan orang lain dengan intensitas sesekali 65% sering 25% dan sering sekali 10%. sebanyak 45% mahasiswa membandingkan dirinya dengan orang lain dalam hal bentuk fisik, prestasi akademik, pekerjaan, dan kehidupan. Ketika melihat orang lain mengupload pencapaiannya dimedia sosial 60% mahasiswa merasa ingin seperti orang tersebut. Sebanyak 55% mahasiswa pernah merasa bahwa hidup orang lain dimedia sosial lebih mudah, sehingga 50% mahasiswa pernah menilai dirinya secara negatif. Sebanyak 65% mahasiswa merasa orang lain lebih unggul dibandingkan dengan dirinya, sehingga 85% mahasiswa terkadang merasa inferior dibandingkan dengan orang lain. Terdapat 75% mahasiswa merasa ingin mendapatkan keuntungan seperti yang didapatkan oleh orang lain, sehingga 50% mahasiswa terkadang ingin seperti orang lain. Sebanyak 50% mahasiswa merasa insecure, 25% mahasiswa merasa ketergantungan, 5% mahasiswa merasa cemas dan 20% mahasiswa merasakan ketiga dampak dari media sosial. Namun 100% mahasiswa tetap menggunakan instagram meskipun sudah mengetahui dampak dari penggunaan instagram terhadap kesehatan mental.

Merujuk dari hasil diatas, munculnya rasa iri yang dialami oleh mahasiswa tersebut salah satunya karena faktor kurangnya kepercayaan diri atau rendah diri. Seperti yang dikatakan oleh Parrot & Smith (dalam Lillemor 2014) hal yang mempengaruhi karakteristik dari rasa iri adalah merasa inferioritas, ketidakpercayaan dan kecemasan. Melihat postingan orang lain membuat mahasiswa merasa tidak nyaman, stress dan tidak dapat mengontrol

diri, rasa tidak nyaman ini yang menyebabkan mahasiswa merasa dirinya tidak berharga dan memandang kehidupannya secara negatif. Sedangkan kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek yang ada pada dirinya yang dinilai secara positif. Mahasiswa yang percaya diri mereka akan yakin dengan kemampuan yang dimiliki serta mempunyai pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan yang mereka inginkan tidak sesuai dengan keadaan yang ada. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Hakim (dalam Tika, 2014) yang mengatakan bahwa orang yang percaya diri memiliki sikap yang positif dan penerimaan terhadap diri sendiri.

Kepercayaan diri menurut Lauster (2006) adalah aspek kepribadian yang terdiri dari keyakinan bahwa dirinya dapat melakukan sesuatu dengan kemampuannya sendiri serta tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, dirinya mampu bersikap sesuai dengan kehendaknya, optimis dan bertanggung jawab. Sedangkan menurut Kartono (dalam Susanti, 2008) kepercayaan diri adalah suatu sikap batin yang positif, mempunyai keyakinan akan diri sendiri, mempunyai sikap riang dan mudah menyesuaikan diri. Dari beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu sikap positif terhadap diri sendiri, serta kemampuan diri untuk bersikap dan bertanggung jawab atas kehendaknya dan tidak terpengaruh oleh orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Milfont dan Gouveia (2009) mengungkapkan bahwa iri adalah hasil dari kepercayaan akan ketidakadilan subjektif dan perbandingan sosial yang mengarahkan pada perasaan rendah diri. Hal ini pun didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Lillemor dan Neila (2014) dampak dari perasaan iri adalah merasa rendah diri dengan alasan yang lebih menonjol yaitu individu merasa ingin memiliki apa yang dimiliki oleh orang lain.

Mahasiswa pengguna media sosial instagram merasa iri karena kurangnya kepercayaan diri dan merasa rendah diri, kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, seperti saat melihat postingan

orang lain atau bahkan temannya sendiri memposting pencapaian akademik atau non akademik, foto jalan-jalan, foto ditempat makan yang sedang hits dan lain sebagainya. Saat melihat postingan tersebut mahasiswa pun menjadi membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain, merasa hidup orang lain lebih mudah dan ingin mengubah dirinya agar sesuai dengan standar media sosial. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri rendah maka akan mudah merasa minder dan kurang percaya diri terhadap hal-hal yang dia miliki, sedangkan jika mahasiswa tersebut memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka dia tidak melakukan perbandingan antara dirinya dengan orang lain secara negatif, karena dia percaya akan kemampuan yang dia miliki.

Berdasarkan fenomena diatas serta teori dan hasil wawancara juga survei yang sudah dijabarkan maka peneliti ingin menggali dan mengkaji “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Rasa Iri pada mahasiswa ubhara jaya pengguna media sosial instagram”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang ada, maka peneliti merumuskan masalah, yaitu “Apakah terdapat hubungan antara *Kepercayaan Diri* dengan *Rasa Iri* pada Mahasiswa Ubhara Jaya pengguna media sosial instagram?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Kepercayaan Diri* dengan *Rasa Iri* pada Mahasiswa Ubhara Jaya pengguna media sosial instagram.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terdiri dari dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah bahan kajian, bahan bacaan serta referensi dalam bidang ilmu psikologi yang berkaitan dengan kepercayaan diri pada mahasiswa pengguna media sosial instagram dengan rasa iri pada mahasiswa pengguna media sosial instagram.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan serta wawasan baru kepada para mahasiswa mengenai kepercayaan diri yang rendah/tinggi dapat memberikan pengaruh terhadap rasa iri pada diri individu yang menggunakan media sosial instagram.

b. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan acuan untuk penelitian selanjutnya yang juga mengkaji tentang rasa iri. Dengan demikian, hasil penelitian ini dengan yang selanjutnya bisa saling memberikan kontribusi dan saling melengkapi.

1.5 Uraian Keaslian Penelitian

Berikut ini akan dijabarkan mengenai kebaharuan penelitian terkait dengan penelitian yang akan di teliti. Adapun penelitian tersebut diantaranya adalah :

Penelitian yang dilakukan oleh Citra Mutiara Dewi, Almadian Septiana Putri, Muhammad Panji Zamza Nugraha, Aniq Hudiyah Bil Haq (2020) dalam judul Kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial Tiktok dimasa pandemi: studi korelasi. Penelitian ini menunjukkan hasil hipotesis dengan nilai signifikansi sebesar 0.064 dengan $p > 0.05$ maka dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat korelasi

atau hubungan antara kepercayaan diri dengan intensitas pengguna media sosial Tiktok.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Nindi Sintia Dewi dalam judul Pengaruh Citra diri dengan rasa iri remaja yang melakukan selfie (self potrait) penelitian ini mengungkapkan hasil yang diperoleh dari nilai F sebesar 6,842 berkorelasi 6,8 % dengan tingkat signifikansi 0,010 dengan probabilitas $0,010 < 0,05$ maka ada pengaruh antara citra diri terhadap rasa iri remaja yang melakukan selfie. Perbedaan penelitian ini terletak pada fenomena, tempat penelitian, tahun penelitian, dan variabel bebasnya.

Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Sofia Kesi, Rini Hartati, Auliya Syaf dalam judul Kepuasan hidup dengan iri pada remaja pengguna sosial media. Penelitian ini mengungkapkan hasil taraf signifikansi 0,000 $r = 0,596$ yang berarti ada hubungan signifikan antara kepuasan hidup dengan dengan iri, dengan korelasi negatif. Perbedaan penelitian ini terletak pada fenomena, tempat penelitian, tahun penelitian, serta variabel bebasnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani dan Putrianti dalam judul Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Citra Diri pada Remaja Akhir, penelitian ini menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. Perbedaan penelitian ini terletak pada fenomena, tempat penelitian, tahun penelitian, serta variabel bebasnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ifdil, Denich, dan Ilyas dalam judul Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara body image dengan kepercayaan diri remaja putri. Perbedaan penelitian ini terletak pada fenomena, tempat penelitian, serta variabel bebas dan terikatnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Siska, Sudarjo, dan Purnamaningsih dalam judul Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa, penelitian menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal yang berarti semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal, begitupun sebaliknya. Perbedaan penelitian ini terletak pada fenomena, tempat penelitian, dan variabel terikatnya.

