

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Menjalani sebuah kehidupan manusia akan mengalami masa perkembangan dan masa yang akan kita lalui masa perkembangan tersebut salah satunya ialah masa remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa pada umumnya masa remaja tersebut dimulai dari usia 12-13 tahun dan akan berakhir pada usia belasan tahun atau awal dua puluh tahun (papalia olds, 2001). Menurut hurlock masa remaja terbagi menjadi 2 yaitu remaja awal dan remaja akhir. Masa remaja awal diawali dari umur 13 tahun hingga 16 tahun serta masa remaja akhir dimulai dari usia 16 tahun atau 17 tahun dan berakhir di usia 18 tahun (hurlock, 2008).

Ada beberapa tugas dalam masa perkembangan remaja dan salah satu nya yang paling sulit adalah terkait dengan penyesuaian sosial. Agar bisa mencapai dari pola sosialisasi dewasa, remaja perlu membuat penyesuaian dalam dirinya penyesuaian tersebut antara lain penyesuaian diri dengan pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilakun sosialnya, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam mendapatkan dukungan maupun penolakan sosial dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin. Selain hal-hal tersebut remaja juga wajib menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga, sekolah maupun lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya tidak pernah ada (hurlock, 1999). Membangun hubungan dengan orang lain merupakan hal yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Jadi, dalam menjalankan kehidupan manusia selalu berinteraksi dengan lingkungannya.

Agar remaja dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosial, maka remaja memerlukan keterampilan sosial. Adanya keterampilan sosial dapat

membantu remaja agar bisa menciptakan keberhasilan dalam bergaul agar tercapainya penyesuaian yang baik dalam individu (Gianau, 2008). Keterampilan yang harus dimiliki oleh individu tersebut salah satunya ialah komunikasi. Komunikasi tersebut dapat dilakukan secara tatap muka atau dengan menggunakan media sosial

Keberadaan media sosial di lingkungan masyarakat memberikan banyak kemudahan pada penggunaannya. Ada banyak akses yang dapat digunakan oleh masyarakat dalam bersosial media mulai dari mencari informasi sampai menonton hiburan yang berasal dari penjuru dunia. Media sosial dapat menembus batas kehidupan penggunaannya seperti ruang dan waktu serta dapat diakses oleh siapapun, kapanpun dan dimanapun. Dengan adanya media sosial di lingkungan Masyarakat dapat memudahkan pengguna dalam melakukan komunikasi dengan jangkauan yang cukup luas dengan berbagai aplikasi yang di suguhkan seperti *Instagram, line, Facebook, WhatsApp* dan lain sebagainya.

Berdasarkan survei yang dilaksanakan oleh APJII pada tahun 2022 tingkat penggunaan internet di Indonesia mengalami kenaikan dimana pada tahun 2019-2020 73,70% meningkatkan pada tahun 2021-22 yaitu menjadi 77,02%. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh U-Report Indonesia pada tahun 2022 mayoritas pengguna internet memiliki rentang usia 15-19 tahun yaitu sebesar 99,16% dan menurut survei yang dilakukan oleh APJII masyarakat menggunakan internet lebih banyak digunakan untuk mengakses sosial media yaitu mencapai 89,15%. Media sosial hadir sebagai salah satu perkembangan dari internet adanya media sosial merupakan suatu perwujudan dari jenis dan cara berkomunikasi yang baru. Ada berbagai jenis media sosial yang ada membuat khalayak luas khususnya para remaja yang duduk di bangku sekolah sangat menyukainya sebab dalam sosial media ada banyak fitur yang dapat digunakan. Berdasarkan riset yang telah dilakukan oleh U-report Indonesia sosial media yang paling banyak digunakan para remaja ialah *whatsapp* yaitu sebesar 85%. Menurut dataindonesia pengguna aplikasi *WhatsApp* mencapai 112 juta orang.

Menggunakan sosial media remaja membagikan informasi yang ia miliki berharap agar mencapai atau mendapatkan respon yang positif serta mengembangkan mengenai dirinya, walaupun harus melanggar privasi dari norma Sosial. Adanya sosial media banyak dimanfaatkan oleh remaja untuk berkeluh kesah dan mengungkapkan dirinya. Dimana informasi tersebut dapat dibagikan, ditiru ataupun diunduh oleh orang lain. Menurut Anderson (2018) menyatakan bahwa media sosial digunakan oleh para remaja untuk mengungkapkan diri mereka yaitu dengan cara berbagi kehidupan mereka dengan cara membagikan kehidupan mereka seperti membagikan emosi dan perasaan mereka dengan cara membagikannya melalui video, foto serta pembaruan status. Menurut Yunita (2019) berdasarkan penelitiannya bentuk pengungkapan diri individu yaitu dengan cara menceritakan diri mereka lewat sosial media karena dengan remaja menceritakan diri individu di sosial media individu akan lebih banyak yang memerhatikan serta mendapat dukungan dari banyak orang. Namun, dalam berkomunikasi dengan media sosial remaja cukup rentan melakukan perbuatan yang membahayakan dirinya sendiri seperti adanya *cyberbullying* (Mubarak & Mubarak, 2015).

Media sosial banyak digunakan oleh anak dan remaja sebagai tempat keluh kesah dan mengungkapkan dirinya. Beberapa kasus kejahatan secara *online* yang melibatkan remaja sempat terjadi di Indonesia. Kasus-kasus tersebut menunjukkan adanya resiko atau bahaya bagi remaja dalam berkomunikasi secara *online*. Remaja saat ini perlu diberikan pengetahuan mengenai cara perlindungan diri dalam berinteraksi secara daring. Salah satu fenomena yang terjadi ialah tersebarnya video mengenai perundungan remaja yang terjadi di Bekasi dalam hal itu terjadi karena saling ejek antara korban dan pelaku dalam sosial media pelaku tidak terima ketika diejek kemudian meluapkan emosinya terhadap korban dengan cara menendang serta menyuruh korban untuk mencium kakinya (Cynthia,2020).

Hilangnya batas privasi dan menjadi terlalu terbuka di media sosial ini kerap menimbulkan konsekuensi negatif untuk remaja. Hal ini sangat berkaitan dengan perkembangan dalam fase remaja, setiap individu akan dihadapkan pada tugas-tugas perkembangannya, salah satunya adalah mencapai hubungan yang baru dan lebih matang dengan teman sebaya. Remaja memiliki keinginan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh kelompok teman sebayanya yang lebih luas. Bagi sebagian besar remaja, pandangan kelompok teman sebaya terhadap mereka memiliki peran yang besar dalam hidup (Santrock, 2014).

Fenomena mengungkapkan diri ke sosial media sering terjadi pada remaja pengguna sosial media. Hal tersebut juga peneliti temukan di lapangan banyak siswa di SMK Global Prima Islamic School yang memanfaatkan sosial media tidak hanya untuk berkomunikasi namun mengungkapkan dirinya menggunakan fitur dalam sosial media berupa *update status*. Hal tersebut di temukan pada saat Peneliti melakukan wawancara awal terhadap remaja di SMK Global Prima Islamic School .

Subjek DA usia 17 tahun mengatakan bahwa dirinya pernah mengunggah ke status *WhatsApp* ketika ia sedang bolos subjek merasa tidak takut akan komentar orang lain terhadap postingan yang subjek unggah di akun *WhatsApp*. Subjek Subjek pernah mengunggah 1 hingga 2 kali.

Subjek MA usia 17 tahun mengatakan subjek pernah mengunggah ungkapan yang kasar alasan subjek melakukan hal tersebut ialah untuk menyinggung perasaan temannya. Subjek pun tidak khawatir dengan ungkapan yang telah subjek posting dan tidak peduli dengan komentar orang lain terhadap dirinya. Subjek mengatakan dirinya pernah melakukan hal tersebut yaitu 1 hingga 3 kali

Subjek MH usia 18 tahun mengatakan subjek pernah memposting ketika subjek sedang berbagi contekan ketika ujian sedang berlangsung. Postingan

tersebut dia upload di grup chat yang beranggotakan teman-temannya alasan subjek melakukan hal tersebut ialah agar teman-temannya mendapatkan nilai yang bagus juga dan subjek tidak takut komentar temannya lainnya akibat dari perbuatannya. Subjek MH mengatakan pernah melakukan hal tersebut ketika mendapatkan soal ujian yang sulit saja.

Subjek PA usia 16 tahun mengatakan dirinya pernah mengunggah dirinya ketika sedang bolos ke status WhatsApp subjek merasa tidak bersalah ketika melakukannya karena subjek berpikir tindakannya adalah benar. Subjek juga tidak memperdulikan dengan komentar orang lain terhadap postingan yang telah dia posting sebelumnya.

Subjek RS usia 18 tahun mengatakan dirinya pernah membolos mengunggahnya pada status *WhatsApp* dan dia tidak peduli dengan komentar yang datang akibat dari mengunggah hal tersebut. Namun subjek RS hanya membagikan kepada teman terdekat saja.

Media sosial yang paling banyak digunakan ialah *WhatsApp* dan *Instagram*. Alasan individu menggunakan aplikasi *WhatsApp* dan *Instagram* dalam mengungkapkan dirinya ialah untuk menyenangkan diri, bebas mengeluarkan apa yang ingin individu ungkapkan, pengungkapan diri individu lakukan tidak lebih hanya untuk mengekspresikan serta melampiaskan apa yang individu rasakan. Namun, karena bebasnya dalam berselancar dalam media sosial remaja bebas memposting apapun hal tersebut menambah masalah baru khususnya remaja seperti ada individu yang memposting hal yang tidak senonoh dengan pasangannya diimana hal tersebut membuat individu tersebut mendapatkan komentar negatif dari teman-temannya. Hal tersebut membuat individu akan mengalami merasa marah, tidak nyaman, sedih, tertekan, malu, takut, tidak percaya diri, sakit hati serta akan melukai harga diri individu (Astuti, 2019).

Kegiatan mengungkapkan diri membagi atau menyampaikan informasi diri kepada orang lain pada sosial media dalam istilah psikologi disebut dengan Pengungkapan diri (Hasan, 2016). Pengungkapan diri merupakan kegiatan memberikan informasi pribadi kepada orang lain informasi tersebut berupa perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi serta ide yang terdapat dalam diri individu (Dayakisni, 2009). Sedangkan menurut Wheelles, etc (1986) menjelaskan mengenai pengungkapan diri merupakan bagian dari rujukan diri yang dikombinasikan ataupun diberikan individu secara lisan pada suatu kelompok. Pengungkapan diri memiliki beberapa dimensi namun para ahli memiliki pendapat yang berbeda, salah satunya *amount, positiveness-negativeness, consciously intended disclosure, honesty-accuracy, dan control of the general depth* (Wheeless, 1976). Ahli lain mengungkapkan bahwa pengungkapan diri memiliki tiga dimensi yaitu frekuensi, luas dan kedalaman (Nguyen, dkk., 2012). Frekuensi pengungkapan diri mengarah pada jumlah informasi yang diungkapkan. Luasnya pengungkapan merupakan rentang atau keragaman topik, sedangkan yang dimaksud dengan kedalaman adalah seberapa intim informasi pribadi yang terungkap.

Seiring dengan perkembangan zaman, pengungkapan diri yang dimediasi oleh teknologi memunculkan istilah baru yaitu pengungkapan diri secara *online*. Penggunaan media sosial membuka peluang bagi remaja untuk bertemu dan berkomunikasi secara bebas serta mengenal teman *online* dari berbagai usia dan kalangan. Seseorang bisa melakukan pengungkapan diri karena berbagai alasan, yaitu: mengungkapkan diri untuk meningkatkan penerimaan sosial agar diterima oleh orang lain, berbagi informasi pribadi kepada orang lain sebagai cara untuk mengawali sebuah hubungan, mengekspresikan perasaan untuk dapat mengurangi stres, berbicara kepada teman atau mengenai masalah yang sedang dihadapi untuk orang lain dapat membantu menjelaskan pemikiran tentang situasi yang terjadi, dan mengungkapkan diri informasi pribadi sebagai alat kontrol sosial (Derlega & Grzelak 1979)

Pengungkapan diri secara *online* memiliki dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif dari pengungkapan diri antara lain memberikan individu kesempatan serta kebebasan dalam mengeksplorasi identitasnya, menemukan dukungan dan informasi mengenai isu sensitif tentang perkembangan, mengembangkan hubungan serta menjaga hubungan sosial dengan individu lain yang sudah dikenal, bertambahnya pengetahuan mengenai diri sendiri dan bagi individu yang melakukan pengungkapan diri tidak terlalu rentan terhadap penyakit (Devito, 2017). Sedangkan ahli lain berpendapat bahwa pengungkapan diri di jejaring sosial *online* seperti, memberikan ucapan selamat, pujian, dan motivasi. Hal tersebut karena pengungkapan positif dapat memberikan manfaat pada peningkatan kesehatan fisik dan mental serta mengungkapkan pengalaman emosional sehingga dapat mengatur ulang pikiran dan perasaan tentang pengalaman traumatic atau hambatan yang tersembunyi dalam pikiran individu (Paramithasari & Dewi, 2013)

Dampak negatif dari pengungkapan diri di sosial media antara lain remaja yang suka memposting aktifitas yang negatif, suka merasa pesimis, menyingung perasan orang lain, tidak percaya diri, merasa dirinya tidak sebaik dalam hal apapun dari orang lain dan sebagainya, dalam bentuk chatting, status, foto, quote, dan lainnya. Sedangkan menurut Taylor, et al (2009). Ada resiko yang dapat terjadi saat mengungkapkan diri, yaitu: orang lain tidak peduli atau tertarik pada informasi pribadi yang disampaikan oleh seseorang, informasi diri yang diungkapkan seseorang mungkin menimbulkan penolakan sosial, informasi pribadi yang diberikan kepada orang lain dapat digunakan untuk menyakiti seseorang, dan informasi pribadi yang disampaikan seharusnya dapat dirahasiakan tetapi disebarluaskan oleh orang lain.

Liwilery (2015) menjelaskan faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri ialah konsep diri, kesadaran diri, topik atau tema percakapan, faktor budaya jenis kelamin dan harga diri. Berdasarkan penelitian terdahulu pengungkapan diri dipengaruhi oleh tinggi atau rendahnya Harga diri individu (Erin E. Hollenbaugh, 2014). Hal ini didukung oleh penelitian Santi & Damariswara

(2017) Harga diri yang tinggi biasanya dimiliki oleh orang yang bisa menghargai dirinya tanpa mendengar pendapat orang lain mengenai sifatnya entah baik maupun buruk. Berbeda dengan individu dengan harga diri yang rendah, kurang mampu untuk mengungkapkan dirinya dengan baik. Lebih percaya diri, mudah beradaptasi, dan terbuka adalah ciri individu yang baik dalam pengungkapan diri. Sebaliknya kurang percaya diri, tidak bisa beradaptasi, tertutup, dan merasa rendah diri adalah ciri individu yang tidak baik dalam melakukan pengungkapan diri Gainau dalam (Triana, E. YD, & Mustafa, 2018).

Pengguna media sosial dengan harga diri rendah cenderung mengkhawatirkan apa yang orang lain unggah tentang individu di jejaring sosial, individu akan lebih banyak menggunakan waktunya di media sosial dengan memantau konten, menghapus unggahan yang mendapatkan respon negatif dari orang lain. Pengguna media sosial yang memiliki harga diri lebih tinggi cenderung menghabiskan waktu untuk membangun citra personal di media sosial (Prawesti & Dewi, 2016). Menurut penelitian dari Utomo, W. P. B., & Laksmiwati (2019) faktor terpenting dalam pengungkapan diri individu adalah harga diri sehingga hubungan keduanya termasuk dalam kategori yang tinggi. Velasco (2013) menyatakan bahwa harga diri dapat mempengaruhi pengungkapan diri secara *online*.

Menurut Brooks dan Emmert (dalam Santi et al., n.d.) harga diri berpengaruh besar kepada cara komunikasi kita dengan orang lain. Pengaruh harga diri tersebut dapat terlihat pada perilaku komunikasi kita khususnya, pengungkapan diri saat menggunakan aplikasi *instagram* merupakan tindakan yang dilakukan dengan sengaja dalam memberikan informasi-informasi yang bersifat pribadi terhadap orang lain, individu akan semakin berani mengungkapkan hal-hal yang bersifat pribadi tentang dirinya ketika hubungan yang awal mulanya dangkal menjadi hubungan yang sangat dekat. Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu terlihat bahwa pengungkapan diri ke media sosial tidak terlepas dari harga diri individu.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti menjadi tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai pengaruh antara Harga diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial. Hal tersebut dikarenakan perkembangan zaman yang semakin pesat, perkembangan pada masa dewasa awal yang akan berpengaruh salah satunya dengan penggunaan media sosial yang semakin banyak dan selalu digunakan, sehingga dengan adanya media sosial muncul fenomena yaitu Pengungkapan diri dalam sosial media. Maka peneliti mengajukan judul yang digunakan untuk penelitian yang dilakukan yaitu “Pengaruh Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Media Sosial” untuk menguji apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka peneliti dapat meninjau beberapa penelitian terdahulu yang memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal tema. Peneliti menemukan beberapa judul penelitian terkait dengan Harga diri dan Pengungkapan Diri. Berikut ini uraian penelitian sebelumnya, antara lain:

Penelitian yang dilakukan oleh Fauzia et al. (2019) dengan judul “Pengaruh Tipe Kepribadian Terhadap *Self-disclosure* Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram di Kota Bandung”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tipe kepribadian terhadap *self-disclosure* pada dewasa awal pengguna instagram di Kota Bandung. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tipe kepribadian terhadap *self-disclosure*. *Extraversion* dan *neuroticism* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-disclosure* pada dewasa awal pengguna instagram di Kota Bandung

Berikutnya penelitian yang dilakukan Santi et al., n.d. yang berjudul Hubungan antara Harga diri dengan Pengungkapan diri pada Saat *Chatting* di *Facebook*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara Harga diri dan

pengungkapan diri dalam penelitian tersebut mendapatkan hasil Hubungan antara tingkat Harga diri dengan pengungkapan diri sangat kuat dan searah. Perbedaan penelitian ini ialah dalam penelitian ini melihat hubungan antara Harga diri dan pengungkapan diri sedangkan peneliti melihat pengaruh.

Selanjutnya penelitian yang dilaksanakan Andriani et al. (2020) yang memiliki judul Pengaruh Harga diri dan Kepercayaan Terhadap Pengungkapan Diri Pada Pengguna Aplikasi Kencan *Online* Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh Harga diri dan trust terhadap pengungkapan diri pengguna aplikasi kencan *online*. Sampel penelitian ini berjumlah 325 responden dan subjek 18-40 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara Harga diri dan pengungkapan diri Serta terdapat korelasi yang signifikan antara *trust* dan pengungkapan diri. Dalam hal ini Harga diri mempengaruhi pengungkapan dirisebesar 15,5%, sedangkan *trust* mempengaruhi pengungkapan dirisebesar 22,5%.

Selanjutnya ialah penelitian yang dilakukan oleh (Mafazi & Nuqul, 2017) yang berjudul Perilaku Virtual Remaja: Strategi Coping, Harga Diri, Dan Pengungkapan Diri Dalam Jejaring Sosial Online Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif. Subjek pada penelitian ini adalah 185 siswa-siswi MAN 1 Bojonegoro yang terdiri dari 45 orang siswa dan 140 siswi. Hasil regresi menunjukkan bahwa coping dan harga diri berkorelasi secara signifikan terhadap pengungkapan diri remaja di jejaring sosial online.

Berikutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Aditya S & Permatasari (2021) Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Terhadap Keterbukaan Diri Pada Remaja Di Panti Asuhan Tenggarong Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik pengaruh dukungan sosial dan kepercayaan diri terhadap keterbukaan diri remaja di panti asuhan Tenggarong. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian adalah remaja dengan usia 12-18 tahun sebanyak 100 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial dan kepercayaan diri terhadap keterbukaan diri remaja di panti asuhan Tenggarong, dengan nilai signifikan. Pada dukungan

sosial terhadap keterbukaan diri remaja di panti asuhan terdapat pengaruh. Pada kepercayaan diri terhadap keterbukaan diri remaja di panti asuhan tidak terdapat pengaruh.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi pengungkapan diri di sosial media. Menyebarkan informasi pribadi yang berlebihan membuat remaja akan kehilangan privasi seperti menyebarkan hal yang negative seperti bolos & tawuran yang bagikan pada sosial media. Hal tersebut akan membuat remaja mendapatkan penilaian negative dari lingkungan sosialnya dimana hal itu akan mengakibatkan remaja memiliki ketidakpercayaan diri yang rendah serta akan menilai dirinya rendah, berpikir kembali ketika akan memposting sebuah postingan dalam media sosial. Dengan kata lain harga diri remaja tergolong rendah

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan variabel serupa yang memfokuskan pada pengungkapan diri masih belum ada yang dilakukan pada subjek remaja pengguna sosial media sehingga peneliti, maka peneliti merumuskan masalah penelitian, yaitu “Apakah terdapat pengaruh antara harga diri terhadap pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari pelaksanaan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara harga diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah wawasan dan referensi dalam perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi, khususnya dalam bidang Psikologi Klinis mengenai pengaruh Harga diri Terhadap

pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial dalam pengembangan ilmu psikologi.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

a. Bagi Remaja

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi agar remaja mampu menahan.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi tambahan, referensi, masukan dalam melakukan penelitian lebih lanjut dengan jenis bidang yang sama terkait dengan pengaruh antara harga diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial serta alat ukur dapat digunakan untuk ataupun di modifikasi untuk penelitian selanjutnya

