

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Penggunaan internet kini semakin banyak digunakan di jejaring sosial yang kemudian dikenal dengan media sosial, dalam media sosial setiap orang memiliki kehidupannya masing-masing pada dunia nyata dan dunia maya. Media sosial merupakan tempat yang memungkinkan pengguna untuk mengungkapkan semua ekspresi yang dirasakan saat itu.

Media sosial yang populer dalam lima tahun terakhir ialah Instagram. Instagram merupakan aplikasi berbagi foto atau video memungkinkan pengguna untuk mengambil gambar, menerapkan filter digital dan berbagi ke berbagai layanan jaringan sosial termasuk instagram milik sendiri dengan sistem pertemanan yang menerapkan *following* dan *followers* (Rahim, Erawan, & Alfando, 2018).

Jumlah pengguna instagram terus meningkat, termasuk dari kalangan mahasiswa. Data yang dirilis *Napoleon Cat* (dalam goodnewsfromindonesia.id), pada periode Januari-Mei 2020, pengguna Instagram di Indonesia mencapai 69,2 juta (69.270.000) pengguna. Pengguna berusia 18 sampai 24 tahun menjadi kelompok usia pengguna paling besar di Indonesia, dengan total persentase 38% atau sekitar 25 juta pengguna. Berdasarkan data tersebut, klasifikasi mahasiswa terdapat dalam usia 18 sampai 24 tahun. Menurut Hulukati dan Djibran (2018) mahasiswa yang memasuki usia dewasa berusia antara 18 sampai 25 tahun. Mahasiswa menggunakan instagram sebagai tempat berkarya dan berinovasi

sehingga lebih produktif mengembangkan kreatifitas (Maulhayat, Kesuma & Amiruddin, 2018).

Pengungkapan diri merupakan jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan (DeVito, 2011). Sebagai makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan orang lain, individu harus mampu mengontrol perilaku pengungkapan diri agar tidak mengganggu keharmonisan hubungan interpersonal (Dayakisni & Hudaniah, 2009). Keputusan untuk mengungkapkan diri tergantung pada individu. Penting untuk diingat dan diperhatikan kelebihan dan kekurangan sifat komunikasi tidak bisa diubah, terutama pada media *online*. Pengungkapan diri secara *online* dapat diubah, diperbarui dan dihapus sesuai dengan pemikiran dan keinginan pengguna, namun kesimpulan pembaca berdasarkan pengungkapan diri pengguna tidak dapat diubah atau dihapus (DeVito, 2011).

Pengungkapan diri dalam media sosial khususnya di dalam instagram, dapat dilihat memiliki manfaat positif dan negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Rudolf (2015) menunjukkan bahwa penggunaan instagram memiliki beberapa dampak positif, yaitu instagram digunakan untuk pelepasan emosi (seperti kelelahan atau stres), akun instagram dianggap sebagai identitas personal dan sebagai sumber informasi atau hiburan. Manfaat positif dari pengungkapan diri antara lain memberikan seseorang kesempatan untuk mengeksplorasi jati dirinya, mencari dukungan dan informasi tentang isu sensitif terkait perkembangan, mengembangkan hubungan, dan mampu menjaga hubungan sosial dengan orang yang dikenalnya (Valkenburg & Peter, 2009). Pengungkapan diri dalam media

sosial seperti mengucapkan selamat, pujian dan motivasi. Memberikan manfaat untuk meningkatkan kesehatan fisik maupun kesehatan mental serta mengekspresikan pengalaman emosional yang dapat mengatur ulang pemikiran dan perasaan tentang pengalaman traumatis atau rintangan tersembunyi dalam pikiran (Paramithasari & Dewi, 2013).

Menurut Mafazi dan Nuqul (2017) pengungkapan diri tidak selalu berdampak positif. Pengungkapan diri individu di media sosial seperti mengkritik orang lain, mengumpat, dan melakukan agresi virtual untuk seseorang diklasifikasikan sebagai pengungkapan negatif. Penggunaan media sosial berpotensi disalahgunakan sebagai alat untuk mencemooh, menguntit, dan perundungan (Mafazi & Nuqul, 2017). Dampak negatif juga diperoleh dalam penggunaan instagram, penelitian dilakukan *The Royal Society for Public Health (RSPH)* dan *Charity Young Health Movement* di Inggris (dalam cnnindonesia.com) terdapat sekitar 14 aspek kesehatan mental termasuk kecemasan, depresi, kesepian, tidur, bullying, dan FoMo (*Fear of Missing Out*).

Van Dijk (2013) mengemukakan bahwa media sosial adalah *platform* media yang memfokuskan pada eksistensi pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktivitas maupun berkolaborasi, dilihat sebagai media (fasilitator) *online* yang menguatkan hubungan antar pengguna sekaligus sebuah ikatan sosial. Ketika seseorang secara tidak sengaja membagikan informasi pribadi *online*, akan ada dampak negatif dari pengungkapan diri, karena informasi pribadi yang dibagikan secara *online* mudah dilihat, disalin dan diunduh oleh orang lain (Cavoukian, 2009). Resiko yang mungkin tidak diinginkan termasuk serangan berulang, intensif dan

agresif terhadap orang lain melalui penggunaan sarana teknis dan elektronik, yang sering disebut sebagai penindasan dunia maya (Hinduja & Patchin, 2012).

Sebagai makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan orang lain, manusia harus mampu mengontrol perilaku pengungkapan diri agar tidak mengganggu keharmonisan hubungan interpersonal, khususnya pengungkapan diri di media sosial. Media sosial pada khususnya instagram, yaitu media berbagi informasi dengan teman dekat, tidak menutup kemungkinan bahwa informasi yang telah kita bagi juga bisa dilihat oleh orang yang tidak kita kenal. (Pertiwi & Manulu, 2018). Tanpa pengungkapan diri, hubungan yang bermakna dan mendalam tidak mungkin terjadi (DeVito, 2011). Menurut Asandi dan Rosyidi (2010) pengungkapan diri merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial.

Membangun suatu interaksi sosial, seseorang akan menyampaikan informasi dirinya pada orang lain. DeVito (2011) menyatakan bahwa penyampaian informasi kepada individu lain biasa disebut pengungkapan diri, setidaknya proses pengungkapan diri melibatkan dua orang agar penyampaian informasi diterima dan dimengerti. Pengungkapan diri didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain. Penelitian dilakukan Johnson (1990) menunjukkan bahwa individu yang mampu dalam pengungkapan diri akan dapat mengungkapkan diri secara tepat. Membuktikan bahwa individu dapat beradaptasi, lebih percaya diri, lebih aktif, kompeten, dapat diandalkan, mempercayai orang lain, dan lebih objektif serta terbuka.

Pengguna media sosial instagram menjadikan instagram sebagai ungkapan mengekspresikan emosi, berkeluh kesah serta menceritakan kegiatan apa yang

dilaksanakannya. Sebuah situs bernama *phys.org* (2019) menyebutkan secara umum orang yang tidak *extrovert*, yang mungkin sedikit pemalu, menganggap *platform* media sosial sebagai cara yang lebih mudah untuk berinteraksi dengan orang lain. Banyaknya pengguna instagram sebagai salah satu opsi media sosial pilihan, membuat banyak pengguna yang menyalahgunakan instagram. Riset yang dilakukan oleh *Ghost Data* (dalam liputan6.com) menyatakan 95 juta dari 1 miliar akun di instagram adalah palsu belaka. Dengan menggunakan akun anonim, individu dapat dengan bebas menulis, mengungkapkan pendapat dan berkarya. Fenomena kemunculan akun anonim ini yang menjadi pergeseran sumber informasi (Kurnia, 2017).

Penelitian yang dilakukan Fauzia, Maslihah dan Ihsan (2019) dari intensitas penggunaan instagram menyebabkan terjadinya ketagihan, terutama dalam hal pengungkapan diri yang tinggi. Paramithasari dan Dewi (2013) menjelaskan bahwa pengungkapan di media sosial seringkali berisiko karena setiap orang dapat mengakses dan membaca data pribadi yang diungkapkan di jejaring sosial. Apalagi jika pengungkapan diri bersifat negatif, seperti berbicara kasar, mengkritik atau menyinggung orang lain maka individu tersebut akan mendapat respon negatif, seperti ditolak oleh orang lain, diejek, dikucilkan, dan dijauhi oleh interaksi sosial (Devito, 2011). Sebagaimana dikutip dari merdeka.com (2020) salah satu anggota kelompok musik ditetapkan sebagai tersangka oleh kepolisian Polda Bali, terkait dugaan pencemaran nama baik dalam unggahannya di akun instagram pribadinya miliknya dengan mengkritik dan menyinggung sebuah organisasi.

Berdasarkan hasil wawancara *online* yang dilakukan pada tanggal 6

Desember 2020, melalui *guide* wawancara sesuai dengan aspek pengungkapan diri menurut Kim, Shin dan Chai (2015). Lima dari 8 mahasiswa di Yogyakarta menyatakan sangat aktif dalam menggunakan instagram untuk mengekspresikan emosi negatif, berkeluh kesah, membagikan mengenai kegiatan yang dilakukan dan tidak jarang untuk melontarkan sebuah kritikan. Hal tersebut sesuai dengan aspek *honesty-accuracy* yaitu pengungkapan diri atau memberikan informasi tentang emosi, perasaan, perilaku atau pengalamannya kepada orang lain. Sesuai pada aspek *intent* terkait kesediaan individu untuk mengungkapkan diri sendiri, tiga mahasiswa menyatakan hanya menggunakan instagram untuk sekadar pencarian informasi dan menjadi pengguna pasif.

Pada aspek *depth-control* yaitu kedalaman informasi yang akan diungkap, kelima mahasiswa mengungkapkan informasi yang bersifat pribadi pada saat menggunakan instagram. Pada aspek *positivity-negativity* terkait mengungkapkan hal-hal yang menyenangkan atau tidak menyenangkan terkait dirinya. Kelima mahasiswa dalam menggunakan instagram terkadang mengunggah hal yang tidak sopan seperti mengunggah konten menjahili teman. Pada aspek *amount* terkait durasi pesan yang akan diungkapkan, kelima mahasiswa menyatakan hampir setiap hari mengunggah sebuah postingan terkait dirinya atau menginformasikan suatu kegiatan di fitur instagram (*stories*).

Berdasarkan teori Johari Windows yang mengemukakan bahwa seharusnya individu membuka diri dalam posisi daerah terbuka yaitu daerah yang memberikan informasi, perilaku, sikap maupun keinginan serta motivasi yang diketahui diri sendiri dan oleh orang lain (Devito, 2011). Menurut Boyd dan Heer (2006)

pengungkapan diri di jejaring sosial dapat secara efektif mengekspresikan identitas pribadi. Pengguna media sosial akan dapat mengekspresikan pengalaman dan ide mereka dengan lebih bebas tanpa harus melakukan komunikasi tatap muka.

Mahasiswa memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam mengungkapkan dirinya melalui instagram, banyak faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri. DeVito (2011) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri antara lain besaran kelompok, perasaan menyukai, efek diadik, kompetensi, kepribadian, topik, jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri yaitu kepribadian.

Kepribadian merupakan ciri, watak atau sifat yang khas dari dalam individu berasal dari pembentukan yang diperoleh di lingkungan sekitarnya (Sjarkawi, 2011). Banyak teori yang telah mendefinisikan kepribadian. Dari sekian banyak teori yang telah banyak memberi kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, terdapat teori yang mengemukakan adanya lima bentuk tipe kepribadian atau kepribadian *Big Five*. Menurut Suranto (2011) kepribadian merupakan karakter yang melekat pada diri seseorang yang bersifat unik.

McCrae dan Costa (2003) mengembangkan teori dengan membagi tipe kepribadian menjadi lima dimensi kepribadian utama, yang disebut "*The Big Five Personality*", yaitu *neuroticism*; kecenderungan mengalami gangguan psikis, *extraversion*; hasrat untuk menjalin hubungan dengan dunia luar, *openness to experience*; keterbukaan terhadap pengalaman baru, *agreeableness*; kecenderungan untuk menyetujui pandangan orang lain dan *conscientiousness*; kesadaran diri sendiri.

Sugathadasa dan Pamarathna (2019) menunjukkan bahwa *agreeableness*, *openness to experience* dan *conscientiousness* mempengaruhi tingkat pengungkapan diri pada pengguna situs sosial. Selain itu, dimensi kepribadian *big five* digunakan sebagai faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri pada pengguna media sosial dalam penelitian Hikmah (2017). Hasil penelitian terdapat satu dimensi kepribadian *big five* yaitu *openness to experience* yang mempengaruhi pengungkapan diri pada pengguna media sosial.

Berdasarkan penelitian di atas, ditemukan bahwa hanya tiga dari lima dimensi kepribadian *big five* yang mempengaruhi pengungkapan diri yaitu *agreeableness*, *openness to experience* dan *conscientiousness*. Karena semakin tinggi tingkat *agreeableness*, *openness to experience*, dan *conscientiousness* berdampak pada tingkat perilaku pengungkapan diri yang lebih tinggi (Sugathadasa & Pamarathna, 2019). Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk mendalami seluruh dimensi kepribadian *big five* yang terkait dengan pengungkapan diri. Penggunaan kepribadian *big five* sebagai variabel kepribadian yang mempengaruhi pengungkapan diri, karena *big five* merupakan penggolongan kepribadian berbasis kosakata yang mengelompokkan kata maupun bahasa yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari untuk mendeskripsikan dan membedakannya dari orang lain (Ramdhani, 2012). Menurut Bardi dan Ryff (2007) faktor kepribadian *big five* sebagai salah satu model kepribadian paling banyak digunakan di dunia dengan reliabilitas *big five* yang akurat.

Berpijak pada uraian yang dipaparkan, maka rumusan masalah penelitian tersebut adalah “adakah hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa pengguna instagram di Yogyakarta?”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

Mengetahui adanya hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa pengguna instagram.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi klinis. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber data lain untuk pengembangan studi kepribadian *big five* terkait pengungkapan diri pengguna instagram.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pembaca tentang hubungan kepribadian *big five* terhadap pengungkapan diri pengguna instagram, hasil penelitian juga dapat dijadikan referensi untuk melindungi diri dari risiko pengungkapan diri di dalam instagram.