BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pada zaman sekarang, berbagai macam informasi dari seluruh penjuru dunia bisa diakses secara instan melalui teknologi (Syahputra & Rifandi, 2021). Kemajuan teknologi pada dasarnya bertujuan untuk memberikan kemudahan serta kenyamanan bagi manusia dan memungkinkan berjalannya operasional secara cepat, akurat dan tepat sehingga meningkatkan produktivitas (Sa'diyah dkk., 2022). Kemajuan teknologi ini membawa banyak manfaat dalam aspek sosial terutama komunikasi. Kemajuan dalam berkomunikasi menjadi cepat dan mudah, salah satunya melalui sosial media (Andini, 2023).

Penggunaan sosial media semakin hari semakin meningkat. Hal ini didukung dengan hasil analisis Kepios yang menunjukkan bahwa pengguna internet di Indonesia meningkat 10 juta pengguna (+5,2 %) antara tahun 2022 dan 2023 (Data Reportal, 2023). Peningkatan penggunaan sosial media ini, salah satunya yang paling populer dikalangan pelajar dan mahasiswa adalah *TikTok*. Hal tersebut dibuktikan dengan data yang dipublikasikan *ByteDance* sendiri menunjukkan bahwa pengguna *TikTok* di Indonesia meningkat 18 juta (+19.4 %) antara awal 2022 dan awal 2023 (Data Reportal, 2023). Menurut Andini (2023) penggguna *TikTok* lebih banyak dari kalangan remaja. Hal tersebut didukung dengan adanya data dari *Paw Research Center*, (2023) yang menunjukkan bahwa 63% remaja usia 13-17 tahun menjadi pengguna aktif sosial media *TikTok*.

Masa remaja adalah masa untuk berintegrasi dengan lingkungan sekitar nya (Sari dkk., 2017). Di zaman sekarang, remaja harus siap dan mampu menghadapi tantangan kehidupan dan pergaulan karena remaja dihadapkan pada sejumlah permasalahan yang kompleks dan beragam, yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik, emosional, dan sosial (Berliana dkk., 2021). Pertumbuhan penggunaan sosial media khususnya TikTok di kalangan remaja sangat cepat dan berpotensi mempengaruhi aspek psikologis mereka, seperti kepercayaan diri. Menurut Hurlock (dalam Octavia, 2020), masa remaja terbagi menjadi 2 yakni masa remaja awal dan masa remaja akhir. Rentang usia remaja awal adalah 13 tahun atau 14 tahun sampai 17 tahun. Sedangkan rentang usia untuk remaja akhir adalah 17 tahun sampai 20 tahun. Berdasarkan hasil analisi dari *Paw Reaserch Center* diketahui bahwa Sebagian besar dari pengguna sosial media *TikTok* adalah remaja awal. Menurut Syahputra dan Rifandi (2021), pada masa remaja awal terdapat fase sensitif atau fase negatif, yaitu fase dimana seorang remaja bersikap anti sosial atau yang biasa disebut dengan anti terhadap kehidupan yang salah satu gejalanya adalah kurangnya kepercayaan diri.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya, yang memungkinkan dirinya melakukan sesuatu tanpa ragu-ragu, leluasa melakukan apa yang diingingkan, bertanggung jawab atas apa yang dilakukan, dapat menghargai orang lain, mengetahui kelebihan dan kekurangan diri serta proaktif untuk mencapai sesuatu (Lauster, 1991). Sedangkan menurut Syahputra dan Rifandi (2021), Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai keyakinan bahwa seseorang dapat membangun kesadaran diri, pemikiran postif, dan

kemandirian melalui penerimaan realitas. Menurut Lauster (1991), aspek – aspek dari kepercayaan diri mencakup, aspek yang pertama ambisi normal, ambisi yang tidak berlebihan dalam menentukan tergetnya. Kedua, kemandirian yakni kemampuan untuk berdiri sendiri dengan keberanian dan tanggung jawab. Ketiga, optimism yakni sikap positif seseorang yang selalu mempunyai pandangan baik terhadap segala sesuatu. Keempat, perasaan aman yakni perasaan yang mendorong individu untuk mencapai kedamaian serta kepastian. Kelima, toleransi yakni perasaan saling menghormati dan menghargai antar sesama. Keenam, keyakinan pada diri sendiri yakni sikap positif seseorang terhadap dirinya sendiri bahwa dia benar-benar mampu.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Antu dkk., (2023), didapatkan bahwa 84 siswa di MTs Negeri 02 Boalemo menunjukkan 12 responden (14,3%) memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi, 35 responden (41,7%) memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, dan 37 responden (44%) memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Nasrul dan Rinaldi (2020), menemukan bahwa skala tingkat kepercayaan diri subjek di SMAN 5 Pariaman yang paling banyak adalah subjek yang mempunyai tingkat percaya diri rendah yakni, 57 orang dari 79 subjek (72,15%). Sejalan dengan itu, hasil penelitian Irawan dan Dewi (2022) didapatkan juga bahwa tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh pelajar SMA di Kabupaten Lampung Timur mayoritas berada pada kategori rendah. Berdasarkan beberapa hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa remaja awal memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada remaja awal pada tanggal 22 Maret –24 Maret 2024 yang berjumlah 7 orang dengan rentang usia 13-17 tahun yang menggunakan sosial media *TikTok*. subjek mengaku bahwa mereka suka terhadap konten-konten yang ada pada sosial media *TikTok*. Mulai dari konten tutorial *stylish* yang sedang nge-*trend, make-up* tutorial, pencapaian pribadi seseorang seperti membeli mobil baru diusia muda, *unboxing* hasil belanja di sosial media, yang membuat para pengguna lain terhibur. Bahkan ada yang berkata bahwa "menonton pencapaian kehidupan pengguna lain membuat jiwa miskinnya saya terhibur".

Berdasarkan aspek ambisi normal, sebagian subjek memiliki keinginan yang tidak realistis seperti ingin berkencan dengan artis *TikTok* favoritnya. Sedangkan dua subjek lainnya memiliki keinginan yang realistis seperti berusaha dengan giat untuk memperbaiki penampilannya agar bisa memiliki banyak pengikut di akun sosial medianya. Selain itu, enam subjek mengatakan tidak dapat mengerjakan suatu pekerjaan sekolah secara sendiri dengan kemampuan yang dimiliki dan satu subjek mengatakan bahwa dapat mengerjakan suatu pekerjaan sekolah secara sendiri dengan kemampuan yang dimiliki mengacu pada aspek kemandirian. Aspek optimis dapat dilihat dari pernyataan subjek yang merasa mudah menyerah ketika mengalami kegagalan dan kerap merasa bahwa orang lain tidak menyukai diri mereka, namun tiga subjek lainnya pantang menyerah ketika gagal dan berusaha lebih keras jika mengalami kegagalan dalam suatu hal serta selalu memiliki prasangka yang baik akan sesuatu dan tidak menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi.

Selain itu, pernyataan subjek tentang merasa takut apabila berada dikeramaian dan tempat baru serta menemui orang baru namun satu orang subjek merasa tenang berada dikeramaian dan tempat baru serta tidak takut untuk bertemu orang baru mengarah pada aspek perasaan aman. Pada aspek toleransi tiga orang subjek merasa tidak terima ketika melihat teman yang berbeda keyakinan dengan dirinya serta tidak memberikan kesempatan pada temannya untuk mengemukakan pendapat. Sedangkan empat subjek lainnya merasa penting untuk menghargai teman yang berbeda keyakinan serta memberikan kesempatan kepada temannya untuk mengemukakan pendapat. Selanjutnya lima subjek merasa tidak mampu menghadapi masalah dengan baik serta ragu akan kemampuan diri sendiri. Sedangkan satu subjek lainnya merasa percaya akan kemampuan yang dimilikinya, serta berani mengemukakan pendapatnya di khalayak ramai mengarah pada aspek keyakinan pada diri sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa 5 dari 7 subjek memiliki kepercayaan diri rendah karena tidak memenuhi aspek-aspek dari Lauster (1991) yakni ambisi normal, kemandirian, optimisme, perasaan aman, toleransi dan keyakinan pada diri sendiri.

Menurut Putri dkk., (2016) dalam kebanyakan kasus remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung tidak percaya akan kemampuan yang dimilikinya, kurang mampu menjalin komunikasi yang baik dengan sekitarnya, malu untuk bertanya atau menyuarakan pendapat di dalam kelas, gugup jika diminta untuk maju ke depan, suka menyendiri dan sulit bergaul dengan teman-temannya. Bahkan tak sedikit remaja yang merasa tidak percaya diri untuk bertanya

atau memberikan pendapat tentang materi yang telah mereka pelajari disekolah (Rais, 2022).

Individu dengan rasa kepercayaan diri tinggi akan terlihat mudah berinteraksi dengan lingkungannya, berani untuk berpendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir postif dalam pengambilan keputusan (Rais, 2022). Selain itu, kepercayaan diri seorang remaja dianggap sebagai modal penting bagi remaja awal untuk dapat memantau proses belajarnya dan kesadaran diri secara keseluruhan. Dengan rasa percaya diri yang tinggi, individu dapat mencapai potensi maksimalnya (Ramadhan dkk., 2022).

Remaja dengan rasa percaya diri yang tinggi memiliki aktualisasi diri yang baik, memanfaatkan kemampuan yang dimiliki, serta dapat menyelesaikan masalahnya dengan mengambil keputusan dan mencari solusi sendiri (Nasrul dan Rinaldi, 2020). Sehingga hal tersebut akan mendorong mereka untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan dan menerima kegagalan yang mungkin mereka alami. Kepercayaan diri dianggap sebagai suatu hal penting bagi remaja awal untuk dapat memantau proses belajar dan kesadaran diri secara keseluruhan. Individu dapat mencapai potensi maksimalnya apabila memiliki rasa percaya diri yang tinggi (Ramadhan dkk., (2022).

Menurut Ghufron dan Suminta (2007) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain: faktor konsep diri, konsep diri diperoleh dari interaksi dalam suatu kelompok. Faktor harga diri, yakni evaluasi diri dari pengalaman serta konsep diri yang positif. Faktor pengalaman, yakni Pengalaman dalam berinteraksi dengan lingkungan akan mempengaruhi

kepercayaan diri. Faktor pendidikan, rendahnya tingkat pendidikan seseorang akan membuatnya bergantung dan lebih mudah dipengaruhi oleh orang yang lebih pintar darinya.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Ranjani dan Fauzi (2018); Suryadi dkk., (2023), penggunaan sosial media menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa dalam pergaulan. Sedangkan hasil penelitian Oktaviani dkk., (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan sosial media memiliki pengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi. Hal tersebut juga didukung dengan adanya hasil penelitian dari Suryadi dkk.,(2023) bahwa terdapat korelasi yang cukup erat antara intensitas penggunaan sosial media dengan kepercayaan diri dengan arah hubungan yang negatif (Suryadi dkk., 2023). Yang menjadi pembeda antara penelitian saya dan penelitian Suryadi dkk., (2023) adalah spesifikasi dari platfrom sosial media yang digunakan serta karakteristik subjek penelitian. Berdasarkan beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri tersebut peneliti memilih faktor intensitas penggunaan sosial media sebagai faktor yang mempengaruhi penelitian ini.

Menurut Daulay dkk., (2023), pada umumnya remaja banyak menghabiskan waktu hanya dengan bermain di sosial media. Hal tersebut dapat mendatangkan masalah yang serius apabila tidak ada pengawasan dari keluarga dan pihak tertentu. Sejalan dengan itu Syahputra dan Rifandi (2021), mengungkapkan bahwa remaja saat ini tampak sangat ketergantungan atau kecanduan terhadap sosial media. Sedangkan pengguna sosial media dari segala umur, tidak menutup kemungkinan mudahnya akses terhadap konten-konten yang mengandung unsur negatif

didalamnya (Adawiyah,2020). Selain itu, media sosial cenderung mengedepankan daya tarik dan kecantikan melalui tipe tubuh ideal: seksi, berkulit putih, tinggi, berotot, berdada bidang, dan gagah bak idola (Fitri dkk., 2018). Maka dari itu penggunaan media sosial dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja dan juga menimbulkan banyak permasalahan pada remaja(Syahputra & Rifandi, 2021).

Penggunaan sosial media bisa di analisis melalui tingkat keaktifan individu pada platform media sosial mereka. Menurut survei dari *We Are Social* (2018), Pada tahun 2018, Indonesia berada di peringkat ketiga dalam kategori pertumbuhan pengguna media sosial tercepat di seluruh dunia. Rata-rata waktu yang digunakan dalam sehari adalah 3 jam 23 menit. Sosial media bisa berdampak positif atau negatif, tergantung sejauh mana penggunaannya (Rahman, 2017). Intensitas penggunaan media sosial dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu *light users* (≤ 3 jam per hari), *medium users* (3 – 6 jam per hari) dan *heavy users* (≥ 6 jam per hari) (Liang, 2021).

Menurut Ajzen (2005), intensitas penggunaan sosial media adalah usaha yang dilakukan seseorang dalam melakukan aktivitas di sosial media tertentu. Sedangkan menurut Sa'diyah dkk., (2022), intensitas penggunaan media sosial adalah tingkat perhatian dan keinginan seseorang untuk menggunakan media sosial dan berinteraksi dengan orang lain. Menurut Ajzen, (2005), terdapat empat aspek yang mempengaruhi intensitas penggunaan sosial media: perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Adawiyah (2021), remaja menghabiskan waktu untuk bermain sosial media TikTok tidak hanya pada saat

waktu kosong, bahkan saat pelajaran berlangsung dikelas. TikTok menyajikan berbagai konten mulai dari konten hiburan, edukasi, berita, tips dan trik, curhat, sampai konten yang mengundang rasa tidak percaya diri atau *insecure* (Hartono dkk., 2022). Penggunaan sosial media dengan intensitas yang tinggi cenderung membuat individu membandingkan dirinya dengan orang lain sehingga menimbulkan perasaan cemburu dan iri hati (Suryadi dkk., 2023). Tak hanya itu, saat ini banyak remaja yang lebih percaya diri apabila berbicara pada sosial media daripada berbicara langsung dengan lawan bicaranya. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kecenderungan perubahan sikap manusia yang awalnya memilih berkeluh kesah dengan orang lain secara langsung menjadi berkeluh kesah di media sosial, salah satunya adalah *TikTok* (Hartono dkk., 2022).

Intensitas penggunaan sosial media memiliki keterkaitran dengan kepercayaan diri, hal tersebut dijelaskan oleh Syahputra dan Rifandi (2021) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan sosial media dengan kepercayaan diri pada remaja awal. Hal yang sejalan juga didapatkan oleh Pratama dan Rahayu (2021), terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan kepercayaan diri seseorang, yang artinya apabila penggunaan sosial media yang tinggi akan berpengaruh terhadap penurunan kepercayaan diri bagi penggunanya. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryadi dkk., (2023), kedua variabel memiliki hubungan yang negatif.

Suryadi dkk., (2023) mengungkapkan bahwa semakin sering individu mengakses sosial media yang berlebihan maka akan mengurangi rasa cinta terhadap

diri sendiri, merasa kurang puas dengan apa yang dia punya, yang menyebabkan individu malu dan tidak percaya diri di kehidupan sosial (Daulay dkk., 2023). Menurut Farida dan Abdillah (2021) perasaan itu disebabkan karena sering melihat postingan atau foto orang lain yang memiliki bentuk tubuh yang ideal, pencapaian akademik atau non akademik, kehidupan keluarga yang harmonis, melakukan *traveling*, bepergian ke tempat yang sedang *hits* atau *trend* di sosial media (Fitri dkk, 2018).

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan sosial media *TikTok* dengan kepercayaan diri pada remaja awal?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dengan tingkat kepercayaan diri remaja awal. Adapun manfaat penelitian ini yaitu :

1. Manfaat Teoritis

   Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti lain dalam bidang psikologi khususnya bidang psikologi sosial klinis yaitu tentang hubungan antara intensitas penggunaan sosial media dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja.

2. Manfaat Praktis

   1) Bagi orang tua

      Penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua untuk lebih memperhatikan dan memberikan dukungan bagi anak-anaknya dalam

mengelola penggunaan sosial media yang sehat serta mengembangkan kepercayaan diri remaja.

2) Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran remaja maupun orang dewasa akan pentingnya mengelola penggunaan sosial media dengan baik dan meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki.