

**BAB I**  
**PENDAHULUAN**  
**A. Latar Belakang**

Teknologi saat ini mempermudah manusia dalam berhubungan sosial. Media sosial menjadi salah produk teknologi yang membantu manusia bersosial, sehingga media sosial lekat dengan manusia. Data yang diambil pada tahun 2021 oleh databooks.com, terdapat lima media sosial yang paling sering diakses yakni Youtube sekitar 82% dan selanjutnya disusul oleh media sosial Facebook dan Instagram dengan jumlah akses masing-masing sebesar 77% disusul oleh media sosial TikTok dengan jumlah 43 % dan Twitter sekitar 30%.

Menurut data yang dirilis oleh Hootsuite (2021) terdapat 59,5% pengguna aktif internet seluruh dunia dan terdapat 53,6% menggunakan media sosial. Sedangkan di Indonesia dengan populasi 274,9 juta jiwa, 73,7% penduduknya aktif menggunakan internet lalu sebanyak 61,8% penduduknya aktif menggunakan media sosial. Databook.com ( 2021) menambahkan usia 18 tahun hingga 24 tahun dapat dikatakan sebagai rentang usia yang paling aktif menggunakan Instagram. Sakti dan Yulianto (2018) menyebutkan individu dengan rentang usia ini sedang mencari identitas diri dan membentuk citra diri untuk dikagumi dan diakui oleh publik. Sehingga individu berupaya untuk menunjukkan keberadaan dirinya dengan berbagai cara, salah satunya dengan bantuan Instagram. Dari data yang dirilis Hootsuite ditemukan banyak warga net (masyarakat pengguna internet) mengakses media sosial dan menghabiskan sekitar 3 jam 31 menit untuk bermain media sosial. Banyaknya jumlah pengguna

aktif media sosial ini, menyadarkan kita bahwa media sosial tidak bisa lepas dari kehidupan sehari-hari. Berbagai kegiatan yang dapat dilakukan melalui media sosial seperti mencari hiburan, mengunggah foto dan video, berkomunikasi, mencari informasi, dan sebagainya.

Salah satu aplikasi yang berfokus untuk mengunggah foto dan video adalah Instagram, aplikasi ini masih mampu menarik perhatian penggunanya dengan berbagai fasilitas yang telah disediakan (Sembiring, 2017). Instagram membuat penggunanya bisa membagikan pikiran serta perasaannya melalui unggahan dan mengambil foto dan video. Selain itu, Instagram juga memberikan fasilitas yang dapat dimanfaatkan penggunanya seperti adanya layanan filter untuk dapat menambah tampilan individu di Instagram. *Followers* akan memberikan *like* dan komentar pada unggahan jika *followers* menganggap unggahan tersebut menarik.

Pemberian *like* dan komentar dapat menimbulkan perasaan puas dan merasa mendapatkan dukungan dari sisi emosional dan psikologisnya (Aryaguna, dalam Puspitasari 2016). Suhartanti (2016) menyebutkan individu akan mengunggah foto atau video yang dianggap menarik yang disertai judul yang membuat unggahan tersebut lebih menarik lagi, sehingga *followers* tertarik untuk memberikan *like* serta komentar pada unggahan. Banyaknya jumlah *like* serta komentar yang didapat mendorong individu untuk semakin sering mengunggah foto atau video melalui Instagram untuk mendapatkan perhatian dari orang lain. Hal ini mengarah pada perilaku narsistik.

Demi mendapatkan *like* serta komentar pada unggahannya, individu terkadang tidak ragu untuk melakukan hal yang ekstrim bahkan hingga merenggut. Seperti berita yang dimuat dalam iNews.id (2021) seorang selebgram asal Hongkong tewas terpeleset saat berswafoto di tepi air terjun. Selain itu dalam Jatim.iNews (2021) menuliskan bahwa ada seorang pemuda asal Probolinggo nekat masuk tanpa izin untuk membuat konten video agar menjadi viral tewas terjatuh dari tebing setinggi 45 meter akibat terpeleset saat berburu spot untuk swafoto bersama dua teman lainnya.

Menurut DSM-IV (dalam Kristanto, 2012) terdapat beberapa karakteristik individu mengalami gangguan kepribadian narsistik: 1) Merasa bahwa dirinya merupakan sosok yang penting, 2) Berangan-angan tentang keberhasilan, kekuatan, kepandaian, dan kecantikan, 3) ingin selalu dikagumi, 4) merasa layak diperlakukan istimewa, 5) kurangnya perasaan empati, 6) cenderung memafaatkan orang lain, 7) iri terhadap orang lain, 8) merasa orang lain tidak lebih hebat dari dirinya, 9) menganggap dirinya unik.

Peneliti melakukan wawancara kepada 3 orang yang aktif menggunakan Instagramnya untuk melihat fenomena kecenderungan narsistik di masyarakat dengan mengajukan beberapa pertanyaan.

“Aku upload foto ya biar banyak yang kasih like sama comment sih, kalo ngga ada yang like ya pasti sedih lah apalagi kalo ada comment yang isinya jelek. Biasanya aku ambil selfie sih sebelum upload, tapi sebelumnya harus aku edit dulu pake lightroom biar fotonya tambah bagus. Kalo ditanya mau jadi selebgram apa ngga ya pasti mau lah, makanya aku sekarang banyak bikin konten di

Instagram buat nambah-nambah followers” (Hasil wawancara H, Jogja, 11 November 2022).

“Aku kalo ngepost di Instagram biasanya buat berbagi momen ke followersku jadi fotonya harus yang estetik atau ngga bagus menurutku, jadi kadang-kadang aku edit. Siapa tau bisa nambah-nambah followers juga terus jadi terkenal. Senenglah kalau dapet banyak *like*, kadang-kadang aku suka ngecek jumlah orang yang udah nge-like hahaha. Terus kadang kalo ada komen yang jelek juga kesel sih.” (Hasil wawancara V, Jogja, 11 November 2022)

“Yaa buat tambah followers lah, kadang langsung nambah kalo habis upload foto. Yang diupload isinya paling kayak kegiatan sehari-hari, selfie atau ngajakin temen. Aku biasane foto di tempat yang bagus, kayak di tempat yang jarang buat foto biar unik. Biasanya aku minta tolong temenku buat ngefotoin, soalnya hasilnya bagus. Terus biar feed instagramnya keren, kalo fotonya bagus-bagus bisa banyak followers terus jadi terkenal. Tanggapan kalo dikomen jelek yaa tak hapus, kalo dikomen bagus seneng haha. Pernah sih iri sama orang yang followerse banyak tapi anake emang hitz” (Hasil Wawancara A, Jogja, 11 November 2022).

Berdasarkan hasil wawancara kepada 3 orang pengguna Instagram terlihat bahwa mereka memenuhi beberapa karakteristik narsistik berdasarkan DSM-IV. Pertama, individu merasa bahwa diri mereka adalah sosok yang penting, terlihat pada alasan individu menggunakan sosial media untuk memperlihatkan kehidupan sehari-hari pada *followers*. Kedua, individu berkeinginan untuk menjadi terkenal melalui Instagram, hal ini terkait dengan berangan-angan akan keberhasilan.

Ketiga, individu mengunggah foto-foto serta video untuk dikagumi, oleh karena itu mereka hanya memposting foto yang menurut mereka cantik saja untuk mendapatkan *like* dari *followers*-nya. Individu tidak suka jika unggahannya mendapatkan komentar buruk. Keempat, individu meminta temannya untuk mengambil foto dirinya agar fotonya tampak lebih menarik, hal ini terkait dengan kecenderungan untuk memanfaatkan orang lain. Kelima, individu merasa iri dengan orang lain yang dianggap lebih terkenal dibandingkan dirinya.

Mahendra (2011) mengatakan media sosial hadir sebagai wadah individu untuk menunjukkan eksistensinya. Eksistensi yang baik akan diperoleh ketika kegiatan yang dibagikan ke media sosial merupakan kegiatan yang kreatif dan menghasilkan karya akan membantu individu untuk menyalurkan ide kreatifnya. Menurut Alfindra (2017) motivasi individu bergabung di media sosial Instagram adalah untuk aktualisasi diri. Kegiatan individu untuk mengunggah kegiatan-kegiatan menurut kejadian-kejadian penting seperti pesta, liburan, melakukan hobi, dan kumpul bersama teman-temannya sebagai bentuk aktualisasi diri. Puspitasari (2016) menjelaskan kebutuhan tersebut mendorong individu untuk berusaha memperlihatkan dirinya secara berlebihan untuk mendapatkan perhatian sehingga individu dapat merasa diterima dan disayangi oleh orang lain.

Perilaku individu yang ingin memperlihatkan dirinya secara berlebihan dengan berbagai cara agar mendapatkan nilai yang sempurna, memiliki bentuk tubuh yang bagus, dan sebagainya di media sosial berhubungan dengan kecenderungan narsistik pada individu (Sembiring, 2017). Martiani, Hadiwinarto, dan Herawati (2020) berpendapat bahwa individu yang aktif menggunakan

Instagram untuk mempilkan dirinya secara terus-menerus, tidak memperhatikan konten dan kondisi, serta memunculkan perilaku pamer serta kurangnya empati merupakan salah satu ciri narsistik. Menurut Raskin dan Terry (dalam Maulidania, 2017) narsistik merupakan bentuk kekaguman individu terhadap dirinya sendiri yang ditandai dengan suka menjadi pusat perhatian, tidak senang dikritik, lebih mementingkan dirinya sendiri dibandingkan orang lain, serta perasaan kagum yang berlebihan terhadap diri sendiri yang ditandai dengan kecenderungan menilai dirinya secara berlebihan.

Robert (dalam Jazilah, 2017) berpendapat bahwa kepribadian narsistik adalah suatu keinginan individu yang cenderung suka meminta pengaguman, pujian, dan pemujaan diri tentang kebutuhan akan keunikan, kelebihan kesuksesan, kemampuan yang lebih tinggi dibandingkan orang lain, serta meminta perhatian yang lebih dari orang lain sebagai bentuk evaluasi terhadap dirinya. Chaplin (dalam Kristanto, 2012) menjelaskan narsistik sebagai bentuk mencintai diri, yang dicirikan melalui perhatian yang sangat ekstrim kepada diri sendiri, dan kurang atau tidak adanya perhatian pada orang lain.

Kartono (dalam Apsari, 2012) mengartikan istilah narsistik sebagai bentuk cinta yang ekstrim terhadap dirinya, paham yang mengharapakan bahwa dirinya sosok yang penting dan sangat superior, ada *extreme self importancy*, adanya anggapan bahwa dirinya lah yang paling pandai, paling hebat, paling berkuasa, paling bagus dan segalanya. Individu yang bersangkutan tidak perlu memikirkan orang lain dan sangat egoistis. Bagi individu ini, dirinya merupakan sesuatu yang lebih penting dibandingkan dengan yang lainnya.

Ditemukan dalam penelitian Engkus, Hikmat & Saminnurahmat (2017) perilaku narsisme yang terjadi di Kawasan Bandung Timur berada pada posisi yang sedang, namun pada penelitian Rahman & Ilyas (2019) menemukan 57% pengguna media sosial menunjukkan perilaku narsistik yang dikategorikan cukup tinggi. Hal ini membuktikan perilaku narsisme dapat terus meningkat dari waktu ke waktu. Perilaku narsisme yang terus meningkat tanpa adanya pencegahan dapat menimbulkan bahaya pada individu. Seperti yang disampaikan, Engkus, Hikmat dan Saminnurahmat (2017) salah satu dampak yang ditimbulkan adalah dampak terhadap dirinya sendiri, yaitu merasa bahwa dirinya harus sempurna. Hal ini menyebabkan hubungan individu dengan lingkungannya terasa tidak nyaman, orang-orang yang berada disekitar individu akan turut merasa tidak nyaman karena tidak dapat memahami emosi yang ada pada individu yang narsis dan pada akhirnya individu akan dijauhi.

Sedikides *et al* (2004) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki kecenderungan narsistik, diantaranya adalah harga diri, depresi, kesepian, dan *subjective well-being*. Namun, dalam penelitian ini peneliti hanya akan membahas dua faktor saja. Dua faktor diantaranya adalah kesepian dan harga diri.

Menurut Russel (2014) kesepian merupakan perasaan subjektif individu karena tidak adanya kepuasan terhadap kualitas dalam hubungan dengan orang lain. Selanjutnya Russel (dalam Fatkhurrohman, 2020) hal ini menimbulkan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan terkait dengan perasaan kekosongan, kecanggungan, dan kebosanan. Dalam Hidayati (2015) Peplau dan

Perlman menjelaskan kesepian adalah suatu pengalaman subjektif atau perasaan emosi negatif yang tidak menyenangkan di mana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan. Selanjutnya Peplau dan Perlman (1979) menyebutkan kesepian muncul ketika individu memiliki jaringan sosial yang kecil atau kurang puasnya hubungan yang dimiliki dengan orang lain. Hal ini senada dengan pernyataan Gierveld, dkk (dalam Hermawan & Sagita, 2020) yang menyebutkan kesepian terjadi ketika individu menghadapi situasi yang bertentangan dimana jumlah hubungan yang ada lebih kecil dari yang diharapkan serta belum terwujudnya keintiman yang diinginkan.

Peplau dan Perlman (1982) menyebutkan aspek-aspek kesepian yaitu, kebutuhan akan keintiman, proses kognitif, dan penguatan sosial. Menurut Brehm (dalam Basuki, 2015) terdapat dua hal yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kesepian. Hal pertama adalah hubungan yang dimiliki individu tidak memiliki kedekatan, ketidakdekatan hubungan individu menjadi penyebab perasaan tidak puas dengan hubungan yang dimiliki, dan yang kedua adalah adanya perubahan terhadap apa yang diinginkan individu dari suatu hubungan. Selanjutnya Hawkley (dalam Novotney, 2019) menyebutkan kesepian dapat timbul ketika individu tidak memiliki sumber emosi, mental, atau finansial untuk keluar dan memuaskan kebutuhan sosial mereka atau mereka tidak memiliki lingkup yang dapat memberikan manfaat ini.

Seperti yang sudah disampaikan peneliti, faktor selanjutnya adalah harga diri. Harga diri individu dapat menjadi faktor seseorang memiliki kecenderungan narsistik. Tafarodi dan Swann (2001) menyebutkan bahwa harga diri merupakan



penilaian yang baik atau buruk tentang dirinya serta penilaian pribadi terhadap kemampuan dirinya. Lenner dan Spanier (1980) mengemukakan harga diri merupakan tingkat penilaian positif atau negatif yang berkaitan dengan konsep diri seseorang (dalam Candra, Harini & Sumirta 2017). Coopersmith (dalam Lestari & Koentjoro, 2002) mengatakan bahwa harga diri merupakan hasil evaluasi, baik berupa penerimaan ataupun penolakan individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Hal ini berkaitan dengan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya berarti, mampu, berharga berdasarkan standar pribadinya. Coopersmith (dalam Thiro, Sinolungan & Pali 2021) membagi menjadi dua karakteristik harga diri, yaitu individu dengan harga diri tinggi dan individu yang memiliki harga diri rendah, individu yang memiliki harga diri yang tinggi mempunyai beberapa karakteristik yaitu memiliki akademik yang baik, mampu berekspresi dengan baik, mau menerima kritikan, percaya pada persepsi dan reaksi dirinya, serta tidak terbenam di dalam masalahnya sendiri. Sedangkan individu dengan harga diri yang rendah memiliki karakteristik seperti takut gagal dalam membina hubungan, terlihat putus asa, merasa rendah diri, kurang bisa mengekspresikan diri, merasa disisihkan dan tidak diperhatikan, bergantung pada lingkungan, berperan pasif dalam lingkungan, serta tidak konsisten.

Laeli, Sartika, Rahman, dan Fatchurrahmi (2018) mengemukakan terdapat berbagai variasi harga diri yang dimiliki oleh setiap individu. Perasaan bahwa dirinya dicintai oleh orang lain, serta kuat atau baik dapat menimbulkan keinginan

untuk menganggap bahwa dirinya berharga. Sedangkan perasaan tidak dicintai, bergantung dengan orang lain dapat mengakibatkan rasa kehilangan harga diri

Menurut Rutledge (dalam Yuliastara, 2014) seseorang yang mengalami kesepian akan sering berfoto dan kemudian diunggah ke media sosial sebenarnya agar mendapat perhatian dari orang lain. Individu dengan harga diri yang positif akan memandang baik mengenai dirinya, cenderung aktif berpartisipasi, diterima oleh lingkungannya, serta memiliki keyakinan untuk berhasil dan mandiri membuat individu tidak membutuhkan pengakuan berlebih dari orang lain (Pratiwi, 2021). Berarti hal ini juga berlaku sebaliknya, individu yang memandang harga diri secara negatif memandang dirinya rendah, merasa tidak diperhatikan, bersikap pasif, serta bergantung pada lingkungan sehingga membuat individu membutuhkan pengakuan dari orang lain.

Penelitian yang dilakukan Hardika, Noviekayati dan Saragih (2019) menemukan bahwa adanya hubungan antara kesepian dan harga diri dengan gangguan kepribadian narsistik. Semakin tinggi seseorang merasa kesepian semakin tinggi tingkat narsistik yang diperlihatkan di media sosial. Riset dari Shaw dan Gant (dalam Hardika, Noviekayati & Saragih 2019) menambahkan komunikasi *online* yang dilakukan pada media sosial bisa meningkatkan dukungan sosial, harga diri sekaligus mengurangi kondisi kesepian dan depresi. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Sembiring (2017) menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kesepian dengan kecenderungan narsistik, dalam penelitiannya menyebutkan terdapat faktor lain yang menyebabkan individu memiliki kecenderungan narsistik yaitu harga diri. Harga diri

mempengaruhi kecenderungan narsistik sebesar 40,2% (Andreas, 2021). Hal ini menandakan adanya hubungan antara harga diri dengan kecenderungan narsistik. Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian Haikal (2018) yang menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan kecenderungan narsistik, hal ini berarti bahwa semakin rendah harga diri maka semakin tinggi kecenderungan perilaku narsisme adapun sebaliknya. Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kesepian dan harga diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna Instagram?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### 1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menget

ahui apakah ada hubungan kesepian dan harga diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna media sosial Instagram.

### 2. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat empirik penelitian ini adalah bisa dimanfaatkan untuk mengurangi kecenderungan narsistik melalui instagram melalui usaha mengatasi masalah kesepian dan harga diri pada pengguna Instagram.
- b. Manfaat teoritis penelitian ini adalah diharapkan nantinya dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi sosial dan klinis dalam hal kesepian, harga diri dan kecenderungan narsistik pada pengguna instagram.