

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi di abad modern ini tidak dipungkiri memiliki berbagai macam pengaruh terhadap kehidupan manusia, terlebih yang hidup di kota-kota besar. Berbagai macam pengaruh itu, baik yang positif maupun negatif hampir menjadi hal lumrah dalam keseharian, terlebih jika itu sudah menjadi fenomena dan gaya hidup.

Salah satu pengaruh perkembangan zaman dan kemajuan teknologi yang sedang menjadi fenomena saat ini adalah *selfie*. Begitu banyak orang yang tak mau ketinggalan melakukan hal yang satu ini, dan kini seolah menjadi "rutinitas" bagi sebagian orang tanpa mengenal batasan usia, status, pekerjaan dan lainnya. (Saputra dalam Kompasina, 2014). Fenomena *selfie* merupakan salah satu fenomena yang menjadi topik pembicaraan utama pada tahun 2013 bahkan sampai saat ini. Sedemikian fenomenalnya, sehingga *Oxford Dictionaries* pun mempopulerkan *selfie* sebagai *Word of the Year*. *Selfie* adalah foto hasil memotret diri sendiri, biasanya dengan *smartphone* atau *webcam*, lalu diunggah ke media sosial (Gibb, 2013). Jenis media sosial yang digunakan untuk mengunggah *selfie* seperti facebook, twitter, dan instagram.

Saat ini *selfie* semakin banyak mengundang perhatian dari berbagai profesi khususnya para psikolog. Para psikolog biasanya menilai bahwa *selfie* memang sesuatu yang wajar. *Selfie* adalah bentuk aktualisasi diri, dan itu menjadi hal yang positif ketika *selfie* ini menghasilkan sebuah foto yang bernilai seni tinggi. *Selfie*

sebenarnya tidak dimaksudkan untuk hal-hal yang negatif, karena hanya menunjukkan dirinya pada publik melalui sosial media. Bukan menjadi suatu masalah yang besar ketika seseorang melakukan *selfie* lalu mengirim ke sosial media bahkan banyak orang dapat melakukan hal tersebut. Menurut Rahmawati, dkk (2014) jika sudah menyebabkan kecanduan maka sangat perlu mendapatkan perhatian dan pengawasan lebih terhadap diri sendiri maupun orang terdekat. Salah satu dampak negatif dari melakukan *selfie* dapat mengarah pada ciri-ciri narsistik apabila *selfie* yang dilakukan secara berlebihan yaitu, kegiatan *selfie* yang dilakukan seseorang menimbulkan sifat candu atau obsesi bagi para pelakunya untuk mendapatkan hasil foto yang bagus dengan usaha untuk mendapatkan perhatian dari orang lain, dan mengharapkan pemujaan, pujian mengenai keindahan hasil foto selfienya.

Orang yang mempunyai kebiasaan *selfie* yang dapat mengarah pada ciri-ciri narsistik akan mempunyai obsesi berlebih dibanding orang yang berselfie sewajarnya. Semakin sering melakukan *selfie*, maka semakin besar pula obsesinya untuk selalu tampil sempurna dan mengesankan di depan orang lain. Dijelaskan lebih lanjut oleh Roslina (dalam cnnindonesia.com, 2014) bahwa *selfie* yang mengarah pada ciri-ciri narsistik manakala perilaku tersebut telah mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari karena obsesinya untuk terus menerus melakukan *selfie* sehingga sebagian besar waktunya digunakan untuk melakukan *selfie* dan merasa takut apabila tidak mampu mendapatkan foto *selfie* sesuai dengan yang diinginkan. Menurut Sutardjo (2007), ciri-ciri narsistik merupakan perilaku yang mengarah pada abnormal, itu karena hal tersebut merupakan gangguan pada

individu untuk bertindak secara dramatis, mencari ketakjuban dari orang lain, tetapi memiliki kedangkalan dalam ekspresi emosinya serta dalam menjalin hubungan dengan orang lain .

Menurut Robert (2012) 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 penilaian atas dirinya. Menurut Chaplin (dalam Kristanto, 2012) kata narsistik, sering disebutkan pada mereka yang sering membanggakan dirinya sendiri atau mereka yang sering berfoto ria untuk dipamerkan kepada orang lain, salah satunya dengan diunggah ke dalam jejaring sosial miliknya. Selain itu Duran & Barlow (2007) menyatakan bahwa individu dengan ciri-ciri narsistik memanfaatkan individu lain untuk kepentingan diri sendiri dan hanya menunjukkan sedikit empati kepada individu lain.

Individu dengan ciri-ciri narsistik akan cenderung untuk memberitahu orang lain tentang keberhasilan, kecerdasan dan kecantikan yang diyakini melebihi orang lain. Menurut Vazire, dkk (2008), ciri-ciri narsistik dapat bermanifestasi pada penampilan fisik seseorang, seperti kepentingan tentang penampilan mereka, keinginan untuk menjadi pusat perhatian dan perubahan penampilan fisik dalam usaha pencarian status sosial. Tidak hanya dalam hal kecantikan fisik, Campbell, dkk (Campbell & Miller, 2011) juga menemukan bahwa orang dengan ciri-ciri narsistik merasa diri mereka lebih tinggi dibanding orang lain, menilai diri mereka lebih pintar dan berpengalaman, namun tidak lebih

mudah dipahami, dibanding orang kebanyakan. Sehubungan dengan keadaan ini, beberapa contoh jenis foto *selfie* yang ditampilkan pengguna sosial media adalah foto *selfie* tentang penampilan, pakaian atau aksesoris yang mereka kenakan, foto tentang hasil/nilai tes terbaik yang mereka dapatkan, foto buku-buku ensiklopedia yang sedang dibaca, maupun foto mengenai penghargaan atas keberhasilan yang ditujukan untuk mendapatkan pujian dan pengakuan dari orang lain.

Ciri-ciri narsistik dapat dikatakan tinggi apabila individu telah melintasi perbatasan kepercayaan diri yang sehat dengan berpikir begitu tinggi pada diri sendiri dengan beranggapan bahwa dirinya cantik dan pantas mendapatkan perhatian banyak orang melalui foto *selfie* yang diunggah di media sosial dengan sebanyak-banyaknya, dan menghargai diri sendiri lebih dari ia menghargai orang lain. Hal ini sesuai dengan ciri-ciri narsistik menurut Maria (20001) bahwa karakteristik kecenderungan narsistik adalah orang sensitif terhadap kritik atau kegagalan, kebutuhan yang besar untuk dikagumi, dan kurangnya kemampuan mereka untuk berempati atau mengenali dan mengerti perasaan orang lain.

Ciri-ciri narsistik di jejaring sosial *facebook* sebelumnya pernah diteliti oleh Kristanto (2012) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan narsistik pengguna *facebook* mahasiswa psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang termasuk kategori sedang. Sebaliknya penelitian lain menunjukkan bahwa berdasarkan data yang diperoleh, para pengguna *friendster* memiliki kecenderungan narsisme dan harga diri yang dimiliki masih dalam batas rendah, dengan kata lain pengguna *friendster* yang memiliki harga diri yang rendah mempunyai kecenderungan narsisme

(Adi.dkk,2009). Narsisme juga berhubungan dengan jumlah aktivitas di website yang dilihat dari jumlah teman dan jumlah *wallposts* atau pesan dinding yang ia miliki. Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa narsisme secara positif berhubungan dengan unsur kecantikan fotografi dan self-promotion. Pemilik *web page* tersebut juga cenderung mempromosikan diri dan kecantikan mereka melalui foto profil (Buffardi & Campbell, 2008).

Menurut Grant (dalam Mazman & Uzluel, 2011), keinginan individu melakukan foto *selfie* didorong oleh keinginan untuk mendapatkan pengakuan atau mencari perhatian pihak lain. Perhatian dari pihak lain dibutuhkan untuk membuat diri menjadi lebih percaya diri dan merasa puas. Lebih lanjut, Buffardi & Campbell (2008) mengatakan bahwa kemudahan untuk memamerkan foto diri kepada orang lain juga difasilitasi oleh media sosial yang memberikan fitur-fitur canggih untuk mengubah diri menjadi lebih cantik dan mengesankan. Hal ini membuat pelaku *selfie* berusaha untuk menjaga penampilannya agar selalu terlihat mengesankan dalam foto *selfie* yang akan diunggah ke dalam media sosial miliknya. Akibatnya pelaku *selfie* menjadi tidak peduli dengan orang lain karena terlalu fokus pada diri sendiri, mudah merasa tersinggung dan kecewa apabila mendapatkan kritik, interaksinya dengan orang lain hanya untuk memberitahu orang lain tentang kecantikan yang ia yakini melebihi orang lain (Campbell dalam lauren dkk, 2000).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada lima orang yang sering melakukan foto *selfie* di media sosial pada tanggal 17 Januari 2016 diperoleh hasil bahwa, empat dari lima orang tersebut sering melakukan *selfie* dalam aktivitas

sehari-hari dan foto *selfie* tersebut diunggah pada akun media sosial miliknya. *Facebook* dan *instagram* adalah jejaring sosial yang paling sering digunakan untuk memajang foto *selfie*. Foto *selfie* yang dilakukan pada setiap aktivitas sehari-hari misalnya, pada saat menjelang tidur, di suatu tempat keramaian atau bahkan pada saat sedang makan di tempat-tempat yang mewah lalu kemudian mengunggahnya pada akun media sosial dengan harapan agar teman dalam lingkungan media sosial memberikan kekaguman melalui komentar berupa pujian. Pelaku *selfie* tersebut mengakui bahwa dengan banyak melakukan *selfie* orang lain akan memberikan pengakuan sesuai dengan yang sangat diharapkan. Semakin mendapatkan banyak rasa kagum dari orang lain membuat pelaku *selfie* tersebut semakin terobsesi untuk terus menerus mencari hasil foto yang menurutnya adalah yang paling sempurna bahkan dalam sehari dapat menghabiskan sekitar 200 kali pengambilan foto *selfie*, selain itu juga diakui bahwa pelaku *selfie* tersebut selalu berusaha mengubah penampilannya dalam setiap melakukan foto *selfie* agar bisa menghasilkan foto *selfie* yang bisa membuat banyak orang tertarik untuk memberikan pujian ataupun tanda suka pada setiap foto yang diunggah di akun media sosial.

Selanjutnya Pelaku *selfie* tersebut mengakui kekecewaannya jika mendapatkan kritik dari orang lain, penggemar *selfie* tersebut akan membalas bahkan dengan hujatan yang bisa membuat orang lain tidak lagi mengkritik dirinya. Pelaku *selfie* tersebut menyatakan dengan percaya diri bahwa foto *selfie* yang diunggah pada akun media sosial selalu lebih unggul dan lebih mengesankan dari foto *selfie* orang lain sehingga orang lain tidak pantas untuk memberikan

kritik pada foto selfienya. Keempat pelaku *selfie* tersebut selalu sibuk melakukan *selfie* ketika sedang berkumpul bersama teman atau keluarga bahkan sampai terlupa bahwa sedang bersama dengan teman atau keluarga, ditambahkan juga dengan pengakuan bahwa pelaku *selfie* tersebut hanya mau berteman dengan orang yang lebih banyak memuji foto *selfienya* karena orang yang memuji foto *selfie* tersebut adalah orang yang dapat memahami dirinya.

Perilaku pelaku *selfie* tersebut menampakkan adanya ciri-ciri narsistik. Hal ini dapat dilihat dari keinginan untuk mendapatkan kekaguman dari orang lain menandakan adanya kebutuhan yang besar untuk dikagumi, kekecewaan ketika mendapat kritik dan perilaku membalas dendam untuk mengkritik balik menandakan ciri bahwa dirinya adalah seorang yang sensitif terhadap kritik dan perilaku kurangnya kepekaan dan kepedulian terhadap keberadaan orang lain menandakan bahwa seorang tersebut hanya memiliki sedikit empati dan tidak dapat memahami orang lain.

Sedikeides, dkk (dalam Adi, 2009) memberikan hasil risetnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ciri-ciri narsistik yaitu: 1). Harga diri yang tidak stabil. 2). Depresi. 3). Kesepian. 5). Perasaan subjektif. Dari beberapa faktor yang mempengaruhi tersebut dalam penelitian ini peneliti memilih kesepian, kemudian dari faktor tersebut dilihat sejauh mana kesepian dapat mempengaruhi kecenderungan narsistik seseorang. Dalam hal ini peneliti memilih kesepian dengan melihat keadaan manusia sebagai makhluk sosial haruslah memiliki hubungan dalam kelompok sosial, menjadi anggota di dalamnya dan juga dapat diterima dalam lingkungan sosialnya guna memenuhi kebutuhannya. Menurut

Maslow (dalam Goble, 2002) cinta atau kasih sayang adalah salah satu kebutuhan dasar manusia yang merupakan kebutuhan dasar setelah kebutuhan fisiologis dan rasa aman. Dalam memenuhi kebutuhan tersebut, individu memerlukan suatu hubungan akrab dengan individu lain yang didalamnya terdapat kesempatan yang sama besarnya dalam memberi dan menerima cinta. Kegagalan dalam mewujudkan hal tersebut akan menyebabkan kesepian. Kesepian adalah perasaan emosi yang dirasakan ketika individu beranggapan bahwa kehidupannya sosialnya lebih kecil daripada apa yang mereka inginkan, atau ketika individu merasa tidak puas dengan kehidupannya sosialnya (Peplau & Perlman dalam Oguz & Cakir, 2014).

Fitur-fitur yang tersedia dimanfaatkan pelaku *selfie* untuk memajang foto diri untuk tujuan mencari perhatian orang-orang disekitar lingkungan media sosial dengan lebih mengutamakan penampilan dan kecantikan diri dan menginginkan atau menghendaki orang lain untuk memberikan perlakuan yang istimewa yaitu dengan memberikan pujian. Selain itu juga pelaku *selfie* seringkali merasa yakin bahwa dirinya lebih istimewa dibandingkan orang lain yang hal ini dapat diketahui dari keterangan yang ditulis dari foto *selfienya* dengan pesan yang membanggakan diri sendiri. Pada fitur memberikan komentar yang tersedia dalam media sosial yang digunakan pelaku *selfie* seringkali timbul perilaku arogan, marah dan menolak apabila mendapatkan kritik ketika orang lain menjatuhkan harapannya. Ketika merasa ada orang lain yang lebih unggul dalam menampilkan foto *selfienya*, dirinya merasa sangat iri dan cenderung ingin selalu lebih mengungguli orang lain dengan cara merubah penampilannya dan memposting lebih banyak foto dari yang biasa dilakukan orang lain yang menurutnya lebih

bagus dan lebih sempurna. Fenomena ini sejalan dengan penjelasan John & Robins (dalam Buffardi & Campbell, 2008) bahwa mereka yang lebih sering berfoto ria seringkali membanggakan dirinya sendiri dengan mengutamakan keindahan fisik untuk dipamerkan kepada orang lain dan selalu menginginkan pujian tanpa mau membalas pujian yang diberikan orang lain. Lebih lanjut menurut Duran & Barlow (2007) dampak dari ciri-ciri tersebut adalah individu menjadi kurang untuk mengekspresikan kepedulian kepada orang lain karena terlalu fokus pada diri sendiri untuk bisa tampil melebihi orang lain. Selain itu, juga individu mudah sensitif dan mudah tersinggung yang hal ini sangat merugikan dirinya sendiri dan membuat orang tidak lagi memperdulikannya. Dampak lainnya adalah individu menjadi kesulitan dalam bergaul bahkan banyak orang yang cenderung menjauhinya dan menolak kehadirannya karena kesombongannya yang merasa selalu lebih baik dari orang lain dalam segala hal, cenderung merendahkan orang yang tidak dapat memenuhi harapannya. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa fenomena ini sangat penting untuk diteliti mengingat dampak dari fenomena ini sangat berpengaruh pada perilaku seseorang dalam kehidupan sosialnya.

Dalam penjelasan Weiss (dalam Cacioppo dan Hawkley, 2008) dinyatakan bahwa kesepian tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan atau rangkaian hubungan yang pasti, atau karena tidak adanya hubungan yang dibutuhkan oleh individu. Menurut Miller dkk (2009) aspek kesepian terbagi dalam dua dimensi yaitu, *emotional loneliness* yaitu suatu bentuk kesepian yang diakibatkan oleh ketidakhadiran

hubungan emosional yang intim, dan *social loneliness* yaitu adanya perasaan dikucilkan dengan sengaja oleh lingkungan yang disebabkan tidak adanya keterlibatan diri dalam jaringan sosial tertentu.

Moustakas (dalam Rokach, 2004) membagi kesepian menjadi dua jenis berdasarkan sifatnya yaitu *existential loneliness* yang bersifat positif dan *loneliness anxiety* yang bersifat negatif. *Existential loneliness* adalah keadaan dimana individu sendirian, namun tidak merasa kesepian. Keadaan sendirian tersebut justru dimanfaatkan individu untuk mempersiapkan diri agar dapat membangun hubungan yang positif dengan orang lain kelak. Sebaliknya, *loneliness anxiety* adalah keadaan dimana individu sendirian dan takut kesepian sehingga ia mengusahakan segala cara untuk dapat sesegera mungkin menjalin hubungan dengan orang lain hanya agar terhindar dari kesepian.

Kesepian yang bersifat negatif merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan bagi individu yang mengalaminya karena mereka meyakini bahwa keberadaan orang lain adalah sumber perasaan bahagia dan berharga yang mereka rasakan. Kegagalan atau ketidakmampuan dalam membentuk suatu hubungan sosial akan menjadikan seseorang menjadi tidak peduli dengan orang lain. Hal ini dapat mempengaruhi seseorang memiliki sedikit empati. Gambaran ini sesuai dengan yang dijelaskan Santrock (2003), ketidakmampuan dalam membangun hubungan sosial yang diharapkannya dengan orang lain juga dapat membuat individu menolak, tidak mempedulikan, dan bahkan menyerang individu lain yang membuat dirinya tertekan. Individu yang menolak dan tidak mempedulikan orang lain merupakan ciri individu yang memiliki sedikit empati yang mana sifat ini

merupakan ciri-ciri dari narsistik. Miller dkk (2009) membedakan dua tipe kesepian berdasarkan hilangnya ketetapan sosial tertentu yang dialami oleh seseorang yaitu, kesepian emosional (*Emotional loneliness*) dan kesepian sosial (*Social Loneliness*)

Social loneliness yaitu adanya perasaan dikucilkan dengan sengaja oleh lingkungan yang disebabkan tidak adanya keterlibatan diri dalam jaringan sosial tertentu. Seseorang yang merasa dirinya ditolak atau terisolasi oleh lingkungannya akan sibuk mencari dukungan sosial untuk mendapatkan perhatian dari orang lain. Hal ini seperti yang digambarkan oleh Horney (dalam Feist & Feist, 2008) yang mengatakan bahwa setiap orang memakai berbagai cara mempertahankan diri melawan penolakan, permusuhan, dan persaingan dari orang lain. Selanjutnya dijelaskan juga bahwa akibat dari usaha menemukan pemecahan-pemecahan masalah yang terjadi dalam hubungannya dengan lingkungan sosial akan menumbuhkan salah satu kebutuhan untuk dikagumi dalam diri seseorang yaitu dengan berusaha menjadi nomor satu, menjadi yang terpenting, menjadi pusat perhatian. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sadikides dkk (2004) didapatkan bahwa seseorang yang mengalami kesepian sosial akibat tidak adanya keterlibatan diri dalam lingkungan sosialnya akan semakin membuat seseorang berkeinginan untuk mencari kekaguman dari orang lain dengan menunjukkan kehebatan-kehebatan dirinya.

Chasanah (2003) menyebutkan bahwa semakin terpenuhi kebutuhan psikologi seseorang terutama kebutuhan cinta dan kasih sayang, rasa aman dan harga diri maka semakin baik penyesuaian diri pada individu, unsur-unsur dari

kebutuhan tersebut yaitu kasih sayang, ketentraman dan penerimaan dari orang disekitarnya. Terpenuhinya unsur kebutuhan tersebut akan menghindarkan seseorang dari kesepian. Sebaliknya yang terjadi pada pelaku *selfie* di media sosial berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tanasa (2015) didapatkan bahwa pelaku *selfie* di media sosial melakukan *selfie* yang kemudian diunggah ke akun sosial media miliknya, dengan kategori yang menonjolkan wajah, tubuh, karakter, pakaian/dandanan memiliki alasan ingin mempengaruhi khalayak mengikuti ekspresinya, stigma tubuh kurus itu indah, *playing identity*, menarik perhatian, ingin terlihat sempurna, pamer, dan mengabadikan moment. Alasan atau motif tersebut merupakan suatu bentuk dalam pemenuhan kebutuhannya yang dicari dari orang lain melalui sosial media yang hal ini tidak ditemukannya dalam dunia nyata, seperti yang dijelaskan oleh Amichai-Hamburger & Ben-Artzi (2003) bahwa kesepian berhubungan dengan kecanduan internet (melakukan foto *selfie* dan aktif di media sosial) karena adanya perasaan nyaman yang tidak individu temukan di kehidupan nyata.

Kesepian dalam penelitian ini memiliki hubungan dengan ciri-ciri narsistik pada pelaku *selfie* di media sosial. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Zang & Ling (dalam Global Media Journal, 2016) didapatkan bahwa kesepian yang tinggi dapat memicu seseorang memiliki ciri-ciri narsistik yang tinggi dengan memperlihatkan dirinya melalui media sosial. dalam keterangannya orang dengan ciri-ciri narsistik dimilikinya biasanya mempunyai kecenderungan yang lebih tinggi untuk menarik perhatian orang lain. Media sosial

menjadi pilihan alternatif mereka dalam mencari perhatian dari orang lain, ketika mereka merasa kesepian dalam kehidupannya.

Selanjutnya berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kesepian dengan ciri-ciri narsistik. Semakin tinggi kesepian yang terjadi pada pelaku *selfie* yang ditunjukkan dengan motif untuk mendapatkan perhatian dan mengharapkan pujian dan pemujaan dari orang lain melalui media sosial maka semakin tinggi ciri-ciri narsistik pada pelaku *selfie*.

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah adakah hubungan antara kesepian dengan ciri-ciri narsistik pada pelaku *selfie* di media sosial.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesepian dengan ciri-ciri narsistik pada pelaku *selfie* di media sosial

2. Manfaat Penelitian

- a. Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan untuk memperkaya khasanah ilmu psikologi khususnya psikologi klinis karena hasil penelitian ini memberikan penjelasan konsep tentang kesepian dan ciri-ciri narsistik yang terjadi pada pelaku *selfie* di media sosial

- b. Manfaat praktis yang diperoleh ialah diharapkan mampu memberikan informasi sehubungan dengan ditemukannya faktor kesepian yang melatarbelakangi pelaku *selfie* memiliki ciri-ciri narsistik, kaitannya dengan perilaku dalam kehidupan sosialnya dan penanganan permasalahan tersebut.