

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja dianggap sebagai salah satu fase yang penting dari beberapa tahapan perkembangan manusia. Menurut Desmita (2019) masa remaja yang juga dikenal sebagai peralihan (transisi) antara fase usia kanak-kanak menuju fase usia dewasa dimulai pada saat individu mengalami kematangan secara seksual maupun psikologis. Menurut Santrock (2007), masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Sejalan dengan itu, Hurlock (1990) menyatakan bahwa awal masa remaja berlangsung pada usia 13 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun.

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan psikososial. Menurut Erikson (1968), remaja berada pada tahap *identity vs role confusion*, pada tahap tersebut pembentukan identitas diri berperan dalam berkembangnya kepercayaan diri. Remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung merasa nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain, mengambil risiko, dan lebih mampu menghadapi tantangan kehidupan. Sebaliknya, remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah sering merasa tertekan, cemas, dan cenderung menghindari interaksi sosial (Muslih et al, 2025). Menurut Ghufroon & Rini (dalam Murisal, Hermawati & Sari, 2022) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah dimensi personal yang terdiri dari keyakinan akan kekuatan, keterampilan, dan kemampuan yang dimiliki.

Individu dengan sikap ini umumnya yakin akan kemampuannya. Dalam konteks media sosial, kepercayaan diri sering kali dipengaruhi oleh sejauh mana remaja merasa diterima dan dihargai oleh lingkungan sosial mereka, baik di dunia nyata maupun di dunia maya (Natalia, 2025).

Kepercayaan diri bukanlah sesuatu yang baru dalam kehidupan setiap remaja. Mereka juga mengalami krisis *self confidence* (kepercayaan diri) dalam bersikap dan berperilaku agar dapat diterima dalam kehidupan lingkungan sekitarnya (Safina, 2022). Kepercayaan diri sangat diperlukan untuk menggali dan mengembangkan potensi remaja. Jika remaja memiliki konsep kepercayaan diri yang baik, maka remaja itu akan dapat mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimiliki dengan baik. Namun, jika ia memiliki kepercayaan diri yang rendah, maka ia akan mudah frustrasi ketika memperoleh masalah, bersikap menutup diri, canggung berhadapan dengan orang lain, dan sulit menerima kekurangan dimilikinya serta takut ketika mendapatkan penolakan dari lingkungan sekitar (Al Husna, 2022).

Seiring perkembangan zaman media sosial menjadi bagian dari kehidupan. Menurut data kominfo penggunaan media sosial dan digital pada kehidupan anak muda terutama remaja di era modern menjadi bagian yang menyatu dalam kehidupannya, remaja senantiasa mengakses media sosial, bahkan mereka memposting sesuatu disana. Hal itu bisa dilihat dari survei yang dilakukan oleh *Royal Society Of Public Health* menyebutkan sebanyak 91% pengguna media sosial adalah remaja (Fenia & Nastasia, 2021). Selain itu berdasarkan laporan statista (2025), menyatakan bahwa Hingga Februari

2025, 5,56 miliar orang di seluruh dunia merupakan pengguna internet, yang jumlahnya mencapai 67,9 persen dari populasi global. Dari jumlah tersebut, 5,24 miliar, atau 63,9 persen dari populasi dunia, merupakan pengguna media sosial.

Instagram merupakan salah satu media sosial yang banyak digunakan dan sangat populer di kalangan masyarakat. Berdasarkan laporan *We Are Social* dan *Meltwater*, jumlah pengguna Instagram di dunia sebanyak 1,74 miliar orang per Januari 2025. Hal ini menunjukkan bahwa sebanyak 21,3% dari populasi dunia telah menggunakan platform berbagi foto dan video tersebut. Fitur-fitur yang disediakan Instagram banyak diminati khususnya oleh para remaja. Selain itu berdasarkan laporan terbaru Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024 penggunaan internet di Indonesia mencapai 221.563.479 dengan persentase 79,5%. APJII menyatakan bahwa penggunaan internet tertinggi di Indonesia pada generasi Z dengan usia 12-27 tahun sebanyak 34,40%. Salah satu aplikasi yang digemari adalah instagram (Permana, 2021).

Menurut Kartini et al (2022) menyatakan bahwa Instagram memberikan pengaruh dalam gaya hidup anak muda yang menggunakan media sosial, dalam aplikasi tersebut kita dapat menggunakan sebagai akses berkomunikasi bersama teman, mengambil foto serta dapat membagikan foto keseharian kita di aplikasi tersebut. Fitur Instagram sendiri menyediakan *multiple account*, fitur ini dapat digunakan untuk mengelola lebih dari satu akun atau biasa disebut *second account* (Permana, 2021). Penggunaan *second account* ini

merupakan istilah lain dari akun kedua, karena penggunanya memiliki akun lain di samping akun utama yang telah dibuat dan aktif digunakan. Akun ini biasanya bersifat privat dan digunakan untuk berekspresi secara lebih bebas dan personal, tanpa harus menggunakan identitas asli atau menjaga citra seperti di akun utama (Widagdo, 2024).

Menurut Maulidya et al. (2024), penggunaan *second account* Instagram didorong oleh berbagai motif, seperti keinginan untuk mengunggah konten yang dianggap kurang sesuai ditampilkan pada akun utama, menyimpan konten yang bersifat personal, serta menghindari penilaian atau komentar negatif dari pengguna lain. Menurut Chusniarti (2024) *second account* menjadi solusi bagi remaja yang merasa kurang nyaman mengekspresikan diri di akun utama. Menurut Setiawan, Kusmawati & Nadia, (2024), mengungkap motif utama penggunaan *second account* oleh remaja generasi Z adalah untuk mengekspresikan sisi humor dan hal-hal random yang tidak bisa ditampilkan di akun utama yang lebih fokus pada citra dan estetika. Terkadang *second account* Instagram dijadikan media berkeluh kesah, yang mana pengguna dengan mengungkapkan perasaan di akun kedua, tanpa harus merusak gambaran diri dan penilaian orang lain pada akun utama. Hal ini disebabkan pada akun pertama, sebagian besar pengguna cenderung berlomba menampilkan diri sebaik mungkin dengan kelebihan yang dimiliki.

Menurut Pamungkas (dalam Sitinjak & Rakhmad, 2024), Seseorang mempunyai dua akun Instagram karena memiliki kekhawatiran terhadap standar di media sosial yang dinilai membatasi ekspresi diri mereka.

Komentar negatif yang terjadi di media sosial juga mendorong pengguna Instagram lebih berhati-hati dalam membagikan sesuatu pada akun mereka, terlebih apabila akun tersebut tidak *private* atau terbuka untuk publik.

Dilansir dari kompas.com, pada 2021 Instagram dinyatakan sebagai media sosial tempat *cyberbullying* tertinggi yaitu 42% dan umumnya menimpa kaum remaja karena penampilan mereka. Komentar negatif tersebut juga mengganggu kesehatan mental pengguna, bahkan didapati ada sebanyak 26,7% remaja Indonesia mengalami penurunan kesehatan mental karena media sosial (Wahdi, 2023). Menurut Gloria (dalam Sitinjak & Rakhmad, 2024), hal ini menurunkan tingkat kepercayaan diri remaja tersebut untuk tampil bebas di media sosial.

Perasaan-perasaan tidak nyaman menjadikan individu mengambil langkah untuk membuat *second account* sebagai jalan lain atau pilihan bagi mereka yang merasa kurang nyaman saat menggunakan akun pertama untuk tetap bermedia sosial. *Second account* yang umumnya diikuti oleh orang-orang terdekat memungkinkan remaja merasa lebih bebas dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka tanpa tekanan penilaian sosial. Dalam konteks psikologis, rasa aman merupakan salah satu faktor yang memengaruhi munculnya *self disclosure* (Derlega et al., 1993). *Self disclosure* menurut Wheelless dan Grotz (1976) adalah seseorang yang mengungkapkan informasi pribadinya secara sengaja kepada orang lain. Pengungkapan diri ini dapat berupa pikiran, perasaan, pengalaman, maupun pandangan pribadi yang sebelumnya bersifat pribadi. Dalam lingkungan yang dirasakan aman dan

minim evaluasi sosial, individu cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan dirinya. Oleh karena itu, karakteristik *second account* yang bersifat lebih terbatas dan privat memungkinkan terjadinya pola *self disclosure* yang berbeda dibandingkan akun utama.

Penelitian Wardah (2020) menunjukkan bahwa rendahnya *self disclosure* berkaitan dengan munculnya kecemasan, perasaan rendah diri, serta kesulitan dalam penyesuaian sosial. Kondisi tersebut dapat berdampak pada kepercayaan diri remaja, mengingat kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan kepribadian dan berperan dalam membantu individu menentukan sikap serta berinteraksi secara adaptif (Novembri et al., 2021).

Menurut Lauster (2012) kepercayaan diri sendiri adalah sikap yang dilakukan individu atas dasar kemauan diri sendiri tanpa memikirkan kecemasan yang akan terjadi. Hal ini berarti individu akan dengan bebas melakukan segala hal yang disukainya dan mempertanggung jawabkan semua sikapnya. Namun di lain sisi, individu yang terlalu bebas memperlihatkan postingan mereka dan membanding-bandingkan postingan orang lain akan membuat minder atau kurang percaya diri (Assyaffani & Wibowo, 2024). Seperti yang dikatakan oleh Wiranata, et al (2022), bahwa *caption* atau tulisan di instagram akan memicu rasa iri yang berujung dengan rasa khawatir dan tidak percaya diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Chusniarti (2024) menemukan hubungan positif antara penggunaan *second account* dengan tingkat kepercayaan diri

dan pembentukan konsep diri remaja generasi Z. *Second account* menjadi solusi bagi remaja yang merasa kurang nyaman mengekspresikan diri di akun utama. Selain itu penelitian Yuntaffiani (2024) yang merupakan penelitian fenomenologi kualitatif menjelaskan bahwa remaja menggunakan *second account* sebagai ruang privat untuk aktualisasi diri, berbagi konten pribadi, dan mengekspresikan perasaan tanpa tekanan sosial yang ada di akun utama. *Second account* membantu membangun kepercayaan diri dan hubungan yang lebih dekat dengan lingkaran sosial kecil.

Dari penjabaran di atas dan penelitian terdahulu, hubungan *antara self disclosure* dan kepercayaan diri dalam konteks penggunaan *second account* Instagram masih terbatas, terutama pada remaja. Padahal, karakteristik *second account* yang lebih selektif dan terbatas secara sosial berpotensi memunculkan pola keterbukaan diri yang berbeda dibandingkan akun utama, sehingga kemungkinan memiliki implikasi tersendiri terhadap kepercayaan diri remaja.

Lebih lanjut, peneliti juga melakukan wawancara dengan Bidang Informasi, Komunikasi dan Publikasi (IKP) Kominfo Kota Padang guna untuk memperkuat data pengambilan sampel di Kota Padang, yang hasil wawancaranya mengungkapkan bahwa:

“instagram merupakan aplikasi yang populer terutama di kalangan gen Z, penggunaan instagram di Kota Padang bisa dikatakan cukup tinggi, dapat dilihat juga dari pengikut instagram Kominfo yang banyak, selain instagram facebook juga memiliki pengikut yang banyak dengan pengikut kebanyakan mungkin gen milineal kebawah, untuk instagram sendiri mungkin kebanyakan gen Z, apalagi dengan trend dunia sekarang yang di ikuti oleh anak muda untuk brandingnya di media sosial, termasuk instagram”.

Disamping itu Kota Padang berada di urutan ke-4 penggunaan media sosial di Sumatra Barat, dengan presentase 84,41 % (BPS Provinsi Sumatra Barat, 2025). Selain itu, penelitian Hesadiwana & Syafrini (2022) yang dipublikasikan oleh Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa *second account* Instagram pada remaja di Kota Padang digunakan sebagai ruang ekspresi diri yang lebih privat. Sejalan dengan penelitian tersebut, observasi awal peneliti juga menunjukkan bahwa remaja di Kota Padang aktif menggunakan Instagram, khususnya *second account*. Oleh karena itu, Kota Padang dipilih sebagai lokasi penelitian karena relevan untuk mengkaji hubungan antara *self disclosure* dan kepercayaan diri dalam konteks penggunaan *second account* Instagram.

Berdasarkan penjabaran di atas penting untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara *self disclosure* dan kepercayaan diri pada remaja pengguna *second account* di media sosial Instagram. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai keterkaitan pengungkapan diri di media sosial dengan perkembangan psikologis remaja, khususnya dalam konteks pembentukan dan pemeliharaan kepercayaan diri.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diangkat pada penelitian ini, berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan di atas: “Apakah ada hubungan *self disclosure* dengan kepercayaan diri remaja pengguna *second account* pada media sosial instagram di Kota Padang?”.

C. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Apa kategorisasi *self disclosure* pada remaja di Kota Padang?
- b. Apa kategorisasi kepercayaan diri pada remaja di Kota Padang?
- c. Apakah terdapat hubungan antara *self disclosure* dengan kepercayaan diri pada remaja di Kota Padang?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui tingkat *self disclosure* pada remaja di Kota Padang?
- b. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri pada remaja di Kota Padang?
- c. Untuk mengetahui hubungan antara *self disclosure* dengan kepercayaan diri pada remaja di Kota Padang?

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat ilmiah bagi semua pembaca, terutama dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi remaja

Penelitian ini memberikan wawasan kepada remaja tentang pentingnya kepercayaan diri dan bagaimana mereka dapat menggunakan *second account* Instagram sebagai sarana untuk mengekspresikan diri. Dengan memahami hubungan ini, remaja

diharapkan dapat lebih terbuka dalam berbagi pengalaman pribadi, yang pada gilirannya dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka.

2. Manfaat untuk peneliti

Peneliti mendapatkan pengalaman yang berharga dalam merancang, menjalankan, dan menganalisis data penelitian kuantitatif melalui penelitian ini.

3. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai masukan untuk penelitian selanjutnya terutama terkait mengenai *self disclosure* dengan kepercayaan diri.

F. Sistematika Penelitian

Sistematika penulisan pada penelitian ini merujuk pada buku pedoman skripsi program studi Psikologi Islam UIN Imam Bonjol tahun 2021. karya tulis ini disusun atas 5 BAB, dengan tujuan agar memiliki suatu susunan yang sistematis, dan dapat memudahkan untuk mengetahui hubungan antara bab yang satu dengan bab yang lain sebagai suatu rangkaian yang konsisten. Adapun sistematika yang dimaksud adalah:

BAB I: PENDAHULUAN

Berisi daftar belakang mengapa dituliskan karya ilmiah ini, rumusan masalah, batasan masalah tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

BAB: II LANDASAN TEORI

Membahas mengenai landasan teori yang mendasari tiap variabel, hubungan antar variabel dan pembentukan hipotesis.

BAB: III METODE PENELITIAN

Pada bab ini membahas mengenai model rancangan penelitian, populasi, sampel, lokasi, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB: IV HASIL & PEMBAHASAN

Pada bab ini berisi hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan pembahasan.

BAB: V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini berisi kesimpulan-kesimpulan yang diperoleh dari hasil pengolahan data penelitian. Selain itu, pada bab ini juga berisi saran-saran bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

UIN IMAM BONJOL
PADANG