

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja adalah masa pembentukan identitas diri. Selain itu juga masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat dia mencapai usia matang. Monks, (2000) memberi batasan usia remaja adalah 12- 21 tahun. Masa remaja juga merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa yang melibatkan berbagai perubahan, baik dalam hal fisik, kognitif, psikologis, spiritual, maupun sosial dan ekonomi. Remaja juga memiliki minat untuk terlibat dalam aktivitas-aktivitas sosio-seksual seperti berpacaran (Hurlock, 2014).

Manusia adalah makhluk sosial yang artinya setiap manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa hadirnya orang lain di sampingnya. Sebagai makhluk sosial, manusia memiliki kebutuhan dasar untuk berinteraksi serta berbagi informasi. Berbagai perangkat canggih komunikasi telah dikembangkan mulai dari perkembangan telepon seluler atau handphone dengan tujuan untuk semakin mempermudah manusia dalam berkomunikasi hingga hadirnya internet yang memiliki fungsi sebagai sebuah jaringan komunikasi yang sangat efektif (Lee dkk., 2012).

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh *Wearesocial Hootsuite* pengguna media sosial di Indonesia telah mencapai 150 juta atau sebesar 56% dari total penduduk Indonesia. Jumlah tersebut mengalami peningkatan sebesar 20% dari survei sebelumnya (Katadata, 2019). Sebuah survei pada tahun 2012 yang

dilakukan oleh *MyLife.com* mengungkapkan bahwa 56% individu takut kehilangan peristiwa, berita dan update status penting jika berada jauh dari media sosial (Azmil, 2013).

Penggunaan media sosial pada remaja dan orang dewasa memiliki perbedaan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Strep (2013) menjelaskan bahwa terdapat empat alasan remaja gemar menggunakan media sosial. Alasan remaja gemar menggunakan media sosial diantaranya untuk mendapatkan perhatian, untuk meminta pendapat, untuk menumbuhkan citra diri dan mengalami kecanduan dalam bermedia sosial. Sedangkan hasil survei yang dilakukan oleh *Pew Internet* (Maheswari & Dwiutami, 2013) sebanyak 75% dewasa awal yang berada pada usia 18-24 tahun mengakses media sosial dengan tujuan untuk dapat berkomunikasi dengan teman, membuat janji bisnis, menambah relasi pertemanan, merencanakan pertemuan, mencari pasangan, dan mengupdate data diri sebagai ajang promosi untuk keperluan karir.

Mengekspresikan diri melalui media merupakan bentuk dari pengungkapan diri seseorang mengenai perasaannya dan terdapat efek timbal balik dimana ketika seseorang memperhatikan orang lain, maka individu akan berharap orang lain juga memperhatikannya Derlega & Grzelak (Taylor dkk., 2009). Menurut Wheelles (Gainau, 2009) pengungkapan diri merupakan kemampuan seseorang untuk memberikan reaksi atau respon tentang dirinya kepada orang lain. Pengungkapan diri sangat penting guna membina hubungan yang bermakna diantara dua orang. Hubungan yang bermakna tidak dapat terjadi apabila tidak ada pengungkapan diri dari seseorang (DeVito, 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan Ningsih (2015) konteks pengungkapan diri yang dilakukan pada media sosial umumnya terletak pada cara individu berbagi informasi tentang diri pada berbagai situs media sosial dalam bentuk status, foto atau video, *chatting*, komentar, sebagai suatu hal untuk diketahui oleh sesama pengguna akun, terlebih lagi dengan individu yang gemar melakukan curahan hati mengenai masalah perasaan, isi hati, atau hal pribadi pada media sosial dan biasanya individu berbagi kepada orang yang tertentu saja, namun dalam hal ini, individu justru mempublikasikan melalui akun media sosial dan secara tidak langsung banyak informasi tentang dirinya yang diketahui oleh orang lain.

Jika pengungkapan diri yang dilakukan tidak terkontrol maka akan mengalami beberapa kasus yang dapat terjadi di masyarakat. Ketika melakukan pengungkapan diri individu perlu membatasi informasi yang bersifat pribadi dan informasi yang bersifat umum. Hasil penelitian yang dilakukan Kusumaningtyas (2010) menunjukkan bahwa pengungkapan diri pada media sosial *Facebook* mengakibatkan terjadinya kasus pelarian dan penculikan remaja putri di Surabaya. Media sosial dapat menjadikan ancaman untuk semua orang jika tidak pandai dalam mengontrol diri.

Bedasarkan hasil wawancara pertama yang dilakukan pada 10 Febuari 2024 pada subjek berinisial DA, DA menjelaskan bahwa ia sangat aktif di *platform Instagram* dan *TikTok*. Menurutnya, kedua *platform* tersebut memberikan peluang untuk mengekspresikan diri melalui beragam cara, mulai dari membagikan momen sehari-hari hingga mengunggah konten kreatif. DA mengakui bahwa dia sering merasa tekanan untuk menyesuaikan diri dengan standar yang ditetapkan oleh

media sosial seperti bentuk sampai isi konten yang DA buat harus disesuaikan dengan pengikutnya tidak jarang juga DA merasa bahwa pengikutnya di *platform* tersebut terlalu mengatur DA. Selanjutnya DA cenderung membandingkan kehidupannya dengan kehidupan orang lain yang terlihat "lebih sempurna" di *platform* tersebut sebagai contoh DA menjelaskan banyak teman-temannya yang membagikan momen bahagia seperti diterima diperguruan tinggi yang diidamkan, liburan ke luar negeri sampai menikah dengan orang yang sangat dikagumi hal tersebut yang membuat DA merasa jauh tertinggal dari teman-temannya, serta banyak teman-teman DA yang sudah sukses dan memiliki banyak pencapaian hal tersebut membuat DA merasa ada perbedaan kelas dan sungkan untuk menghubungi temannya untuk sekedar menanyakan kabar. Meskipun menyadari bahwa banyak dari itu hanya gambaran yang direkayasa, DA merasa sulit untuk tidak terpengaruh.

Bedasarkan hasil wawancara kedua yang dilakukan pada 11 Febuari 2024 pada subjek berinisial ANP, subjek mengaku menggunakan media sosial secara rutin dalam kehidupan sehari-hari. Ia membuat akun media sosial karena terinspirasi oleh orang-orang terdekat yang sudah memiliki akun media sosial sebelumnya. *Instagram* dan *WhatsApp* adalah dua platform media sosial yang sering digunakan untuk mengisi disela waktu senggang. ANP mengakui bahwa ia sering merasa tidak aman dan tidak cukup baik saat melihat postingan teman-teman yang tampaknya memiliki kehidupan yang lebih sempurna dan bahagia darinya. Hal ini membuatnya merasa rendah diri, kurang percaya diri, dan merasa bahwa dirinya tidak ada apa-apanya dibandingkan teman-temannya yang sudah berada

dititik sukses. Ia juga menyadari bahwa seringnya membandingkan diri dengan orang lain di media sosial dapat memicu rasa cemburu dan iri hati yang berlebihan.

Bedasarkan hasil wawancara ketiga yang dilakukan pada 11 Febuari 2024 pada subjek berinisial SNF, subjek mengaku bahwa *platform* favoritnya adalah *Snapchat* dan *Twitter*. Menurutnya, keduanya memberikan kesempatan untuk mengekspresikan diri dengan spontanitas dan dalam format yang berbeda. Subjek SNF menjelaskan bahwa dia lebih suka menggunakan *Snapchat* untuk berbagi momen sehari-hari dengan teman-temannya. Subjek merasa bahwa media ini memberinya kebebasan untuk berbicara secara langsung dan tanpa tekanan. Ia berusaha untuk selalu terlihat keren, bahagia, dan sukses di mata teman-temannya. Meskipun demikian, di balik postingan-postingan yang ceria tersebut, SNF mengakui bahwa terkadang dia merasa kesepian dan tertekan. Ia merasa sulit untuk mengekspresikan sisi-sisi yang lebih sensitif atau bermasalah dalam kehidupannya karena takut dihakimi atau diremehkan oleh orang lain.

Menurut DeVito (2011) faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri yaitu besarnya kelompok, pengungkapan diri akan lebih mudah terjadi jika di dalam kelompok kecil daripada kelompok besar. Selanjutnya perasaan menyukai (afiliasi), individu akan membuka diri kepada orang-orang yang disukai atau cintai dan tidak akan membuka diri kepada orang yang tidak disukai. Efek diadik, individu akan melakukan pengungkapan diri ketika orang yang bersamanya juga melakukan pengungkapan diri. Kompetensi, individu yang kompeten lebih banyak melakukan pengungkapan diri dari pada individu yang kurang kompeten, karena individu yang berkompeten lebih memiliki rasa percaya diri yang tinggi untuk diungkapkan

kepada orang lain. Kepribadian, individu yang pandai menjalin hubungan dengan orang lain (*sociable*) dan ekstrovert untuk melakukan pengungkapan diri lebih banyak dari pada yang kurang pandai bergaul dan lebih *introvert*. Topik, individu cenderung membuka diri tergantung pada topik yang akan diungkapkan kepada orang lain. Jenis kelamin, hal yang sangat berpengaruh dalam pengungkapan diri karena pada umumnya laki-laki lebih kurang terbuka daripada wanita.

Terjadinya pengungkapan diri pada remaja disebabkan oleh beberapa hal. Salah satunya adalah karena adanya dorongan atau keinginan untuk berinteraksi dan menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Devito, 2013; Hargie & Dickson, 2004; Sears, Freedman, & Peplau, 1985). Beberapa ahli menyebutnya sebagai kebutuhan afiliasi. Hill (1987) mendefinisikan kebutuhan afiliasi sebagai suatu konsep motivasi yang menyatakan kebutuhan individu terhadap individu lain untuk menjalin hubungan sosial. Kebutuhan yang mengarahkan tingkah laku individu untuk mengadakan hubungan secara akrab, hangat, dan dekat dengan orang lain (McClelland dalam Munandar, 2008). Kebutuhan untuk membentuk kedekatan emosional, mendapatkan afeksi dan perhatian, serta kebutuhan untuk memperoleh dukungan atau sokongan dari orang lain yang berinteraksi dengan individu yang bersangkutan (Murray dalam Friedman & Schustack, 2008; Sears, Freedman, & Peplau, 1985).

McClelland (Robbins & Judge, 2008) menjelaskan bahwa kebutuhan afiliasi merupakan kebutuhan sosial yang menekankan keinginan untuk membangun hubungan yang dekat, bekerjasama dan berinteraksi dengan orang lain dengan cara bersahabat, serta mempertahankan hubungan afektif secara positif

dengan orang lain atau kelompok. Penelitian yang dilakukan oleh para psikolog mengungkapkan bahwa, individu yang kebutuhan afiliasinya tinggi cenderung mengirim surat dan menelpon lokal lebih banyak, tertawa lebih banyak dan secara fisik lebih dekat dengan orang lain, dan terlibat secara emosional dalam suatu hubungan dari pada individu yang rendah dalam kebutuhan afiliasinya (Baron dan Byrne, 2004). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat variasi media yang digunakan oleh individu untuk menyalurkan afiliasinya

Kebutuhan berafiliasi mengacu pada kebutuhan akan kehangatan dan dukungan dari orang lain dan kebutuhan untuk terikat sebagai bentuk dari hubungan yang intim dengan orang lain (Marissa, 2015). Hofer dan Busch (2011), mengatakan bahwa kebutuhan berafiliasi yang rendah dikaitkan dengan peningkatan tingkat kecemburuan dan agresi tidak langsung dengan motif afiliasif-intimasi yang jelas. Oleh karena itu, sosialisasi dan pengungkapan diri (Dufner, dkk., 2015) merupakan sarana untuk memenuhi kebutuhan berafiliasi positif untuk berinteraksi dengan seseorang. Kebutuhan afiliasi ialah kebutuhan yang berkaitan dengan pemeliharaan sikap yang hangat dan bersahabat dalam hubungan dengan orang lain (Aminah, 2013). Menurut McClelland (Baron dan Byrne, 2003) menyebutkan bahwa kebutuhan afiliasi merupakan kebutuhan akan kehangatan dalam hubungannya dengan oranglain.

Jones dan DeCoster (2019) menjelaskan kaitan antara kompetensi interpersonal dan pengungkapan diri pada mahasiswa di perguruan tinggi. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa inidividu yang memiliki tingkat kompetensi interpersonal yang tinggi cenderung lebih sering melakukan pengungkapan diri

dalam interaksi antarpribadi mereka. Selain itu, penelitian oleh Smith dan Johnson (2018) juga dapat menjadi referensi yang relevan. Penelitian ini mengulas hubungan antara kompetensi interpersonal dan pengungkapan diri dalam konteks lingkungan kerja. Temuan penelitian menunjukkan bahwa karyawan yang memiliki tingkat kompetensi interpersonal yang tinggi cenderung lebih terbuka dalam melakukan pengungkapan diri kepada rekan kerja mereka.

Menurut Spitzberg dan Cupach (DeVito, 1996) menyatakan bahwa kompetensi interpersonal adalah kemampuan individu untuk melakukan komunikasi yang efektif, yang ditandai karakteristik-karakteristik psikologis tertentu yang sangat mendukung dalam menciptakan dan membina hubungan antarpribadi yang baik dan memuaskan. Thorndike (Lusiastuti, 2006) mengatakan kompetensi interpersonal merupakan kemampuan untuk menciptakan, membangun dan mempertahankan suatu hubungan antar pribadi yang sehat dan saling menguntungkan.

Kompetensi interpersonal adalah kemampuan untuk melakukan komunikasi secara efektif yang meliputi kemampuan untuk memulai suatu hubungan interpersonal, kemampuan membuka diri, kemampuan untuk memberikan dukungan emosional kepada orang lain, kemampuan bersikap asertif, empati serta kemampuan mengelola dan mengatasi konflik dengan orang lain (Idrus, 2009).

Menurut Devito (2011) ketika kompetensi interpersonal individu rendah dalam penyesuaian diri dan tidak mampu mengatasinya, individu tersebut cenderung kesulitan dalam keterbukaan dirinya kepada orang lain karena pada

pengungkapan diri dapat membantu memberikan pemahaman yang mendalam mengenai perilaku, penerimaan diri, memperbaiki komunikasi dan mempererat hubungan individu terhadap orang lain. Oleh karena itu, ketika seseorang berinteraksi dengan kemampuan interpersonal yang menyenangkan serta dapat membangkitkan semangat, kemungkinan bagi seseorang untuk lebih mengungkapkan diri sangat besar Devito (Dayaskini & Hudaniah, 2015).

Penggunaan internet atau media sosial adalah cara yang modern untuk memenuhi kebutuhan akan afiliasi. Hasil penelitian yang dilakukan Yoseptian (2012) menyatakan bahwa saat ini melalui media sosial remaja dapat berkoneksi dengan jaringan sosial yang lebih luas yang membuat individu menjadi lebih dikenal orang lain dan dapat berkembang menciptakan sebuah hubungan.

Oleh karena itu, mahasiswa cenderung memilih memenuhi kebutuhan afiliasinya dengan menggunakan media sosial karena tanpa harus bertatap muka, dan mahasiswa tetap bisa membangun hubungan dengan orang lain. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Buntaran dan Helmi (2015) yang menyatakan bahwa remaja yang mengalami kesepian akan menggunakan media sosial untuk mengatasi permasalahannya dalam hal ini kesepian yang dialami dengan mencurahkan masalahnya lewat media sosial.

Berbeda dengan hasil penelitian Shih, Hsu, dan Lee (2015), yang menemukan adanya hubungan antara kebutuhan berafiliasi dengan pengungkapan diri dalam komunikasi online, namun penelitian Shih juga menjelaskan bahwa efek yang tidak signifikan dari pengungkapan diri pada pemeliharaan hubungan

mungkin terjadi karena orang mungkin terlibat dalam pengungkapan diri untuk alasan lain selain mempertahankan hubungan interpersonal.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Novera G.N dan Fikry Z. (2020) dengan judul “hubungan kebutuhan berafiliasi dengan pengungkapan diri pada wanita dewasa madya pengguna instagram” menyatakan bahwa sebagian besar wanita dewasa madya pengguna instagram memiliki kebutuhan berafiliasi dengan kategori sedang. Penyebabnya karena pada masa dewasa madya orang lebih mementingkan hubungan romantis (Wrzus, dkk., 2017), yang mana fungsi pertemanan lebih sebagai orang kepercayaan dan rekan dalam menghabiskan waktu luang. Masa dewasa madya merupakan periode kehidupan ketika orang menghadapi berbagai tantangan dalam hubungan sosialnya karena perubahan dalam struktur keluarga, perkembangan atau perubahan dalam pekerjaan seseorang, dan perubahan dalam status kesehatan (Nersesian et al., 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari (2019), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebutuhan afiliasi dengan pengungkapan diri pada generasi milenial pada mahasiswa. Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Rusna dan Asra (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara motif afiliasi dengan pengungkapan diri pada mahasiswa pengguna facebook. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Chen dkk. (2015) juga menunjukkan bahwa *need for affiliation* berkorelasi positif dengan *self disclosure*.

Kebutuhan afiliasi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi remaja untuk melakukan pengungkapan diri. Hasil penelitian yang dilakukan Putra (2015)

menungkapkan bahwa pada masa remaja akhir, remaja memerlukan sebuah stimulasi positif, dukungan sosial, dan perhatian dari orang lain untuk memenuhi kebutuhan afiliasinya. Tingginya kebutuhan afiliasi pada remaja sangat berguna bagi remaja untuk memenuhi kebutuhan akan interaksi sosial dan melaksanakan tugas perkembangan remaja yaitu mempersiapkan karir, ekonomi dan perkawinan. Sesuai dengan tugas perkembangannya remaja cenderung akan penasaran dan tertarik kepada lawan jenisnya (Hurlock, 2002).

Berdasarkan uraian penjelasan diatas penulis tertarik meneliti “Hubungan antara Kebutuhan Afiliasi dan Kompetensi Interpersonal dengan Pengungkapan Diri terhadap Remaja dalam Dunia Internet”.

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara kebutuhan afiliasi dan kompetensi interpersonal dengan pengungkapan diri terhadap remaja dalam dunia internet.

### **C. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak. Adapun manfaat ini sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu psikologi terutama dalam bidang psikologi sosial, perkembangan dan psikologi positif terkait hubungan kebutuhan afiliasi dan kompetensi interpersonal dengan pengungkapan diri terhadap remaja dalam dunia internet.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran terkait hubungan kebutuhan afiliasi dan kompetensi interpersonal dengan pengungkapan diri. Sehingga dapat dijadikan acuan dalam pengembangan dan mengekspresikan diri.

### b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan dalam penelitian lebih lanjut terkait kebutuhan afiliasi, kompetensi interpersonal, dan pengungkapan diri.

