

Hubungan Antara Eksistensi Diri dengan Pengungkapan Diri Melalui Media Sosial Instagram pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

¹Della Elvia Janet

¹Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

*Corresponding Author:
elviadella919@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara eksistensi diri dengan self disclosure melalui instagram pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung. Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah self disclosure, sedangkan variabel bebasnya adalah eksistensi diri. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Strata I angkatan 2017-2019 di Fakultas Psikologi dengan sampel 195 mahasiswa melalui teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Analisis data penelitian ini menggunakan korelasi product moment. Penelitian ini menggunakan dua skala untuk penelitian, yaitu skala self disclosure dan skala eksistensi diri. Skala self disclosure terdiri dari 22 aitem, dengan reliabilitas 0,880. Skala eksistensi diri terdiri dari 18 aitem, dengan reliabilitas 0,875. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara eksistensi diri dengan self disclosure melalui media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung dengan $r_{xy} = 0,286$ dan $F_{linier} = 0,907$ dengan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p>0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara eksistensi diri dengan self disclosure melalui media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung.

Kata kunci : Eksistensi Diri, Self Disclosure

Abstract

This research aims to determine the relationship between self-existence and self-disclosure via Instagram to students at the Sultan Agung Islamic University. The dependent variable in this study is self-disclosure, while the independent variable is self-existence. The population in this study were Strata I students class 2017- 2019 at the Faculty of Psychology with a sample of 195 students through a sampling technique using simple random sampling. Data analysis of this research uses product moment correlation. This study uses two scales for research, namely the self-disclosure scale and the self-existence scale. The self-disclosure scale consists of 22 items, with a reliability of 0.880. The self-existence scale consists of 18 items, with a reliability of 0.875. The results of this study indicate that there is a relationship between self-existence and self-disclosure through social media Instagram on students of the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University with $r_{xy} = 0.286$ and $F_{linear} = 0.907$ with a significance level of $p = 0.000$ ($p> 0.05$). These results indicate that there is a positive and significant relationship between self-existence and self-disclosure through social media Instagram to students of the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University.

Keywords : Self Existence, Self Disclosure

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan makhluk sosial dimana dalam berinteraksi tidak lepas terhadap sesama manusia lainnya untuk memenuhi kebutuhan. Pada masa kuliah mahasiswa mengembangkan hubungan sosialnya, seperti bergaul dengan melibatkan berbagai macam kalangan, pendidikan, suku, ras, agama, jenis kelamin, baik bergaul di dalam maupun diluar kampus. Adanya kecenderungan tersebut melahirkan sebuah komunikasi terhadap sesama manusia (Siswoyo, 2007).

Di era zaman yang serba instan dan cepat ini, kecanggihan teknologi seperti adanya media sosial untuk berkomunikasi meskipun tidak saling bertemu atau bertatap muka secara langsung. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan *We Are Social*, Hootsuite, 2021 menyatakan bahwa masyarakat indonesia sebagian besar mengakses media sosial Facebook, Instagram, WhatsApp, Youtube, Twitter dan Snapchat. Dalam perhari nya masyarakat indonesia rata-rata menghabiskan waktu selam 3 jam 26 menit untuk mengakses media sosial (Wisnubrata, n.d.).

Pengungkapan diri atau disebut dengan *self disclosure* adalah pengungkapan aspek intim dari diri sendiri kepada orang lain (Myers, 2012). Dalam berinteraksi dan berkomunikasi pengungkapan diri adalah hal yang penting karena merupakan kemampuan yang harus dimiliki seseorang untuk bisa bersosialisasi dengan orang lain dilingkungannya (Yuniar, 2013).

Pengungkapan diri bisa dilakukan oleh siapa saja, mulai dari anak-anak sampai orang tua. Ketika mengungkapkan diri, biasanya seseorang akan memilih orang yang dapat dipercaya agar tidak mengalami penolakan, karena bisa saja lawan bicara orang tersebut merasa tidak senang atau tidak nyaman dengan apa yang diungkapkan (Wood, 2013). *Self disclosure* tidak hanya dilakukan dalam bentuk komunikasi secara langsung namun dapat juga dilakukan melalui perantaramedia sosial.

Kehadiran instagram sebagai media yang populer di masyarakat, khususnya bagi mahasiswa melalui instagram pengguna bebas mengekspresikan diri, menyalurkan kebutuhan dalam hal komunikasi, berinteraksi, mendapatkan informasi, media promosi bahkan tempat untuk curhat. Seseorang yang melakukan *self disclosure* melalui media sosial cenderung gemar membagikan informasi tentang dirinya kepada orang lain (Asandi, n.d.). Pengungkapan diri di media sosial mendorong seseorang untuk memposting berbagai hal yang dialami. Akan tetapi terkadang seseorang kurang memikirkan akibat dari konten yang diunggah di media sosial sehingga tidak jarang menimbulkan permasalahan.

Eksistensi dapat diartikan sebagai suatu keberadaan seseorang dihadapan orang lain dimana keberadaannya tersebut dihargai dan terakui oleh orang-orang disekitarnya. Di dunia maya, eksistensi berkaitan dengan kerap nya seseorang tersambung atau berada di dunia maya. Individu dapat menunjukkan eksistensinya melalui media sosial dengan memiliki teman atau *followers* yang banyak, selain itu dapat di tunjukkan juga dengan *update* foto atau video sesering mungkin terkait dengan aktivitas keseharian (Nurul aiyuda, 2019). Karena, eksistensi ini bukanlah pengakuan tentang keberadaannya oleh diri sendiri melainkan pengakuan dari orang lain.

Eksistensi diri bagi mahasiswa di media sosial merupakan cara bagi mahasiswa

untuk mengekspresikan diri terhadap apa yang sedang dirasakan dan untuk melakukan interaksi antar dirinya dengan pengguna media sosial lainnya (Putra, 2017). Eksistensi berkembang dan menjadi simbol bahwa seseorang dapat bergaul dan memiliki koneksi terhadap orang lain. Akan tetapi mengeksistensikan diri ini juga bisa berdampak negatif apabila dilakukan tanpa batas, karena hal tersebut akan menimbulkan penolakan dari pengguna media sosial lainnya.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian-penelitian sebelumnya, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh (Fitri, 2017) tentang *self disclosure* dengan eksistensi diri terhadap mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung memiliki sumbangan efektif sebesar 64,20% darivariabel eksistensi diri terhadap pengungkapan diri.

2. METODE

1. Identifikasi Variabel

Variabel yang ada di penelitian ini adalah
Variabel Bebas : Eksistensi diri
(X)Variabel tergantung : Pengungkapan
Diri (Y)

2. Subjek Penelitian

Partisipan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 195 mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017-2019 Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

3. Instrumen Penelitian

Bentuk skala eksistensi diri terdiri dari 4 pilihan jawaban, memiliki 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable* berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Langle (2003).

Berdasarkan hasil hitung uji daya beda aitem pada skala yang disusun dari empat aspek eksistensi diri sebanyak 24 aitem, diperoleh 6 aitem berdaya beda rendah serta 18 aitem berdaya beda tinggi. Koefisien reliabilitas skala eksistensi diri yang dihitung dengan menggunakan *Alpha Cronbach* memperoleh skor sebanyak 0,848 yang dapat diartikan bahwa skala eksistensi diri reliabel.

Bentuk skala *self disclosure* terdiri dari 4 pilihan jawaban memiliki 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable* berdasarkan aspek yang di adaptasi dari Jourard *self disclosure scale* kemudian dimodifikasi oleh Wheelles dan Grozt menjadi skala *Revised Self Disclosure Scale (RSDS)*.

Berdasarkan hasil hitung uji daya beda aitem pada skala yang disusun dari lima aspek *self disclosure* sebanyak 30 aitem, diperoleh 8 aitem berdaya beda rendah serta 22 aitem berdaya beda tinggi. Koefisien reliabilitas skala *self disclosure* yang dihitung dengan menggunakan *Alpha Cronbach* memperoleh skor sebanyak 0,848 yang dapat dikatakan bahwa skala pengungkapan diri reliabel.

4. Metode Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode

kuantitatif dengan menggunakan statistik. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cluster Random Sampling* yaitu, pengambilan sampel secara acak yang digunakan untuk menunjuk sumber untuk diteliti yang digunakan ketika populasi bukan terdiri dari per-individu melainkan dari suatu kelompok individu atau *cluster* (Sugiyono, 2013).

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas penelitian ini menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smonov Z*. Kriteria penilaian sebaran data normal apabila $p > 0,05$, sedangkan data penilaian sebaran data tidak normal apabila taraf $p < 0,05$. Uji normalitas pada variabel eksistensi diri mendapatkan hasil K-S Z sebesar 1,253 dengan taraf signifikansi 0,086 karena berada pada taraf ($p > 0,05$)

Uji normalitas pada variabel *self disclosure* mendapatkan hasil K-S Z sebesar 1,320 dengan taraf signifikansi 0,061 karena berda pada ($p > 0,05$). Berdasarkan pada hasil tersebut maka kedua variabel memiliki distribusi data normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std deviasi	Ksz	Sig	P	Keterangan
Pengungkapan Diri	56,70	7,637	1,320	0,061	>0,05	Normal
Eksistensi Diri	51,03	7,073	1,253	0,086	>0,05	Normal

Uji linieritas antara variabel eksistensi diri dan *self disclosure* hasil F_{linier} sebesar 0,907 dengan taraf signifikansi 0,610 ($P > 0,05$). Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel eksistensi diri dan *self disclosure* memiliki hubungan yang linier. Uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment*. Menunjukkan bahwa r_{xy} sebesar 0,286 dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, diketahui bahwa terdapat hubungan terdapat hubungan positif dan signifikan antara eksistensi diri dengan *self disclosure* melalui media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Islam Sultan Agung.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Skala Eksistensi Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
$58,5 < X$	Sangat tinggi	23	11,8%
$49,5 < X \leq 58,5$	Tinggi	55	50,8%
$40,5 < X \leq 49,5$	Sedang	95	28,2%

$31,5 < X \leq 40,5$	Rendah	16	8,2%
$X \leq 31,5$	Sangat rendah	2	1,0%
Total		195	100%

Berdasarkan dari hasil kategorisasi skor skala eksistensi diri terdapat 23 subjek mendapat kategorisasi sangat tinggi dengan persentase 11,8%, kategorisasi tinggi sebanyak 55 subjek dengan persentase 50,8%, kategorisasi sedang sebanyak 95 subjek dengan persentase 28,2%, dan kategori rendah sebanyak 2 subjek dengan kategori persentase 1,0%.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Skala Pengungkapan Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
$71,5 < X$	Sangat tinggi	2	1,0%
$60,5 < X \leq 71,5$	Tinggi	72	36,9%
$49,5 < X \leq 60,5$	Sedang	80	41,0%
$38,5 < X \leq 49,5$	Rendah	40	20,5%
$X \leq 38,5$	Sangat rendah	1	0,5%
Total		195	100%

Berdasarkan hasil dari kategorisasi skor skala *self disclosure* diketahui bahwa subjek dengan kategorisasi sangat tinggi sebanyak 2 subjek dengan persentase 1,0%, untuk kategori tinggi sebanyak 72 subjek dengan persentase 36,9%. Kategori sedang sebanyak 80 subjek dengan persentase 41,00%, kategori rendah sebanyak 40 subjek dengan persentase 20,5% dan kategori sangat rendah mempunyai rentang $\leq 38,5$ sebanyak 1 subjek dengan kategori persentase 0,5%.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu adanya hubungan positif antara eksistensi diri dengan *self disclosure* melalui media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Islam Sultan Agung diterima atau ditolak. Berdasarkan hasil dari uji hipotesis yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil bahwa $r_{xy} = 0,286$ dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti hasil hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Hal tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara eksistensi diri dengan *self disclosure* melalui media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Islam Sultan Agung. Dengan kata lain semakin tinggi eksistensi diri yang terdapat pada diri individu, maka semakin tinggi tingkat *self disclosure*, begitupun sebaliknya semakin rendah eksistensi diri pada diri individu, maka semakin rendah tingkat *self disclosure*.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitri, 2017) tentang

self disclosure dengan eksistensi diri terhadap mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara *self disclosure* dengan eksistensi diri dengan nilai korelasi $r_{xy} = 0,467$ dan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$). Hal ini memiliki arti bahwa mahasiswa memandang dirinya sebagai seseorang yang ingin dinilai dan dilihat oleh orang lain dengan menampilkan diri melalui media sosial dengan melakukan aktivitas *self disclosure* untuk menunjang eksistensian dirinya dihadapan orang lain.

Diperkuat juga dengan pendapat yang disampaikan oleh Manuel Castells dalam (Nasrulloh, 2016) bahwa manusia membutuhkan eksistensi diri untuk menunjukan keberadaan sebagai makhluk sosial dihadapan orang lain sebagai penunjuk diri bahwa seseorang itu penting dalam kehidupan. Eksistensi ini tidak hanya dilakukan pada dunia nyata tetapi dapat dilakukan di dunia maya melalui perantara media sosial yakni dengan melakukan pengungkapan diri (*self disclosure*).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara eksistensi diri dengan *self disclosure* melalui media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung. Artinya semakin tinggi eksistensi diri yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Psikologi maka akan semakin tinggi pula pengungkapan diri (*self disclosure*) yang dilakukan mahasiswa Fakultas Psikologi melalui media sosial instagram. Begitupun sebaliknya, semakin rendah eksistensi diri maka akan semakin rendah pula pengungkapan diri (*self disclosure*) yang dilakukan mahasiswa Fakultas Psikologi melalui media sosial instagram.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini banyak mengalami kendala dan rintangan, namun berkat dukungan, dorongan dan bantuan dari semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga peneliti mampu melewati rintangan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Asandi, Q. (n.d.). Self disclosure pada remaja pengguna facebook. *Jurnal Ilmiah*, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Fitri, N. (2017). Hubungan pengungkapan diri (self disclosure) di media sosial instagram pada mahasiswa psikologi universitas islam negeri sunan gunung djati Bandung. *Uin Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Jacqueline, G. (2019). Self disclosure individu androgini melalui instagram sebagai media eksistensi diri. *Jurnal Studi Komunikasi*, 3, 272–286.
- Mahendra, B. (2017). Eksistensi sosial remaja dalam instagram. *Jurnal Visi Komunikasi*, 16(1), 151–160.
- Myers. (2012). *Psikologi sosial* (Salemba Hu). Jakarta.
- Nurul aiyuda, N. A. S. (2019). Presentasi diri online di sosial media (instagram dan facebook). *Jurnal Psikologi*, 2(2), 124–130.
- Putra, H. A. (2017). Pengaruh media sosial instagram terhadap eksistensi dirimahasiswa ilmu komunikasi UIN Alauddin Makassar angkatan 2015. *Skripsi*

- . *Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*.
Siswoyo. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
Sugiyono, P. D. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: CV ALFABETA.
- Wisnubrata. (n.d.). Batasan wajar menggunakan media sosial dalam sehari. Retrieve