

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI

PADA MAHASISWA UNISSULA PENGGUNA *INSTAGRAM*

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND SELF-DISCLOSURE IN INSTAGRAM USING UNISSULA STUDENTS

Submit : 25 November 2021 Accepted : 01 Desember 2021 Published : 31 Desember 2021

Diah Ria Ayu Wahyuni ¹ Retno Anggraini ²

Diahriaayuwahyuni19@std.unissula.ac.id¹, retno.a@unissula.ac.id²

1,2) Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan pengungkapan diri pada mahasiswa UNISSULA pengguna *instagram*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa strata 1 angkatan 2017. Jumlah sampel 330 mahasiswa yang tersebar di Fakultas Teknik, Fakultas Agama Islam, Fakultas Teknologi Industri, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Hukum, Fakultas Kedokteran dan Fakultas Psikologi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster sampling*. Dua alat ukur digunakan untuk mendapatkan data dalam penelitian ini yaitu alat ukur harga diri dengan reliabilitas 0,876. Alat ukur lain untuk mendapatkan data pengungkapan diri dengan reliabilitas 0,771. Hipotesis penelitian ini adalah : terdapat hubungan positif antara harga diri dengan pengungkapan diri pada mahasiswa UNISSULA pengguna *instagram*. Teknik analisis data menggunakan non paramethic test *sperman rho*. Dari hasil analisis didapatkan informasi bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi juga pengungkapan diri. Dengan demikian hipotesis diterima.

Kunci : Harga Diri, Pengungkapan Diri

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-esteem and self-disclosure in UNISSULA students using Instagram. The population in this study were undergraduate students of class 2017. The number of samples was 330 students spread across the Faculty of Engineering, Faculty of Islamic Religion, Faculty of Industrial Technology, Faculty of Dentistry, Faculty of Languages and Communication Studies, Faculty of Teacher Training and Education, Faculty of Law, Faculty of Medicine. and the Faculty of Psychology. The sampling technique used was cluster sampling. Two measuring instruments were used to obtain data in this study, namely self-esteem measuring instruments with a reliability of 0.876. Another measuring tool to obtain self-disclosure data with a reliability of 0.771. The hypothesis of this research is: there is a positive relationship between self-esteem and self-disclosure in UNISSULA students using Instagram. The data analysis technique used non-paramethic test sperman rho. From the results of the analysis obtained information that the higher the self-esteem, the higher the self-disclosure. Thus the hypothesis is accepted. The author's advice:users Instagram should be able to control themselves, be wise, for Muslims they must always remember and apply values based on Islamic Worldview so as not to lose money, behave disgracefully and excessively; such as showing off, being arrogant and overdisclosure, which is at risk of being polluted, being the target of people with 'ain disease (envy, hate, very jealousy, (hasad-yahsudu/yahsidu), and the like), also not harming and causing slander to others.

Key: Self-Esteem, Self-Disclosure.

1. Pendahuluan

Situs jaringan sosial dalam beberapa tahun terakhir memiliki perkembangan secara cepat. Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo) mengemukakan di Indonesia memiliki pengguna internet mencapai 63 juta jiwa 95 persen cenderung mengakses jejaring sosial. Pada 2015, Global Data Index Survey melaporkan pengguna internet menggunakan 1,77 jam perhari untuk mengakses media sosial. *Instagram* sendiri memiliki sekitar 700 juta pengguna aktif di dunia, serta 45 juta di Indonesia. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan, *Instagram* berada dalam peringkat ketiga tertinggi akun pengguna media sosial (Mander & McGrath, 2015)

Terdapat berbagai macam media sosial, antara lain *Google*, *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Youtube*, dan tentunya terdapat media sosial lain. Dari beberapa jenis sosial media, *Instagram* termasuk golongan yang digunakan untuk membagikan foto maupun video yang dapat diakses dengan gratis. *Instagram* saat ini tersedia di *AppleiOS*, *Android* dan *Windows*. Kira-kira terdapat empat ratus juta aktivitas yang dibagikan melalui *instagram* disetiap bulannya serta terdapat 3,5 miliar “like” dalam sehari, selain itu terdapat foto foto yang diunggah setiap hari lebih dari

80 juta (Dion, 2016). Situs tersebut sangat populer di kalangan pemuda yang berusia 18-24 tahun yang merupakan bagian dari generasi Y (individu yang lahir di tahun 1986-2005).

Dalam mengekspresikan suatu emosi tertentu seorang individu, saat ini media sosial lebih banyak digunakan. Sebuah penelitian mengungkapkan adanya kenyamanan individu dalam menyampaikan informasi pribadi dapat melatarbelakangi seorang individu menggunakan media sosial (Krasnova., dkk, 2010)

Penggunaan media sosial saat ini selain untuk memperluas informasi dan hubungan sosial, juga sebagai media untuk menyampaikan apa yang terjadi dan dirasakan individu. Oleh karena itu, media sosial juga merupakan suatu bentuk dari pengungkapan diri yang dikomunikasikan secara sengaja melalui perilaku verbal yang dapat memberikan penjelasan tentang peristiwa yang dialami dan dirasakan individu (Bazarova & Choi, 2014). Pengungkapan diri di *instagram* dapat dilakukan dengan membagikan foto,

video, quote, status, komentar, musik ataupun chat yang dapat menggambarkan perasaan dan kejadian yang sedang di alami agar sesama pengguna media sosial yang lainnya dapat mengetahui (Kusyanti & Catherina, 2019).

Mahasiswa ialah individu yang tengah menuntut ilmu di Perguruan Tinggi baik Negeri maupun Swasta. Gunarsah dan Singgih (2008) mengemukakan bahwa mahasiswa digolongkan pada kelompok remaja akhir dalam rentang umur 18 sampai 22 tahun yang sedang dalam masa perubahan dari remaja menuju dewasa yang sedang mencari identitas. Survei lapangan yang dilakukan Prawesti dan Dewi pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya pada tanggal 15 April 2015 menemukan 372 mahasiswa memakai media sosial sebagai sarana mengungkapkan diri berbentuk postingan, disamping penggunaannya sebagai media komunikasi. Pengungkapan diri dilakukan bukan hanya mengekspresikan diri, namun untuk melampiaskan perasaan. Media sosial yang digunakan adalah *blackberry*

messenger dengan persentase sebanyak 94 persen (Prawesti dan Dewi, 2016)

Beberapa ahli berpendapat pengungkapan diri di pengaruhi oleh harga diri sebagai karakteristik kepribadian (Prager K.J., Shirvani F.K., Gracia J.J., dan Coles M, 2013) . Harga diri didefinisikan sebagai bentuk penilaian individu secara subjektif baik positif maupun negatif (Donallen, 2012). Selain itu, pengungkapan diri dimedia sosial oleh mahasiswa dapat dipengaruhi oleh keinginan untuk diperhatikan serta untuk dinilai oleh individu lain. Penilaian dari seseorang terhadap diri mahasiswa dapat menentukan harga diri individu secara positif ataupun negatif (Sarwono & Meinarno, 2015). Seseorang yang dengan harga diri tinggi cenderung mempunyai tingkat kepercayaan diri, penghargaan diri dan memiliki keyakinan atas kemampuan diri sendiri. Begitupun individu dengan harga diri rendah akan merasa kurang percaya diri, tidak berharga serta takut akan umpan balik dari individu lain (Rosenberg, dkk., 1995).

Individu yang memakai *instagram* sebagai media pengungkapan diri, menggunakan hal tersebut sebagai langkah introspeksi diri atas apa yang telah diinformasikan kepada khalayak. Individu tersebut menganggap bahwa membagikan informasi melalui *instagram* menjadikan individu menjadi lebih terkenal, selain itu sebagai umpan balik yang didapatkan dari orang lain memberikan perasaan dihargai maupun hanya untuk memberitahu perasaan individu kepada orang lain. Hal ini selaras dengan pengertian konsep harga diri yaitu pengukuran nilai seorang individu pada dirinya baik secara positif maupun negatif (Utomo & Laksmiwati, 2019).

1. METODE PENELITIAN

2.1 Partisipan Penelitian

Partisipan pada penelitian ini yaitu Mahasiswa UNISSULA angkatan 2017 Fakultas Psikologi, Fakultas Kedokteran, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Keperawatan, Fakultas Agama Islam, Fakultas Teknik, Fakultas Bahasa dan Ilmu

Komunikasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, Fakultas Teknologi Industri.

2.2 Instrumen Penelitian

Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala. Skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Azwar, 2012). Skala yang digunakan pada penelitian sebagai berikut :

1. Skala Pengungkapan Diri

Pengungkapan diri adalah tindakan membagikan informasi tentang dirinya sendiri seperti pengungkapan pikiran, perasaan terhadap orang lain, agar orang lain mengetahuinya. Adapun aspek pengungkapan diri yang diambil untuk penelitian ini menurut (Wheless et al., 1986) yaitu : *intent*, *amount*,

positiveness, depth, dan honesty.

2. Harga Diri

Harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik secara positif dan negatif. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat harga diri dalam penelitian ini menggunakan aspek teori dari (Rosenberg et al., 1995) yaitu *physical self esteem, social self esteem dan performance self esteem.*

2.3 Prosedur Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa UNISSULA angkatan 2017 Fakultas Psikologi, Fakultas Kedokteran, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Keperawatan, Fakultas Agama Islam, Fakultas Teknik, Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, Fakultas Teknologi Industri. Prosedur penelitian

diawali dengan Proses perizinan diawali dengan membuat surat izin permohonan kepada pihak Fakultas Psikologi UNISSULA yang ditujukan untuk Direktorat Sistem Informasi UNISSULA. Selanjutnya peneliti mengajukan surat izin yang diterbitkan oleh Fakultas Psikologi UNISSULA yang bernomor 338/C.1/Psi-SA/IV/2021 kepada Direktorat Sistem Informasi UNISSULA yang bertempat tinggal di Gedung Fakultas Teknologi Industri Lt.2. Kemudian peneliti juga mengajukan surat izin melakukan penelitian kepada dekan tiap-tiap fakultas di UNISSULA.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Uji Coba Skala

Hasil uji beda daya aitem terhadap skala harga diri dengan jumlah aitem sebanyak 42 aitem, diperoleh 26 aitem daya beda tinggi dan 16 aitem daya beda rendah. Estimasi *reliabilitas* skala harga diri dari

26 aitem sebesar 0,876 sehingga dapat dikatakan bahwa skala harga diri reliabel. Sedangkan hasil uji daya beda aitem pada skala pengungkapan diri dengan jumlah aitem sebanyak 40 aitem, diperoleh 26 aitem daya beda tinggi dan 14 aitem daya beda rendah. Estimasi *reliabilitas* skala pengungkapan diri dari 26 aitem sebesar 0,771 sehingga dapat dikatakan reliabel.

3.2 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengungkapkan data terdistribusi normal atau tidak. Dalam uji normalitas ini peneliti menggunakan teknik *one sample Kolmogrov Smirnov Z*. Berdasarkan uji normalitas terhadap variabel harga diri nilai KS Z sebesar 2.232 dengan $P= 0.000$ ($P>0.05$). Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa sebaran data harga diri memiliki distribusi tidak normal. Berdasarkan uji normalitas pada variabel pengungkapan diri diperoleh

nilai KS Z sebesar 3.423 dengan $P= 0.000$ ($p>0.05$)

Table 9. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Harga Diri	80.16	2.885	0.123	0.000	$p>0.05$	Tidak Normal
Pengungkapan Diri	77.84	4.597	0.188	0.000	$p>0.05$	Tidak Normal

3.3 Hasil Uji Linearitas

Hasil uji linearitas antara harga diri dengan pengungkapan diri mendapatkan F linier sebesar 4.828, taraf signifikansi sebesar 0.000 ($p<0.05$) dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel harga diri dengan variabel pengungkapan diri

3.4 Hasil Uji Hipotesis

Analisis data penelitian ini menunjukkan hipotesis dapat di terima. Ditunjukkan oleh skor rxy 0,179 dengan signifikansi 0,001 ($p<0.05$). Hal ini memberikan informasi bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan pengungkapan diri mahasiswa pengguna instagram.

3.5 Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada

hubungan antara harga diri dengan pengungkapan diri mahasiswa UNISSULA pengguna *instagram*. Dari uji hipotesis yang telah dilakukan, dapat diketahui skor r_{xy} 0,179 dengan taraf signifikan sebesar 0,001 ($p < 0.05$). Hasil dari uji linieritas variabel harga diri dan pengungkapan diri memperoleh F linier sebesar 4.828 dengan taraf signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan pengungkapan diri pada mahasiswa UNISSULA pengguna *instagram*.

Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Artinya, semakin tinggi tingkat harga diri maka semakin tinggi pula tingkat pengungkapan diri, dan sebaliknya semakin rendah tingkat harga diri maka semakin rendah pula tingkat pengungkapan diri. Tampaknya *instagram* merupakan kebutuhan individu dengan latar belakang modernitas, membantu individu dalam aspek kebutuhan harga diri, dan mengekspresikan diri, selain menjadi pemenuhan kebutuhan

akan hiburan, informasi, serta pendidikan (Anggraini, 2019)

Selaras dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Utomo & Laksmiwati, 2019) harga diri menjadi salah satu faktor penting dalam pengungkapan diri individu di *instagram*, faktor lingkungan yang memberikan pengaruh. Sementara penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Santi & Damariswara, 2017) menginformasikan bahwa individu dengan tingkat harga diri tinggi tidak terpacu oleh penilaian orang lain. Individu demikian cenderung mampu melakukan pengungkapan diri serta melakukan komunikasi secara efektif dengan : memiliki sikap yang terbuka, berempati dengan orang lain dan sikap yang positif dalam berkomunikasi. Maknanya tanpa menggunakan media sosial *Instagram*-pun akan dapat memenuhi kebutuhan internalnya tersebut.

Penelitian ini, menggambarkan bahwa Mahasiswa UNISSULA pengguna *instagram* yang memiliki harga diri tinggi maka akan memiliki

pengungkapan diri yang tinggi. Pada penelitian ini harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 44 persen, sedangkan 56 persen disumbangkan oleh faktor lain di luar penelitian.

4. KESIMPULAN

- a. Ada hubungan antara harga diri dengan pengungkapan diri pada mahasiswa UNISSULA pengguna *instagram*.
- b. Harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 44 persen sedangkan 56 persen disumbangkan oleh faktor lain di luar penelitian.
- c. *Instagram* berpotensi untuk dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dan pembangunan karakter.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, R. (2019). Pendidikan Kesehatan Dalam Praktik Terapi Nabawi Bagi Psikosomatik. Diakses dari <https://repository-umy-ac->

id.translate.google.com/handle/123456789/31517?_x_tr_sch=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=nui,sc.

Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Belajar : Yogyakarta.

Bazarova, N. N., & Choi, Y. H. (2014). *Self-disclosure in social media: Extending the functional approach to disclosure motivations and characteristics on social network sites*. *Journal of Communication*, 64(4), 635–657. <https://doi.org/10.1111/jcom.12106>

Dion, N. A. (2016). The effect of Instagram on self-esteem and life satisfaction. *Honors Theses*, 91, 1–30. https://digitalcommons.salemstate.edu/honors_theses/91

Gunarsa, S., & Yulia, S. (2008). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Diakses dari <http://repository.um-palembang.ac.id/id/eprint/8387>

Krasnova, H., Spiekermann, S., Koroleva, K., & Hildebrand, T. (2010). Online social networks: Why we disclose. *Journal of Information Technology*, 25(2), 109–125. <https://doi.org/10.1057/jit.2010.6>



- Kusyanti, A., & Catherina, H.P.A. (2019). *Do I Really Need to Use a Lock Screen? : An Evaluation of Indonesian Smartphone Users*. Retrieved from 10.1109/ICoICT.2019.8835195.
- Mander, J., & McGrath, F. (2015). Social Media Engagement Summary. *Global Web Index*, 1–9. Diakses dari <http://www.slideshare.net/globalwebindex/globalwebindex-social-q1-summary-report>.
- Prager, K. J., Shirvani, F. K., Garcia, J. J., & Coles, M. (2013). Intimacy and Positive Psychology. *Positive Psychology of Love*, 16–29. Diakses dari <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199791064.003.0002>.
- Prawesti, F. S., & Dewi, D. K. (2016). Self Esteem dan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7 (1), 1. Diakses dari <https://doi.org/10.26740/jppt.v7n1.p1-8>.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem: Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Review*, 60 (1), 141. <https://doi.org/10.2307/2096350>
- Santi, N. N., & Damariswara, R. (2017). Hubungan antara, Self Esteem dengan Self Disclosure pada Saat Chatting di Facebook. *PEDAGOGIA: Jurnal Pendidikan*, 6 (1), 110. Diakses dari <https://doi.org/10.21070/pedagogia.v6i1.611>
- Sarwono W, S., & Meinarno A, E. (2015). Psikologi Sosial. Salemba Humanika : Jakarta.
- Utomo, W.P.B & Laksmiwati, H. (2019). Hubungan Harga Diri Dengan Pengungkapan Diri Pada Siswa-Siswi Pengguna Jejaring Sosial Instagram Di Sma Negeri 1 Gedangan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6 (1).
- Wheeless, L. R., Nesser, K., & Mc.croskey, J. C. (1986). *Communication Apprehension are related*. 3, 129-134.