

Hubungan antara Kesepian dengan Pengungkapan Diri pada Remaja Pengguna Instagram di Kota Surabaya

The Relationship Between Loneliness and Self Disclosure among Adolescent as Instagram Users in Surabaya City

Brenda Kartika Nuraini

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: brenda.19103@mhs.unesa.ac.id

Yohana Wuri Satwika

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: yohanasatwika@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya. Pendekatan kuantitatif digunakan dengan teknik korelasi *pearson product moment* melalui program SPSS 25.0 for windows untuk mengetahui hubungan antar variabel. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 80 remaja pengguna instagram di kota Surabaya. Instrumen dalam penelitian yaitu skala kesepian dan skala pengungkapan diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dari tiap variabel. Hasil koefisien korelasi sebesar 0,734 ($r = 0,734$) menunjukkan tingkat korelasi yang kuat dan positif. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis diterima dan disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya.

Kata kunci : Kesepian, Pengungkapan diri, Remaja, Instagram

Abstract

This study aims to examine the relationship between loneliness and self-disclosure among adolescent as instagram users in Surabaya city. Quantitative approach is used with pearson product moment correlation technique through the SPSS 25.0 program for windows to determine the relationship between variables. The subjects in this study were 80 adolescent instagram users in Surabaya city. The instruments in the study were the loneliness scale and the self-disclosure scale which were compiled by the researchers based on the aspects of each variable. The result of a correlation coefficient of 0.734 ($r = 0.734$) indicates a strong and positive level of correlation coefficient. Based on these results, the hypothesis is accepted and it is concluded that there is a relationship between loneliness and self-disclosure among adolescent as instagram users in Surabaya city.

Key word : Loneliness, Self disclosure, Adolescent, Instagram

Article History

Submitted : 10-07-2023

Final Revised : 10-07-2023

Accepted : 10-07-2023



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

Produktivitas internet sejak pertengahan tahun 1990-an digunakan untuk membantu pencarian informasi dan komunikasi dalam jejaring sosial yang berfungsi sebagai alat elektronik dari kehidupan nyata (Rachbini & Hatta, 2018). Sebelumnya, akses internet terbatas melalui komputer namun dewasa ini akses internet fleksibel dalam gawai yang berada di genggaman kita sehari-hari. Internet membuktikan bahwa terjalinnya relasi serta komunikasi dengan pihak lain meskipun berada di tempat berbeda, berjarak jauh, bahkan antar benua bukanlah hal yang mustahil.

Pengguna internet pada umumnya aktif membagikan kegiatan, informasi, status, opini, permasalahan, keluh kesah, ataupun kebahagiaannya di media sosial. Media sosial dikategorikan sebagai komunitas bagi orang-orang yang berkumpul secara online (Sudirjo, 2021). Individu memprioritaskan haknya dalam bersuara di sosial media yang menjangkau pihak di komunitas-komunitas tersebut.

Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh We Are Social dengan Hootsuite (2022) pengguna media sosial di Indonesia bertambah 21 juta dibandingkan tahun sebelumnya. Media sosial instagram menempati posisi kedua sebagai platform media sosial paling aktif di Indonesia. Pengguna instagram diperkirakan mencapai 99.15 juta atau setara 35.7% dari total populasi. Sehubungan dengan hal tersebut, statistik data yang diperoleh dari Napoleoncat (2023) menunjukkan pengguna instagram di rentang usia remaja sebanyak 29% atau ekuivalen dengan 27 juta pengguna.

Menurut Hardiansyah (dalam Ramadhan & Coralia, 2022) instagram terdiri atas fitur *instastory*, *feeds*, *direct message* (DM), *live*, *notes*, dan *reels* yang dilengkapi opsi penambahan keterangan. Fitur ini jelas membantu pengguna platform instagram di rentang usia remaja dalam menyebarkan kesehariannya. Penggunaan berbagai fitur ini serta merta memiliki dampak pada perilaku, kebiasaan, dan sikap individu dimana dapat memberikan dampak positif seperti menambah kreativitas, pengetahuan, atau malah sebaliknya yaitu dampak negatif berupa ujaran kebencian, berita hoax, dan berkompetisi secara tidak sehat (Agianto et al., 2020).

Masa remaja dinilai sebagai masa keemasan, disebabkan sudah melewati masa anak-anak dan sedang beralih menuju masa dewasa. Masa ini juga menentukan bentuk komunikasi yang secara langsung berkaitan dengan pengungkapan diri (Ariani et al., 2020). Pengungkapan diri (*self disclosure*) yang dilakukan di media sosial ditujukan agar meyakinkan individu bahwa dirinya patut memberi tahu beragam emosi yang dialaminya.

Pengungkapan diri merupakan suatu siklus komunikasi yang sejatinya diperlukan remaja dalam mencurahkan aspek-aspek diri baik mengenai pemikiran, perasaan, dan keterbukaan. Menurut Ariani (2020), kebiasaan menutupi informasi yang menyertakan pihak lain lalu kemudian disebarluaskan berhubungan erat dengan pengungkapan diri. Tidak dapat dipungkiri hal tersebut dipengaruhi oleh intensitas individu menghabiskan waktu di media sosial.

Esensi utama dari pengungkapan diri dijabarkan sebagai karakteristik sosial yang bertujuan untuk memulai dan mempertahankan hubungan intrapersonal (Nawwaf et al., 2022). Pengungkapan diri menandakan seberapa krusialnya media sosial sebagai instrumen utama perkembangan remaja (Waterloo et al., 2018). Remaja secara tidak langsung didorong

mengeksplorasi jaringan luas dalam lingkup pertemanan media sosial yang didasarkan pada pengungkapan diri. Maka tidak mengherankan bila individu menghabiskan waktu cenderung lama saat mengakses informasi secara daring.

Individu yang kerap berselancar di media sosial selama lebih dari 2 jam setiap harinya memiliki probabilitas merasa kesepian dan terisolasi. Berdasarkan pengambilan perspektif yang disesuaikan, ditemukan bahwa pengungkapan diri berkontribusi terhadap perasaan kesepian (Wei et al., 2005). Sehubungan dengan hal tersebut, pengungkapan diri yang menghasilkan keterbukaan di media sosial mengisyaratkan beragam hal, diantaranya kesepian (Akbar & Abdullah, 2021). Kesepian (*loneliness*) terbentuk saat kebutuhan keintiman individu dengan orang-orang disekitar tidak terpenuhi, kemudian menciptakan kesenjangan sosial hingga individu meyakini semua hubungan yang dijalin tidak memberikan rasa kepuasan (Ramadhan & Coralia, 2022).

Individu membagikan informasi pribadinya di media sosial karena mengalami perasaan kesepian dan individu yang merasa sendiri juga cenderung mencurahkan lebih banyak informasi di media sosial (Ramadhan & Coralia, 2022). Hal ini mengindikasikan semakin sering penggunaan instagram maka semakin tinggi kesepian yang dirasakan individu tersebut.

Perasaan negatif atas kondisi dirinya yang berasal dari kesepian mencakup gelisah, kehampaan, serta jarang memperlihatkan kebahagiaan. Individu cenderung sensitif di semua hal yang melahirkan kesalahpahaman dan memandang dirinya ataupun pihak lain rendah (Artiningsih & Savira, 2021). Oleh karenanya, timbulah permasalahan sosial akibat pengungkapan diri yang dilakukan secara berlebihan.

Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Ramadhan & Coralia (2022) memiliki judul hubungan antara *self disclosure* dan *loneliness* pada mahasiswa pengguna instagram di kota Palembang. Hasil penelitian membuktikan adanya korelasi antara hubungan pengungkapan diri dan kesepian pada mahasiswa pengguna instagram di kota Palembang. Hal ini mengindikasikan tingginya tingkat kesepian yang dirasakan sejalan dengan kecenderungan pengungkapan dirinya.

Penelitian lainnya, dilakukan oleh Akbar & Abdullah (2021) dengan judul hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan *self disclosure* pada mahasiswa universitas teknologi sumbawa yang menggunakan sosial media (instagram). Hasil penelitian berupa hubungan positif yang bersifat searah dimana semakin tinggi kesepian pada mahasiswa universitas teknologi sumbawa yang menggunakan sosial media instagram maka semakin tinggi pula pengungkapan dirinya.

Selanjutnya Hood, Creed & Mills (2018) melakukan penelitian dengan judul *loneliness and online friendships in emerging adults*. Penelitian ini menemukan bahwa kesepian secara signifikan memprediksi motif dalam hubungan sosial yang pada akhirnya mewujudkan pengungkapan diri di media sosial. Kesimpulan yang diambil berupa bukti empiris bahwasanya tanpa adanya dukungan dari pertemanan, individu akan terdorong melakukan pengungkapan diri sebagai efek dari kesepian yang dirasakan.

Tersedianya penelitian terdahulu yang mendukung hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram, serta menimbang penelitian belum pernah dilakukan di kota Surabaya. Maka penulis ingin meneliti hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya.

Metode

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif. Metode kuantitatif didefinisikan sebagai penelitian yang berupa kumpulan data numerik lalu kemudian dianalisis menggunakan statistik (Ahyar et al., 2020). Dengan menggunakan statistik, metode kuantitatif tidak hanya memungkinkan peneliti untuk menggambarkan fenomena dengan angka, tetapi juga membantu menentukan hubungan antara dua atau lebih banyak variabel (Stockemer, 2019). Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Pendekatan kuantitatif korelasional bertujuan untuk mengamati adanya hubungan atau korelasi antara variabel satu dengan lainnya (Hardani et al., 2020).

Sampel dan Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja pengguna instagram di kota Surabaya yang tidak diketahui jumlahnya secara pasti, sehingga kriteria yang diterapkan adalah remaja berusia 13-21 tahun dan berdomisili di kota Surabaya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *nonprobability sampling* berjenis *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini ialah sampel jenuh menggunakan rumus sampel (Hair et al., 2010) yaitu sampel minimum sebesar jumlah indikator dari masing-masing variabel dikali 5 sampai 10. Jumlah indikator sebanyak 12 sehingga $12 \times 5 = 60$. Didapat jumlah sampel sebesar 60 remaja, namun peneliti telah mengumpulkan subjek 20 lebih banyak, yakni 80 remaja yang menggunakan instagram di kota Surabaya.

Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa kuisioner menggunakan skala. Skala diartikan sebagai ukuran kuantifikasi yang diatur berdasarkan nilainya sehingga dapat menyubtitusi subjek, objek, ataupun kontinuitas (Hardani et al., 2020). Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari skala pengungkapan diri (*self disclosure*) dan skala kesepian (*loneliness*). Skala kesepian yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan teori kesepian oleh Russell (1982). Skala ini berupa skala likert (*likert scale*) yang menghasilkan 23 item pernyataan yang dapat dikategorikan sebagai item *favorable* serta *unfavorable*. Skala pengungkapan diri yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan teori pengungkapan diri oleh Wheelles & Grotz (dalam Leung, 2002) dan terdiri dari 22 item pernyataan. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuisioner melalui *google form* yang disebarkan di platform instagram serta media sosial lainnya.

Analisis Data

Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasional *pearson product moment* dengan bantuan SPSS 25.0 *for windows*. Teknik analisa data dilakukan dengan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov untuk mengetahui kenormalan distribusi data yang digunakan, uji linearitas *anova* untuk menghasilkan hubungan linear antar variabel, dan uji hipotesis *pearson product moment* pada skala kesepian dan skala pengungkapan diri. Uji hipotesis bertujuan untuk menentukan terdapat atau tidaknya hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya.

Hasil

Statistik Deskriptif

Berikut merupakan hasil statistik deskriptif pada variabel kesepian dan variabel pengungkapan diri:

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif Kesepian dan Pengungkapan Diri

Statistics			
	Kesepian		Pengungkapan Diri
N	Valid	80	80
	Missing	0	0
Mean	63,69		63,06
Median	69,00		66,00
Std. Deviation	10,333		8,391
Range	48		42
Minimum	34		43
Maximum	82		85

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai rata-rata variabel kesepian yaitu 63,69, sedangkan nilai rata-rata pengungkapan diri yaitu 63,06. Nilai standar deviasi kesepian sebesar 10,333 dan standar deviasi pengungkapan diri sebesar 8,391. Rentang skor total kesepian adalah 48, dimana memiliki nilai minimum 34 dan nilai maksimum 82. Sedangkan, rentang skor total pengungkapan diri adalah 42, dimana memiliki nilai minimum 43 dan nilai maksimum 85.

Kemudian, data digunakan kembali sebagai kategori tingkatan masing-masing variabel yang terbagi menjadi tiga tingkatan yakni tingkat rendah, sedang, dan tinggi. Kategori tingkatan tersebut ditentukan oleh nilai mean dan standar deviasi.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Kesepian

Kategori	Nilai	Jumlah	Presentase
Rendah	$X < 53$	12	15%
Sedang	$53 \leq X \leq 74$	64	80%
Tinggi	$X > 74$	4	5%
		80	100%

Kategorisasi tingkat kesepian remaja yang didasarkan pada pedoman Azwar (2017), maka diperoleh bahwa 12 remaja (15%) masuk dalam kategori kesepian rendah, 64 remaja (80%) masuk dalam kategori kesepian sedang, dan 4 remaja (5%) masuk dalam kategori kesepian tinggi.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Pengungkapan Diri

Kategori	Nilai	Jumlah	Presentase
Rendah	$X < 55$	15	18,75%
Sedang	$55 \leq X \leq 71$	58	72,5%
Tinggi	$X > 71$	7	8,75%
		80	100%

Tabel kategorisasi tingkat kesepian remaja didasarkan pada pedoman Azwar (2017). Diperoleh bahwa 15 remaja (18,75%) masuk dalam kategori pengungkapan diri rendah, 58

remaja (72,5%) masuk dalam kategori pengungkapan diri sedang, dan 7 remaja (8,75%) masuk dalam kategori pengungkapan diri tinggi.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi data yang digunakan (Ichsan & Karim, 2021). Dalam penelitian ini, uji Kolmogorov-Smirnov digunakan sebagai uji normalitas dengan bantuan program SPSS 25.0 *for windows*. Berikut merupakan hasil perhitungan uji normalitas:

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandarized Residual
N		80
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,64600111
Most Extreme Differences	Absolute	,084
	Positive	,084
	Negative	-,083
Test Statistic		,084
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal. b. Calculated from data. c. Lilliefors Significance Correction. d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan tabel perhitungan yang dihasilkan, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,200 dimana nilai tersebut lebih dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data kesepian dan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya terdistribusi normal. Hal ini sesuai dengan ketentuan bahwa $Sig > 0,05$ dinyatakan distribusi data normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki pengertian sebagai pengukuran hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat yang dinilai besarnya secara linear (Hardani et al., 2020). Hal ini dapat menunjukkan hubungan variabel secara positif ataupun negatif dan apabila nilai signifikansi $>0,05$ maka dapat dinyatakan linear. Uji linearitas menggunakan *anova* dengan bantuan program SPSS 25.0 *for windows*. Syarat utama yang perlu terpenuhi adalah data harus bersifat linear.

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Pengungkapan Diri* Kesepian	Between Groups	(Combined)	3289,602	2	113,43	4,427	,000
		Linearity	2749,616	1	2749,616	107,311	,000
		Deviation from Linearity	539,986	2	19,285	,753	,789
		Within Groups	1281,148	5	25,623		
Total			4570,750	7			

Berdasarkan tabel perhitungan yang dihasilkan, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,789 dimana skor tersebut lebih dari 0,05. Maka dapat disimpulkan variabel kesepian dan pengungkapan diri memiliki hubungan yang linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah sebuah tahapan dalam menentukan hasil dari hipotesis yang dibuat (Mufarrikh, 2019). Uji hipotesis bertujuan dalam membuktikan hipotesis terdapatnya hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya. Uji hipotesis menggunakan *pearson product moment* dengan bantuan program SPSS 25.0 *for windows*.

Berikut merupakan pedoman tingkat korelasi nilai *pearson correlation*:

Tabel 6. Pedoman Tingkat Korelasi

Nilai Pearson Correlation	Keterangan
0,00 – 0,20	Tidak ada korelasi
0,21 – 0,40	Korelasi rendah
0,41 – 0,60	Korelasi sedang
0,61 – 0,80	Korelasi kuat
0,81 – 1,00	Korelasi sempurna

Berikut adalah hasil perhitungan uji hipotesis korelasi:

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis Korelasi

Correlations			
		Kesepian	Pengungkapan Diri
Kesepian	Pearson	1	,734**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	80	80
Pengungkapan Diri	Pearson	,734**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	80	80

**Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel perhitungan hasil uji hipotesis, diketahui nilai signifikansi sebesar 0,000 dan termasuk dalam $\text{Sig} < 0,05$. Maka dapat dinyatakan bahwa variabel kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram memiliki hubungan yang signifikan. Selanjutnya, nilai *pearson correlation* sebesar 0,734 mengindikasikan bahwa variabel kesepian dengan pengungkapan diri berada di rentang 0,61 – 0,80 yaitu berkorelasi kuat. Nilai *pearson correlation* yang dihasilkan bersifat positif sehingga semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula pengungkapan diri yang dilakukan oleh remaja pengguna instagram.

Pembahasan

Nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini sebesar 0,734. Hasil tersebut membuktikan bahwa nilai koefisien korelasi termasuk dalam kategori korelasi yang kuat. Nilai koefisien korelasi yang dihasilkan bersifat positif. Hal ini mengindikasikan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan hipotesis H_a diterima yang selanjutnya hipotesis penelitian berupa “terdapat hubungan yang signifikan serta positif antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya”. Sebaliknya, jika remaja pengguna instagram memiliki tingkat kesepian yang rendah atau negatif maka tingkat pengungkapan diri yang akan dilakukan juga rendah.

Dengan demikian, apabila semakin tinggi kesepian maka akan semakin tinggi pula pengungkapan diri individu. Ernst et al. (2022) menyatakan kesepian adalah perasaan dihasilkan dari ketidaksesuaian antara kuantitas atau kualitas (mengacu pada pengalaman subjektif dari karakteristik seperti kasih sayang, keintiman, atau konflik) dari hubungan sosial yang diinginkan individu. Ketidaksesuaian tersebut yang kemudian memunculkan keinginan untuk mengekspresikan perasaannya melalui pengungkapan diri terutama di media sosial. Secara tidak langsung, individu harus memiliki kontrol terhadap kesadarannya dalam membagikan informasi termasuk kegiatan sehari-hari ataupun hal-hal pribadi mengenai dirinya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Ramadhan & Coralia (2022) bahwa terdapat

hubungan antara pengungkapan diri dan kesepian pada mahasiswa pengguna instagram di kota Palembang.

Kesepian berkaitan erat dengan hubungan sosial dan keinginan sosial individu. Xu & Takai (2021) berpendapat bahwa individu merasa kesepian karena tidak puas dengan aspek-aspek kehidupan sosial seperti kualitas hubungan dan ketidaksesuaian antara keinginan dan kenyataan. Berdasarkan tabel 2 kategorisasi skor kesepian diketahui bahwa terdapat 80% (64 dari 80 subjek) remaja yang memiliki tingkat kesepian sedang dan 5% (4 dari 80 subjek) memiliki tingkat kesepian yang tinggi. Hal tersebut membuktikan bahwa mayoritas subjek penelitian ini yaitu remaja pengguna instagram berada di tingkat kesepian sedang. Perasaan kesepian meningkat ketika remaja pengguna instagram merasa tidak menjalani hubungan yang bermakna, sulit menjalin hubungan akrab dengan orang lain, dan memiliki kepribadian tertutup. Perasaan kesepian adalah pengalaman umum yang dialami oleh remaja (Cooper et al., 2020).

Pada tabel 3 kategorisasi skor pengungkapan diri diketahui bahwa terdapat 72,5% (58 dari 80 subjek) remaja memiliki tingkat pengungkapan diri sedang dan 8,75% (7 dari 80 subjek) remaja memiliki tingkat pengungkapan diri yang tinggi. Hal tersebut menunjukkan jika mayoritas remaja pengguna instagram berada di tingkat pengungkapan diri sedang yang berarti bahwa remaja pengguna instagram di kota Surabaya sering melakukan pengungkapan diri. Pengungkapan diri yang dilakukan memiliki tujuan, terbuka dalam membagikan informasi pribadi, serta jujur. Individu memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengungkapkan diri secara online karena individu merasa bahwa pengungkapan diri online akan lebih efektif, aman, dan nyaman untuk menjalin hubungan interpersonal (Bianchi et al., 2022).

Selain itu, nilai rata-rata kesepian sebesar 63,69 dan nilai rata-rata pengungkapan diri sebesar 63,06. Hal ini membuktikan bahwa individu merasakan kesepian lebih besar sehingga cara individu bertindak lalu menyesuaikan diri dalam hidup bersosial dan tidak menjalani hubungan yang bermakna mencerminkan perasaan kesepian yang dialami. Pernyataan ini didukung oleh Preece et al. (2021) yang mengemukakan bahwa kesepian ditandai dengan keinginan individu untuk menarik diri dan menjauh dari orang lain ataupun hubungan yang dijalaninya.

Hubungan positif pada penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian maka semakin tinggi pula tingkat pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu tersebut. Hubungan positif ini sejalan dengan penelitian Zahrabella & Herdajani (2023) yang menyatakan bahwa semakin tinggi kesepian yang dirasakan maka semakin tinggi pula pengungkapan diri pada *content creator* tiktok di Jakarta Barat. Penelitian tersebut menghasilkan nilai korelasi sebesar 0,623 yang tidak jauh berbeda dan cenderung lebih rendah dari nilai korelasi 0,734. Hal tersebut didasarkan pada perbedaan subjek yang digunakan antara penelitian ini dengan penelitian Zahrabella dan Herdajani. Penelitian ini menggunakan subjek remaja pengguna instagram di kota Surabaya sedangkan penelitian Zahrabella dan Herdajani menggunakan subjek *content creator* tiktok di Jakarta Barat.

Penelitian Akbar & Abdullah (2021) meneliti hal yang serupa yaitu hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada mahasiswa universitas teknologi sumbawa yang menggunakan sosial media instagram. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,689 dan berada di rentang korelasi kuat, sama seperti rentang korelasi dalam penelitian ini. Persamaan selanjutnya juga berada pada teknik pengambilan sampling yaitu teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampling berupa *purposive sampling* tersebut menghasilkan data sampel yang dapat mewakili populasi.

Bertolak belakang dari penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Dwidiyanti et al. (2022) tidak memenuhi uji normalitas sehingga dilakukan analisis regresi logistik ordinal yang menghasilkan nilai signifikansi uji Wald sebesar 0,376 ($p > 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara kesepian dengan pengungkapan diri remaja pengguna instagram di Surakarta. Hasil hubungan yang tidak signifikan diartikan bahwa pengungkapan diri pengguna instagram di kota Surakarta tidak disebabkan oleh faktor kesepian, melainkan oleh faktor lain yang belum dibahas. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh jumlah subjek dan variabel yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan variabel kesepian sebagai variabel bebas dan variabel pengungkapan diri sebagai variabel terikat. Penelitian Dwidiyanti menggunakan 350 remaja pengguna instagram lalu variabel bebasnya adalah harga diri dan kesepian serta variabel terikatnya pengungkapan diri.

Kesepian dipersepsikan sebagai perasaan terisolasi dari lingkungan sekitar yang mewakili ketidaksesuaian antara kuantitas dan kualitas hubungan sosial yang dimiliki individu (Smith et al., 2020). Kesepian berhubungan dengan kepribadian individu dan ketidakpuasan hidup sehingga individu mencari dukungan sosial dari orang lain melalui media sosial dengan melakukan pengungkapan diri (Shen, 2015). Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan, uji hipotesis korelasi dalam penelitian ini menghasilkan terdapatnya hubungan yang signifikan dan positif antara variabel kesepian dan variabel pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya.

Kesimpulan

Hasil analisis data yang dilakukan dengan uji hipotesis *pearson product moment* menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat positif. Dalam penelitian ini, hipotesis H_a diterima yang mengindikasikan terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram di kota Surabaya. Hubungan yang bersifat positif membuktikan bahwa semakin tinggi kesepian yang dirasakan remaja pengguna instagram, maka semakin tinggi pula pengungkapan diri yang dilakukan. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kesepian yang dirasakan remaja pengguna instagram, maka semakin rendah pula pengungkapan diri yang dilakukan.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, saran ditujukan kepada pihak-pihak terkait. Bagi remaja pengguna instagram, diharapkan dapat lebih bersikap bijak serta berhati-hati dalam melakukan pengungkapan diri di media sosial instagram agar terhindar dan tidak terjerumus pada hal-hal yang negatif. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menjangkau cakupan yang lebih luas sehingga dapat mengembangkan penelitian dari segi teknik analisis yang digunakan ataupun segi populasi yang lebih merata.

Daftar Pustaka

- Agianto, R., Setiawati, A., & Firmansyah, R. (2020). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup dan Etika Remaja. *TEMATIK - Jurnal Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 7(2 SE-Articles), 130–139. <https://jurnal.plb.ac.id/index.php/tematik/article/view/461>
- Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H., Sukmana, D. J., Hardani, S. P., MS, N. H. A., GC, B., Helmina Andriani, M. S., Fardani, R. A., & Ustiawaty, J. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. *CV. Pustaka Ilmu Group*.
- Akbar, S. K., & Abdullah, E. S. P. S. (2021). Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instagram). *Jurnal TAMBORA*, 5(3), 40–45. <https://doi.org/10.36761/jt.v5i3.1313>
- Ariani, M. D., Supradewi, R., & Syafitri, D. U. (2020). Peran Kesepian Dan Pengungkapan Diri Online Terhadap Kecanduan Internet Pada Remaja Akhir. *Proyeksi*, 14(1), 12. <https://doi.org/10.30659/jp.14.1.12-21>
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41218/35541>
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Bianchi, M., Fabbriatore, R., & Caso, D. (2022). Tumblr Facts: Antecedents of Self-Disclosure across Different Social Networking Sites. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12(9), 1257–1271. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12090087>
- Cooper, K., Hards, E., Moltrecht, B., Reynolds, S., Shum, A., Mcelroy, E., & Loades, M. (2020). Loneliness, social relationships, and mental health in adolescents during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 289(January), 98–104. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.016>
- Dwidiyanti, A., Hardjono, & Anggarani, F. K. (2022). Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Pengungkapan Diri Remaja Surakarta Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi MANDALA*, 6(2), 1–20. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/mandala/article/view/2124>
- Ernst, M., Niederer, D., Werner, A. M., Czaja, S. J., Mikton, C., Ong, A. D., Rosen, T., Brähler, E., & Beutel, M. E. (2022). Loneliness Before and During the COVID-19 Pandemic:A Systematic Review With Meta-Analysis. *American Psychologist*, 77(5), 660–677. <https://doi.org/10.1037/amp0001005>

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Hardani, Andriani, H., Ustiawaty, J., Istiqomah, R. R., Fardani, R. A., Sukmana, D. J., & Auliya, N. H. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kualitatif*. In *CV. Pustaka Ilmu Group* (Issue April).
- Hootsuite. (2022). *Digital 2022: Another Year of Bumper Growth*. Retrieved from <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/>
- Ichsan, R. N., & Karim, A. (2021). *Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Nasabah Pt. Jasa Raharja Medan*. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 6(1), 54–57. <https://doi.org/10.32696/jp2sh.v6i1.729>
- Leung, L. (2002). *Loneliness, self-disclosure, and ICQ (“I seek you”) use*. *Cyberpsychology and Behavior*, 5(3), 241–251. <https://doi.org/10.1089/109493102760147240>
- Mufarrikhoh, Z. (2019). *Statistika pendidikan (Konsep sampling dan uji hipotesis)*. Jakad Media Publishing.
- Napoleoncat. (2023). *Social media users in Indonesia*. Retrieved from <https://napoleoncat.com/stats/social-media-users-in-indonesia/2023/>
- Nawwaf, M. N., Indriani, W., Maharani, W., & Yundianto, D. (2022). *Analysis of Self Disclosure on Users of Pseudonym Accounts Which Display Toxic Disinhibition on Twitter Social Media: A Literature Study*. *INTERNATIONAL CONFERENCE OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCE (ICHSS)*, 402–409. <https://programdokterpbiuns.org/index.php/proceedings/article/view/174>
- Preece, D. A., Goldenberg, A., Becerra, R., Boyes, M., Hasking, P., & Gross, J. J. (2021). *Loneliness and emotion regulation*. *Personality and Individual Differences*, 180(May). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110974>
- Rachbini, W., & Hatta, I. H. (2018). *E-Lifestyle And Internet Advertising Avoidance*. *Jurnal Manajemen*, 22(3), 435. <https://doi.org/10.24912/jm.v22i3.432>
- Ramadhan, P., & Coralia, F. (2022). *Hubungan Antara Self Disclosure Dan Loneliness Pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Kota Palembang*. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(2), 525–533. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v2i3.3129>
- Russell, D. (1982). *The measurement of loneliness*. *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, 81–104. <https://www.researchgate.net/profile/Daniel-Russell->

3/publication/271766646_The_measurement_of_loneliness/links/56bbc30408ae7be8798be595/The-measurement-of-loneliness.pdf

- Shen, G. C. (2015). How quality of life affects intention to use social networking sites: Moderating role of self-disclosure. *Journal of Electronic Commerce Research*, 16(4), 276–289. http://www.jecr.org/sites/default/files/16_4_p02_0.pdf
- Smith, K. J., Gavey, S., Riddell, N. E., Kontari, P., & Victor, C. (2020). The association between loneliness, social isolation and inflammation: A systematic review and meta-analysis. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 112(September 2019), 519–541. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.02.002>
- Stockemer, D. (2019). Quantitative Methods for the Social Sciences. In *Quantitative Methods for the Social Sciences*. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-99118-4>
- Sudirjo, F. (2021). Social Media, Consumer Motivation, And Consumer Purchase Decision For Fashion Consumers In Semarang District. *Jurnal Manajemen*, 12(1), 78. <https://doi.org/10.32832/jm-uika.v12i1.3985>
- Waterloo, S. F., Baumgartner, S. E., Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2018). Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, Twitter, Instagram, and WhatsApp. *New Media and Society*, 20(5), 1813–1831. <https://doi.org/10.1177/1461444817707349>
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602–614. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.602>
- Xu, W., & Takai, J. (2021). *Intercultural Communications Studies XXIX: 2 (2020) Why Do People Experience Loneliness While Using Social Media?* 2(May). <https://www-s3-live.kent.edu/s3fs-root/s3fs-public/file/7-XU-TAKAI.pdf>
- Zahrabella, S., & Herdajani, F. (2023). Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Keterbukaan Diri pada Content Creator TikTok di Jakarta Barat. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 144–152. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i1.2153>