

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pada dewasa ini, manusia tidak lepas kaitannya dengan berbagai macam teknologi dan fasilitas yang tersedia. Salah satu fasilitas tersebut adalah internet. Dengan internet manusia dimudahkan dalam melakukan aktivitas komunikasi dengan manusia lainnya. Internet menambah pola komunikasi yang baru dalam kehidupan sehari –hari. Pengguna internet di Indonesia sendiri menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dalam salah satu website berita (antarnews.com) mengungkapkan jumlah pengguna internet pada tahun 2015 ini akan mencapai 139 juta dan akan terus bertambah untuk setiap tahunnya (Rouzni, Achmad Noor. 2012). Maka tak heran saat ini Indonesia dinobatkan sebagai Negara yang memiliki pengguna internet terbesar di Asia Tenggara.

Internet di Indonesia saat ini sudah menjadi kebutuhan primer untuk para penggunanya, perkembangan sosial media juga menjadi salah satu faktor penting banyaknya pemakai internet di negara ini. Banyak sekali media sosial yang bermunculan yang menyuguhkan kemudahan layanan untuk berinteraksi dengan banyak orang diantaranya adalah *Friendster*, media sosial yang lebih pertama muncul dan dikenal oleh orang banyak, lalu muncul *Myspace* disusul dengan *Facebook* yang mencapai penggunaan 62 juta orang di Indonesia di tahun 2014. Berdasarkan Survei Data Global Web Index, Indonesia adalah negara yang memiliki pengguna sosial media yang paling aktif di Asia. Indonesia memiliki 79,7% pengguna aktif di sosial media mengalahkan Filipina 78%, Malaysia 72%, dan Cina 67%. (Permana, 2015).

Belum habis dengan *Facebook*, muncul media sosial lain bernama *Twitter*. Berdasarkan data PT Bakrie Telecom, *Twitter* memiliki 19,5 juta pengguna di Indonesia dari total 500 juta pengguna global. *Twitter* menjadi salah satu jejaring sosial paling besar di

dunia. Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo) mengungkapkan bahwa Indonesia menempati peringkat lima pengguna *twitter* terbesar di dunia. Posisi Indonesia hanya kalah dari USA, Brazil, Jepang dan Inggris. (kemenkominfo, 2013).

Setelah *Twitter*, muncul media sosial baru yaitu *Path*. Pada era sekarang ini, media sosial dijadikan tempat untuk manusia berkomunikasi dengan banyak orang, berkeluh kesah, menceritakan kejadian sehari – hari yang dialami pemilik media sosial tersebut sampai meluapkan perasaan – perasaan yang dialami oleh pemilik media sosial tersebut tanpa ragu. Selain itu juga para pengguna media sosial seringkali membagi informasi mengenai kegiatan sehari – harinya melalui media sosial. Hal tersebut dilakukan karena media sosial diciptakan bebas untuk siapapun menulis apa saja yang mereka inginkan. Selain itu juga pengguna media sosial melakukan hal tersebut dengan asumsi bahwa mereka akan mendapatkan respon dari para pengguna lainnya yang melihat tulisannya di akun media sosial miliknya tanpa bertatap muka secara langsung. Begitu juga dalam media sosial *Path*.

Tercatat bahwa pengguna *Path* terbanyak tahun 2015 di dunia adalah di Indonesia dengan total 4 juta pengguna. Menurut CEO *Path*, Dave Morin, para pengguna *Path* dari Indonesia ini sangat aktif dan setiap harinya menyumbang sekitar setengah dari keseluruhan aktivitas di *Path*. Dengan kata lain, 50 persen pengguna aktif harian *Path* berasal dari Indonesia. Dari survei yang dilakukan oleh Jajak Pendapat (Jakpat), diungkapkan bahwa 66,06 persen yang menggunakan *Path* secara aktif adalah orang dengan usia 20 hingga 25 tahun. Survei juga mengungkapkan bahwa kebanyakan *Path* memiliki persentase penggunaan untuk mengunggah foto (48,68 persen), mengungkapkan kegiatan seperti sedang mendengarkan musik, membaca buku atau menonton film (23,18 persen), membagikan lokasi keberadaan (17,22 persen), dan membagikan pikiran, ide dan apa yang dirasakannya (10,93 persen). (dialysocial.net, 2015 ).

*Path* adalah sebuah aplikasi jejaring sosial dalam *smartphone* yang memungkinkan penggunanya untuk berbagi pesan dengan cara yang unik dan memudahkan penggunanya melalui fitur seperti berbagi gambar, lagu yang sedang didengar, film yang sedang ditonton, tempat yang sedang didatangi, dan ide yang sedang mereka pikirkan. Hal-hal tersebut disertakan dengan pesan yang sesuai dengan yang ingin orang tersebut ungkapkan, rasakan dan alami yang disebut dengan istilah “*Caption*”. Menurut Dave Morin, CEO dari *Path*, tujuan dari penggunaan *Path* adalah membuat jurnal interaktif untuk para penggunanya berbagi dengan keluarga dan teman-teman terdekatnya dengan nyaman sehingga dapat membangun hubungan yang lebih baik. Penggunaan dari *Path* ditargetkan untuk menjadi tempat tersendiri untuk pengguna berbagi dengan keluarga dan teman-teman terdekat. Selain itu juga *Path* memiliki batas maksimum teman 500 dengan alasan manusia biasanya memiliki beberapa *best friend*, *good friend*, *close friend* dan keluarga untuk *sharing* dengan orang-orang terdekat. Hal tersebut membuat *Path* terjaga privasinya karena hanya orang – orang yang dikenal dan dekatlah yang menjadi temannya dalam *Path* (Suryadhi, 2014).

Masyarakat saat ini cenderung lebih bersikap terbuka dengan akun jejaring sosial *Path*-nya ataupun status di sebuah akun *Path*-nya untuk menuliskan kejadian yang sedang dialaminya. Manusia menjadi cenderung menyingkapkan hal – hal yang bersifat pribadi ke akun *Path* miliknya (Sofia & Paramitha, 2013). Bahkan mereka juga mengutarakan pendapat yang bagi sebagian orang merupakan hal yang sentimental atau sensitif. Fenomena inilah yang disebut dengan *Self-Disclosure*, yaitu pesan apapun tentang diri yang dikomunikasikan kepada orang lain (Wheless & Grotz, 1976). Pesan yang diungkapkan bersifat pribadi dan dapat berupa pikiran, perasaan dan pengalaman (Derlega, 1993). Wheless & Grotz (1976) mengungkapkan terdapat lima dimensi *Self-Disclosure* yaitu *Honesty-Accuracy*, *Depth*, *Intentionally*, *Positive-Negative Valence*, dan *Amount*.

*Self-Disclosure* awalnya bertujuan untuk membangun relasi, komunikasi yang efisien, memperdalam suatu hubungan dan kemampuan mengatasi kesulitan yang dilakukan dengan cara mengungkapkan informasi tentang dirinya yang bersifat pribadi dengan orang yang dianggap dekat (Devito, 1997). Dengan melakukan *Self-Disclosure* dengan cara yang positif yaitu dilakukan dengan jujur, secara sadar, frekuensi yang tepat, kedalaman yang tepat, informasi mengenai hal yang positif dan diterima oleh lingkungannya untuk menyingkapkan tentang dirinya, seseorang akan mendapatkan penerimaan sehingga dapat mengurangi *Loneliness* dan membentuk kedekatan dan keintiman dengan lingkungan sosial tempat dirinya berada. Begitupula jika melakukan *Self-Disclosure* di media sosial *Path* yang dilakukan secara sadar, jujur, tidak terlalu sering, mengungkapkan informasi yang bernuansa positif, dan tidak terlalu dalam maka akan memiliki dampak yang sama yaitu mendapatkan penerimaan sehingga dapat mengurangi kesepian dan membentuk keintiman (Seidman, 2015). Sebuah penelitian juga menyebutkan bahwa terdapat kesamaan antara *Self-Disclosure* di *Online* dan secara langsung tatap muka. (Barak & Suler, dalam Blau, 2011)

Dalam prakteknya, pada masa sekarang ini banyak orang yang melakukan penyingkapan diri tidak sesuai dengan tujuan dari *Self-Disclosure* itu sendiri. Banyak yang melakukan penyingkapan diri tanpa melihat apakah yang disingkapnya pantas atau tidak dan tidak mempertimbangkan siapa saja yang akan melihat apa yang diungkapkannya di media sosial. Para pengguna tersebut seringkali mengungkapkan hal yang negatif yang dapat menyinggung atau membuat orang tertarik memperdebatkan hal tersebut sehingga dapat memicu terjadinya perdebatan seperti yang dialami oleh banyak orang di sekitar kita akhir – akhir ini. Contohnya pada kasus Florence Sihombing, seorang mahasiswa Universitas Gadjah Mada (UGM) yang mengutarakan pendapatnya di akun media sosial *Path* miliknya karena antrian di salah satu Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum (SPBU) Yogyakarta yang panjang dan dirinya mencoba untuk menerobos antrian namun dimarahi oleh petugas SPBU sehingga

ia mengutarakan kekesalannya di akun media sosialnya yang terkesan menjadi penghinaan terhadap warga Yogyakarta. Kejadian tersebut membuat Florence Sihombing dijauhi, di-bully oleh masyarakat, dikucilkan bahkan dipenjara. (Ita,2014).

Hal tersebut merupakan contoh sederhana yang menunjukkan bahwa pentingnya kemampuan *Self-Disclosure* agar dapat menghindari penolakan sehingga membentuk kedekatan. Namun jika dilakukan dengan secara negatif, yaitu tidak dilakukan dengan jujur, tidak dilakukan dengan kesadaran atas apa yang diungkapkannya, terlalu dalam dan frekuensi yang terlalu sering dalam *Path*, serta informasi yang negatif maka hal tersebut akan menimbulkan penolakan dari lingkungannya yang dapat memunculkan *Loneliness*.

*Loneliness* adalah pengalaman yang tidak menyenangkan yang terjadi ketika kurangnya hubungan sosial seseorang melalui beberapa cara penting, baik secara kuantitas atau kualitas (Perlman dan Peplau, 1982). Kesepian terbentuk melalui kurang terpenuhi kebutuhan akan keakraban dari orang-orang terdekat, terdapat kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan hubungan sosial yang berhasil dibina, dan tidak terdapat hubungan sosial yang dianggap memuaskan yang dapat dijadikan sebagai *reinforcement* sosial. Ketiga hal tersebut merupakan aspek dari *Loneliness*. Pada kasus Florence Sihombing, dirinya dijauhi oleh teman-temannya dan orang disekitarnya sehingga kebutuhan akan keakrabannya tidak terpenuhi, kemudian juga terdapat kesenjangan dari hubungan sosial yang diharapkan oleh Florence Sihombing untuk mendapatkan dukungan dan penerimaan namun kenyataanya di-bully, serta membuat dirinya merasa tidak puas dengan hubungan sosial yang dibinanya.

Menurut survey, sebanyak 40 persen manusia di dunia pernah merasa kesepian dalam hidupnya (Saputra, 2014). Transisi sosial ke perguruan tinggi adalah waktu ketika kesepian mungkin terbentuk. Biasanya hal ini terjadi pada akhir menjadi mahasiswa baru. Namun tidak jarang mahasiswa lama juga mengalami kesepian ketika tidak merasa cocok dengan orang di sekeliling mereka dan jarang menemukan persahabatan. (Santrock, 2012)

Rogers mengungkapkan bahwa kurangnya kemampuan *Self-Disclosure* dengan orang lain adalah penyebab utama dari *Loneliness* (dalam Derlega, 1987). *Loneliness* muncul sebagai salah satu dampak yang dihasilkan dari *Self-Disclosure*. Dalam kehidupan sehari – hari seseorang yang menyingkapkan tentang dirinya dapat saja tidak diterima oleh orang lain padahal awalnya ingin menciptakan keakraban namun dapat menjadi penolakan sehingga membuat orang tersebut menjadi *Loneliness*. (Derlega, 1987). Begitu pula dalam media sosial *Path*. Seseorang yang menyingkapkan dirinya di media sosial *Path* dapat membuatnya ditolak oleh lingkungannya yang akan menimbulkan *Loneliness*.

Pengguna *Path* terbanyak di Indonesia berada di kisaran usia 20 sampai 25 tahun (Eka, 2015). Menurut Erickson, usia tersebut berada pada tahap dewasa awal yang dihadapkan pada tahap untuk mencapai *intimacy vs isolation* (dalam Santrock, 2012). Pada tahap tersebut manusia sudah memiliki kognitif yang lebih baik dari tahap sebelumnya dan kehidupan sosioemosional yang mengharuskan mereka menghadapi tugas untuk menjalin relasi yang intim atau lebih akrab. Jika seseorang dewasa membentuk persahabatan yang sehat dan sebuah hubungan yang intim dengan orang lain, maka keintiman akan dicapai. Ketidakmampuan untuk membangun hubungan bermakna dengan oranglain akan menyebabkan penolakan terhadap orang tersebut (Santrock, 2012). Orang-orang yang berada pada usia dewasa awal tersebut diantaranya adalah mahasiswa.

Di antara mahasiswa yang dituntut untuk berhadapan dengan orang banyak dalam pendidikan maupun pekerjaannya nanti adalah mahasiswa Fakultas Psikologi. Hal tersebut membuat mereka harus memiliki sosial *skill* untuk dapat digunakan ketika mereka kerja nanti. Termasuk didalamnya adalah *skill Self – Disclosure*. *Self – Disclosure* sering digunakan dalam bidang yang berkaitan dengan manusia seperti komunikasi, sosiologi, psikologi, konseling dan psikoterapis (Derlega & Berg, 1987). Hal tersebut dapat membantu mereka ketika kerja dalam konseling, psikoterapi dan psikologi sosial. Maka dari itu sebelum

mahasiswa Fakultas Psikologi berhadapan dengan orang lain, mereka harus mempunyai kemampuan *Self-Disclosure* sehingga dapat terhindar dari penolakan yang akan menyebabkan *Loneliness* dan dapat melakukan *Self-Disclosure* dengan tepat.

Untuk meneliti lebih lanjut, peneliti melakukan survey awal kepada mahasiswa pengguna media sosial *Path* di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung. Sebanyak sepuluh orang yang telah diwawancarai memiliki akun media sosial *Path*. Sebanyak sepuluh orang (100%) menggunakannya untuk mengobrol, berbagi cerita dan berbagi informasi bersama teman-temannya yang sudah tidak satu lingkungan lagi dengannya maupun yang satu lingkungan. Sejumlah tujuh orang (70 %) menggunakan media sosial *Path*-nya sebagai *diary* pribadi untuk menumpahkan segala perasaannya, kekesalannya, penilaian pribadinya mengenai suatu hal yang disukai maupun tidak disukai, membagikan informasi yang penting maupun hanya sebagai lelucon saja, dan memberi tahu kegiatan sehari - harinya. Sedangkan tiga orang (30 %) lainnya hanya menggunakan media sosial *Path*-nya sebagai sarana untuk berkomunikasi mengenai hal-hal yang penting saja seperti berbagi informasi penting dan berkomunikasi dengan teman yang jauh dan jarang bertemu.

Kesepuluh orang tersebut menggunakan media sosial *Path*-nya diwaktu mereka sedang santai, namun enam orang (60 %) tersebut juga menggunakannya ketika mereka mengalami suatu peristiwa dan perasaan baik atau buruk. Sejumlah enam orang (60 %) juga mengaku bahwa mereka seringkali mengungkapkan tentang dirinya yang bersifat pribadi seperti masalah keluarga dan mengenai pacarnya. Hampir setiap hari mereka menulis tentang dirinya dan kesehariannya di media sosial *Path* yang mereka miliki. Empat diantara kesepuluh orang (40 %) ada yang sampai sehari lebih dari dua kali menulis tentang dirinya di media sosial *Path*-nya. Tujuh orang (70%) mengatakan bahwa dirinya seringkali meng-*update* hal – hal yang kurang positif di *Path*-nya seperti marah – marah karena suatu hal, berkomentar ketidaksukaanya terhadap suatu hal bahkan menyindir orang.

Hal tersebut menimbulkan respon yang beragam bagi semua pembacanya, ada yang berespon positif dan negatif. Empat orang (40%) mengaku bahwa dirinya seringkali mendapatkan protes dari teman – temannya karena terlalu sering mengungkapkan dirinya sampai ada yang membicarakan dan menjauhi dirinya karena mengungkapkan pendapat yang negatif di *Path*. Sisanya sebanyak enam orang (60%) mengaku orang yang membaca *postingannya* banyak yang menyukainya. Lima orang (50%) mengaku bahwa dirinya seringkali mengalami salah paham dengan orang lain yang berujung perdebatan dengan beberapa temannya karena tulisannya di media sosial *Path*-nya. Selain itu juga kelima orang tersebut pernah ditegur oleh orang terdekatnya karena meng-*update* hal yang sifatnya pribadi di *Path*-nya.

Terdapat sembilan orang (90%) mengatakan bahwa dirinya selalu jujur dan mengatakan sesuai yang dia alami sebenarnya ketika mengungkapkan diri di *Path*. Kesembilan orang tersebut mengatakan bahwa tetap saja terkadang ada orang yang sesekali waktu yang membicarakan dan menunjukkan ketidaksukaanya terhadap *postingannya*. Enam orang mengatakan bahwa dirinya sering mengungkapkan dirinya di *Path* ketika sedang berada dalam perasaan senang atau sangat marah sampai terkadang besoknya ia tak sadar dan lupa akan apa yang ia tulis di *Path* sebelumnya. Hal tersebut membuat orang lain terganggu dengan apa yang ia tulis di *Path*-nya yang menyebabkan banyak yang berkomentar negatif.

Selanjutnya kesepuluh orang tersebut mengaku mempunyai banyak orang yang ia kenal lama dan akrab di media sosial *Path*-nya namun sebanyak lima orang (50 %) mengaku bahwa ada beberapa teman di *Path*-nya yang hanya sebatas kenal saja. Sebanyak empat orang (40 %) mengaku bahwa ketika dirinya meng-*update* sesuatu tentang dirinya atau bercerita di akun media sosialnya merasa kesal karena merasa tidak puas akan respon yang ditunjukkan teman – temannya kepadanya dan ada juga yang menunjukkan ketidaksukaannya atas apa yang diungkapkannya. Satu orang (10 %) mengaku bahwa teman – temannya tidak menyenangkan



seperti yang ia pikir sehingga lebih memilih untuk sendiri dan tidak banyak berinteraksi dengan temannya jika tidak terlalu butuh.

Berdasarkan apa yang telah diungkapkan diatas, perilaku *Self-Disclosure* berperan penting dalam menghindari *Loneliness*. Menurut Rogers (dalam Derlega, 1987), jika seseorang dapat menyingkapkan informasi tentang dirinya secara dengan jujur, sadar akan apa yang diucapkannya, kedalaman dan jumlah yang tepat, informasi mengenai hal yang positif dan diterima oleh lingkungannya untuk menyingkapkan tentang dirinya maka hal tersebut cenderung untuk tidak *Loneliness*. Melihat pentingnya hubungan tersebut muncul pada mahasiswa Psikologi yang juga masih dalam tahap perkembangan dewasa awal dan dihadapkan untuk mencapai *intimacy vs isolation*, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai korelasi antara *Self-Disclosure* dan *Loneliness* pada mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara *Self-Disclosure* dan *Loneliness* pada mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data yang komprehensif mengenai *Self-Disclosure* berdasarkan lima dimensinya dan *Loneliness* pada mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

### 1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara *Self-Disclosure* dan *Loneliness* pada mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung

## 1.4 Kegunaan Penelitian

### 1.4.1 Kegunaan Teoritis

- Menjadi bahan acuan untuk penelitian mengenai *Self-Disclosure* dan *Loneliness* serta mendorong peneliti yang lainnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan *Loneliness* dan *Self-Disclosure* pada pengguna media sosial usia dewasa awal.
- Melalui penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk mengembangkan dan memajukan Ilmu Psikologi, khususnya dalam bidang Sosial dan Konseling.

### 1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi pada mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mengenai perilaku *Self-Disclosure* yang mereka miliki untuk menghindari *Loneliness*.
- Memberikan informasi kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mengenai *Self-Disclosure* dan *Loneliness* untuk digunakan sebagai acuan dalam menyusun kegiatan kemahasiswaan.

## 1.5 Kerangka Pikir

Pada umumnya mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” di Bandung sedang berada pada usia 20 sampai 30-an tahun. Menurut Santrock (2012), masa dewasa awal merupakan masa transisi, baik transisi secara fisik (*physically transition*), transisi secara intelektual (*cognitive transition*), serta transisi peran sosial (*social role transition*). Masa dewasa awal adalah periode perkembangan yang bermula pada usia akhir belasan tahun dan berakhir pada usia 30-an tahun (Santrock, 2012). Pada usia dewasa awal, mahasiswa dihadapkan pada tugas perkembangan untuk mengelola tuntutan akan keintiman, identitas, dan kemandirian. Mahasiswa yang berusia dewasa awal dihadapkan pada krisis *Intimacy vs isolation* (Erickson, dalam Santrock, 2012).

Mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung dalam kehidupan sosial yang tidak lepas dari berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Termasuk dalam perkuliahan dan dalam menjalankan pekerjaannya setelah selesai menjalani studinya di bidang psikologi pun tak lepas dari komunikasi. Komunikasi pada jaman sekarang dipermudah dengan adanya internet dan media sosial termasuk di dalamnya media sosial *Path*. Dalam berkomunikasi biasanya Mahasiswa Universitas “X” Bandung melakukan penyingkapan diri atau disebut dengan *Self-Disclosure* begitu pula di media sosial milik mereka. *Self-Disclosure* adalah pesan apapun tentang diri yang dikomunikasikan kepada orang lain. Akibatnya, setiap pesan mungkin memiliki potensi yang bervariasi dalam tingkat pengungkapan diri tergantung pada persepsi dari pesan yang disampaikan. (Wheless & Grotz, 1976).

Wheless & Grotz (1976) mengungkapkan bahwa terdapat lima dimensi dari *Self-Disclosure*. Pertama adalah dimensi *Depth*, yaitu kedalaman suatu pengungkapan diri. Keterbukaan diri mungkin dapat bersifat dalam atau dangkal. Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang mengungkapkan dirinya mengenai aspek-

aspek tentang diri pribadi yang tidak biasa seperti keunikan dari diri pribadi mahasiswa, termasuk juga yang sifatnya spesifik serta mengenai kehidupan yang intim dalam *Path* miliknya, dikatakan pengungkapan diri yang sifatnya dalam. Contohnya “Hubungan saya dengan keluarga saya sedang tidak baik”. Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang mengungkapkan hal-hal yang sifatnya tidak intim dan tidak spesifik di dalam media sosialnya adalah pengungkapan diri yang sifatnya dangkal. Contohnya “Hobi saya adalah bermain basket”

Dimensi kedua yaitu, *positive/ negative Valence* yang merupakan sifat dasar yang positif atau negatif Mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung. Pengungkapan diri yang bersifat positif adalah pernyataan mengenai pribadi Mahasiswa pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang bersifat positif seperti pujian untuk diri sendiri di dalam *Path* miliknya. Contohnya seperti membagikan gambar timbangan berat badan diri sendiri dengan *caption* “saya berhasil menurunkan beberapa kilogram berat badan saya dalam diet yang saya lakukan” Pengungkapan diri yang sifatnya negatif adalah suatu penilaian pernyataan yang bersifat negative seperti kritikan mengenai diri pribadi Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung. Contohnya “sepertinya saya tidak sanggup untuk dapat menjalankan program diet baru saya” sambil membagikan lagu yang sedang didengar yang sesuai dengan pesan yang disampaikan. Pengungkapan diri yang sifatnya negatif dapat memberikan masalah untuk orang lain jika hal ini dilakukan secara berlebihan.

Dimensi ketiga yaitu, *Amount* yang menjelaskan tentang frekuensi dari pengungkapan informasi. Pengungkapan diri dapat ditentukan dengan membandingkannya dengan frekuensi keseluruhan. Tidak semua Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung itu memberikan informasi dengan frekuensi yang sama di dalam *Path* miliknya, ada yang hanya memberikan sebagian informasi tentang diri pribadinya dengan jarang, ada yang

sering menceritakan semua pengalaman masa lalunya, apa yang terjadi pada dirinya pada saat ini dan tujuan-tujuannya untuk masa depan melalui media sosial.

Dimensi Keempat yaitu, *Intentionally*. Pada saat Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memberikan informasi atau pesan tentang dirinya kepada orang lain di media sosial, terdapat orang – orang yang sadar akan informasi yang disampaikan kepada orang lain. Namun disisi lain terdapat pula orang – orang yang sedang bercampur dengan emosi atau hal lainnya, sehingga membuat Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung tidak sadar dengan apa yang disampaikan kepada orang lain di media sosial. Contohnya “Saya kesal dengan SPBU tersebut dan pelayanannya yang buruk” sambil membagikan foto SPBU yang dimaksud. Hal tersebut dikatakan ketika seseorang dalam keadaan dipengaruhi oleh emosinya.

Dimensi kelima yaitu, *Honesty-Accuracy*. Pengungkapan diri dapat dilihat dari kejujuran Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung pada saat memberikan pesan atau informasi kepada orang lain dalam media sosialnya, selain itu, dilihat juga dari ketepatan yaitu informasi yang diberikan benar – benar terjadi atau sesuai dengan apa yang terjadi atau yang dirasakan oleh Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung. Contohnya ketika seseorang sedang dalam perjalanan menuju kota X dan melihat pemandangan yang penuh polusi kemudian orang tersebut berkata dengan jujur, “Perjalanan ini terlihat banyak polusi yang membuat saya merasa sedikit terganggu” sambil membagikan foto lingkungan sekitar.

*Self-Disclosure* sangat berpengaruh dalam kehidupan Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung untuk menghasilkan penerimaan sehingga mengurangi kesepian dan membangun hubungan yang dalam dan akrab. Dengan *Self-Disclosure*, Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung dapat mengatasi kesulitan, membangun kedalaman relasi, efisiensi komunikasi, dan memperdalam

pengetahuan tentang diri (Devito,1997). Selain itu juga *Self-Disclosure* jika dilakukan tidak tepat oleh Mahasiswa Pengguna *Path* Universitas “X” Bandung dapat berdampak kesulitan interpribadi, kesulitan material, atau penolakan yang berujung dengan kesepian. (Devito,1997)

Kesulitan dalam hubungan yang dimaksud adalah *Loneliness*. *Loneliness* adalah pengalaman yang tidak menyenangkan yang terjadi ketika kurangnya hubungan sosial seseorang melalui beberapa cara penting, baik secara kuantitas atau kualitas (Peplau dan Perlman, 1982). Peplau dan Perlman (1982) mengungkapkan bahwa ada tiga aspek *Loneliness*. Aspek yang pertama adalah *Need for Intimacy*. Aspek ini menitikberatkan pada faktor kedekatan atau keakraban. Kesepian dipandang oleh Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung sebagai suatu perasaan sepi yang diakibatkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan keakraban dengan orang lain. Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung ini mempunyai taraf dan nilai keakraban yang berbeda – beda bagi setiap orangnya.

Aspek yang kedua adalah *Cognitive Process*. Aspek ini menekankan bahwa kesepian merupakan hasil dari persepsi dan evaluasi Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung terhadap hubungan sosial yang dianggap tidak memuaskan. *Loneliness* pada Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung terjadi ketika adanya kesenjangan dari hubungan interpersonal yang diharapkan dengan kenyataan yang dialaminya.

Aspek ketiga adalah *Social Reinforcement*. Aspek ini menekankan bahwa hubungan sosial Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang memuaskan dapat dianggap sebagai bentuk *reinforcement*, dan tidak adanya *reinforcement* ini dapat menimbulkan perasaan kesepian pada Mahasiswa Pengguna *Path* Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan mengungkapkan hal-hal yang tidak secara jujur dan tepat memberikan informasi yang diungkapkannya maka akan menghasilkan penolakan dari orang – orang sekitar yang akan membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang tinggi. Contohnya ketika mahasiswa mengatakan dengan tidak jujur di *Path* bahwa prestasi yang dimiliki dirinya bagus padahal kenyataannya tidak seperti itu, maka orang yang mengetahui dirinya berbohong akan melakukan penolakan terhadap apa yang diungkapkannya. Sebaliknya jika Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan mengungkapkan hal-hal secara jujur dan tepat memberikan informasi yang diungkapkannya maka akan menghasilkan penerimaan dari lingkungan sekitar yang dapat membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mempunyai *Loneliness* yang rendah.

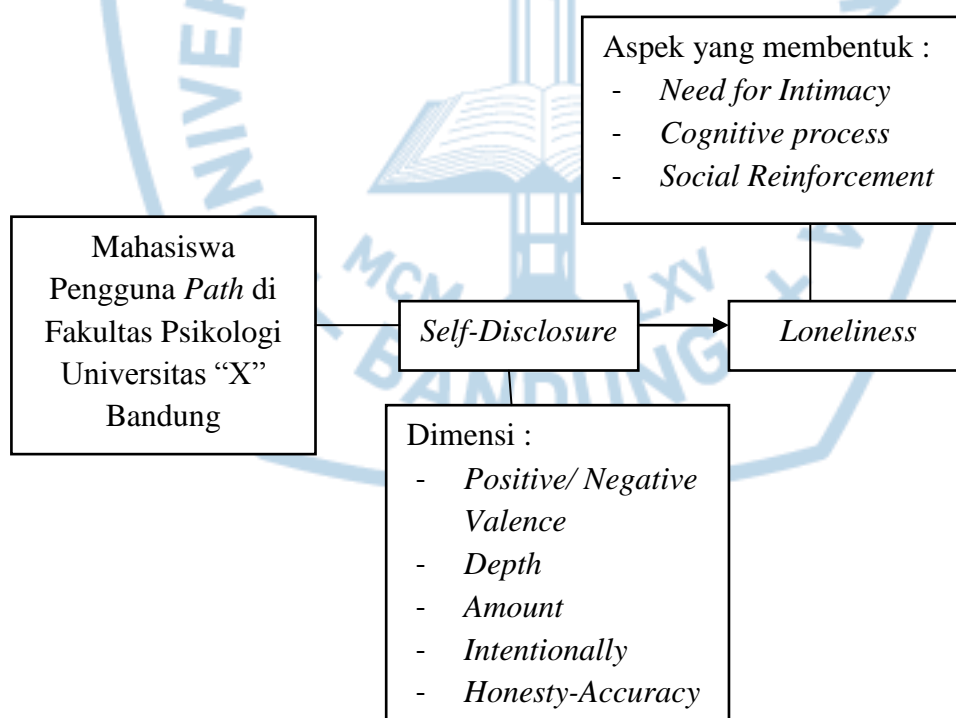
Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan mengungkapkan informasi yang negatif saja maka akan menghasilkan penolakan dari orang – orang sekitar yang akan membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang tinggi. Contohnya seperti ketika membagikan foto tugas kuliah dan mengatakan dalam *Path* miliknya “lelah dengan tugas – tugas kuliah ini” maka akan ada penolakan bahkan dijauhi oleh orang karena rishi dengan keluhan-keluhannya. Sebaliknya jika Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung melakukan *Self-Disclosure* dengan mengungkapkan informasi yang positif maka akan menghasilkan penerimaan dari lingkungan sekitar yang dapat membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang rendah.

Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan kedalaman yang tidak tepat maka akan menghasilkan penolakan dari orang – orang sekitar yang akan membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang tinggi. Kedalaman yang tidak tepat di media sosial adalah mengungkapkan dirinya terlalu dalam pada masalah pribadinya yang bersifat intim (Seidman, 2015). Contohnya membagikan lagu yang sedang didengar dalam *Path* dengan *caption* “Saya sedang bertengkar dengan pacar saya karena orang ketiga” maka orang yang melihat hal tersebut akan merasa tidak nyaman dan terjadi penolakan. Sebaliknya jika Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung melakukan *Self-Disclosure* dengan kedalaman yang tepat maka akan menghasilkan penerimaan dari lingkungan sekitar yang dapat membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang rendah.

Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan tidak sadar akan apa yang telah diungkapkannya di *Path* maka akan menghasilkan penolakan dari orang – orang sekitar yang akan membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang tinggi. Seperti contohnya seseorang yang sedang dalam kondisi marah besar kemudian meng-*update* mengenai kemarahannya tersebut di *Path* sehingga ucapannya tidak terkontrol yang mungkin tidak sengaja membuat orang yang membaca merasa tersinggung dan berpikiran negatif terhadap orang tersebut. Sebaliknya jika Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan sadar akan apa yang telah diungkapkannya maka akan menghasilkan penerimaan dari lingkungan sekitar yang dapat membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang rendah.



Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang melakukan *Self-Disclosure* dengan frekuensi yang tidak tepat yaitu terlalu sering *posting* hal yang sedang dialaminya setiap saat maka akan menghasilkan penolakan dari orang – orang sekitar yang akan membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang memiliki *Loneliness* yang tinggi. Seperti contohnya *posting* tempat yang dikunjungi dengan *caption* kegiatan yang sedang dialaminya terus menerus selama beberapa jam sekali sehingga membuat orang yang membaca merasa bosan bahkan tidak nyaman dan mengeluarkan respon berupa penolakan seperti mengabaikannya. Sebaliknya jika Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung melakukan *Self-Disclosure* dengan jumlah yang tepat maka akan menghasilkan penerimaan dari lingkungan sekitar yang dapat membuat Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Loneliness* yang rendah.



**Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran**

## 1.6 Asumsi Penelitian

1. Terdapat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang menggunakan *Path* dengan mengungkapkan tentang dirinya yang dapat dilihat dari kelima dimensi – dimensi *Self-Disclosure* yaitu *Positive/ Negative Valence*, *Depth*, *Amount*, *Intentionally*, dan *Honesty-Accuracy*.
2. Terdapat tiga aspek *Loneliness* yaitu *Need for Intimacy*, *Cognitive process*, dan *Social Reinforcement*
3. Mahasiswa Pengguna *Path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki *Self-Disclosure* dan *Loneliness* yang bervariasi.

## 1.7 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan antara *Self-Disclosure* dan *Loneliness* pada mahasiswa pengguna *path* di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

