

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial, yaitu makhluk yang mempunyai kebutuhan untuk berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain. Adanya kehidupan yang semakin modern, dalam hal ini adalah manusia yang hidup dengan segala kecanggihan ilmu, teknologi dan komunikasi yang ada saat ini memberikan sumbangsih yang cukup besar dalam kelancaran hidup manusia. Saat ini, setiap orang hanya perlu duduk di depan komputernya untuk dapat mengetahui perkembangan dunia yang bermil-mil jauhnya. Menurut Pertiwi dan Helmi (2012) tidak hanya itu, setiap orang semakin mudah mengakses informasi hanya dengan mengaktifkan telepon seluler atau iPad yang telah terkoneksi dengan internet. Media teknologi informasi tidak hanya berfungsi sebagai penyedia informasi konsumennya untuk membangun jaringan sosial yang semakin hari semakin terbuka. Dengan kata lain, media teknologi informasi telah menjadi bagian yang sangat penting dalam kehidupan masyarakat dunia. Internet adalah salah satu media yang cukup penting untuk kelancaran seorang individu dalam melakukan suatu aktivitas.

Pengguna internet saat ini tidak terbatas pada orang dewasa saja, tetapi remaja juga anak-anak. Sebagaimana periode umur remaja menurut Monks, Knoers dan Haditono (2001) masa remaja dibedakan menjadi empat bagian, yaitu: (1) masa pra-remaja atau pra-pubertas (10-12 tahun), (2) masa remaja awal atau

pubertas (12-15 tahun), (3) masa remaja pertengahan (15-18 tahun), (4) masa remaja akhir (18-21 tahun). Keinginan untuk memiliki hubungan dengan orang lain ini pada umumnya sangat besar ketika manusia berada pada tahap perkembangan remaja (Papalia, Olds & Feldman, 2007). Pada masa ini, remaja menginginkan teman yang mempunyai nilai-nilai yang sama, dapat membuat merasa aman, dan dapat dipercaya untuk membahas masalah-masalah yang tidak dapat dibicarakan oleh orang tua dan guru (Hurlock, 1999).

Selain melakukan interaksi interpersonal dengan teman sebaya, remaja biasanya juga memanfaatkan fasilitas lain untuk menjalin hubungan dengan mengembangkan ketrampilan komunikasinya, remaja sering kali memanfaatkan internet untuk mengakses informasi, mencari tugas sekolah maupun berinteraksi dengan orang lain melalui media *chatting* untuk memenuhi rasa keingintahuan remaja. Menurut Pertiwi dan Helmi (2012) *facebook* memberikan kemudahan bagi para penggunanya untuk mengekspresikan pendapat, perasaan, bahkan berbagai ungkapan yang sifatnya pribadi kepada para pengguna lainnya. Selain itu, berbagai aktivitas dapat dilakukan pengguna *facebook* ketika online, yaitu *update* status, *upload* foto, berjualan atau bisnis melalui *online shop*, *chatting*, berbagi informasi, dan mengomentari status pengguna lain. Kebiasaan untuk menginformasikan aktivitas dan situasi diri secara berkala setiap hari, mulai dari hal yang sifatnya umum, personal sampai hal-hal sederhana melalui *status updates*. Individu semakin dimudahkan untuk berekspresi, bebas, dan leluasa bercerita tentang kesehariannya hingga hal-hal yang sifatnya personal. *Facebook* telah menarik perhatian sebagian besar pengguna internet di Indonesia, hal ini

dibuktikan dengan jumlah penggunaanya yang sangat besar. Perkembangan *facebook* yang begitu pesat menjadikan Indonesia sebagai Negara dengan pengunjung *facebook* terbanyak se-Asia Pasifik dengan *traffic rank* yang terus meningkat dari waktu ke waktu (Top Sites Alexa, 2010 dalam Kristiani & Harefa, 2012).

Kemudahan seorang pengguna dalam mengakses *facebook* dan lengkapnya fitur yang disajikan, membuat para pengguna bisa melakukan apa saja didalam *facebook*. Fitur-fitur yang ditawarkan oleh layanan *facebook* antara lain *profile* (profil), *news feed*, *wall* (dinding), *photo* (foto), *group*, *notes* (catatan), *video*, *events* (acara), *marketplace* (pasar), *post* (kiriman), dan *gift* (hadiah) (Restuwati, 2010). Tidak jarang para pengguna terlena dengan kemudahan dan fasilitas yang disediakan *facebook* sehingga pengguna dapat menggunakannya dengan bebas dan mengakibatkan kurang adanya batasan bahwa situs tersebut juga dapat diakses oleh pengguna lain. Ketika individu menggunakan *facebook* untuk mengungkapkan atau mencurahkan segala hal yang terjadi dalam dirinya maupun memberikan informasi terkini kepada orang lain, menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki keinginan untuk menampilkan diri dan mengungkapkan diri. Menurut Jourard dan Lasakow (1958) keterbukaan adalah bentuk keberadaan dengan aneka ragam sisi. Keterbukaan memerlukan keberanian dan kemauan untuk membiarkan diri sendiri secara apa adanya. Pengungkapan diri atau keterbukaan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain (Sears, Freedman & Peplau, 1994). Wheelless, Nesser dan Mccroskey (1986) mengemukakan bahwa pengungkapan diri adalah bagian dari

referensi diri yang dikomunikasikan yang diberikan individu secara lisan pada suatu kelompok kecil.

Pada survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 200 responden, diantaranya 100 orang remaja berusia 14-19 tahun dan 100 orang dewasa 20-26 tahun pada 20 Maret sampai 2 April 2014 yang dilakukan di beberapa tempat dengan sampel dari SMA Batik 2 Surakarta, SMA Negeri 2 Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, dan Bank BTN Solo. Tujuan daripada survei awal ini untuk mengetahui apakah responden memiliki jejaring sosial, jejaring sosial apa saja yang dimiliki, jejaring sosial apa yang sering digunakan, keaktifan responden dan manfaat apa yang diperoleh dari jejaring sosial yang dimiliki. Dari pertanyaan pertama diketahui bahwa 100% responden remaja memiliki akun jejaring sosial.

Mengenai jejaring sosial yang dimiliki dengan responden remaja diperoleh hasil sebagai berikut: responden yang memiliki *facebook* dengan presentase sebesar 25,58%, yang memiliki *twitter* sebesar 23,26%, yang memiliki *blackberry messenger* sebesar 10,69%, yang memiliki jejaring sosial *instagram* sebesar 10,47%, dan jejaring sosial lain (seperti *whatsapp*, *line*, *path*, *email*) sebesar 30%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa jejaring sosial yang dimiliki sebagian besar responden adalah *facebook*.

Jejaring sosial yang sering digunakan oleh responden remaja, diantaranya sebagai berikut: sebanyak 33,1% remaja menggunakan *facebook*, sebanyak 30,6% menggunakan *twitter*, sebanyak 12,5% menggunakan *instagram* dan sebanyak 23,8% menggunakan situs jejaring sosial lain (*blackberry messenger*, *line*, *whatsapp*, *wechat*, *kakao talk*, *blog*, *skype*, *kaskus*, *foursquare*). Dari hasil tersebut

menunjukkan bahwa jejaring sosial yang sering digunakan responden remaja adalah *facebook*. Jenis *update*-an atau informasi yang diunggah responden dalam jejaring sosial, diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak 1,3% remaja yang memberikan opini, sebanyak 39% yang memperbaharui status, sebanyak 27,5% memperbaharui foto, sebanyak 18,1% memperbaharui informasi, sebanyak 2% digunakan untuk mencari tugas, dan sebanyak 12,1% memperbaharui tentang aktivitas yang sedang dilakukan. Dari hasil survei tersebut menunjukkan bahwa jenis informasi yang dibagikan ketika menggunakan jejaring sosial adalah memperbaharui status.

Manfaat yang diperoleh ketika menggunakan jejaring sosial menurut responden adalah sebagai berikut: untuk menambah atau bertukar informasi (*update*) sebesar 40,83%, untuk menambah teman sebesar 27,22%, sebagai media berkomunikasi sebesar 18,93%, sebagai tempat curhat sebesar 4,14%, sebagai media hiburan sebesar 7,10% dan responden yang tidak memberikan jawaban sebesar 1,78%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa manfaat yang diperoleh responden dari jejaring sosial adalah untuk menambah atau bertukar informasi. Untuk tingkat keseringan remaja menggunakan jejaring sosial diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak 47,62% selalu menggunakan, 14,29% sering menggunakan, 11,11% kadang-kadang menggunakan dan sebanyak 26,98% jarang menggunakan. Hal ini menunjukkan bahwa responden remaja hampir selalu menggunakan jejaring sosial.

Sementara untuk responden dewasa, bahwa 100% responden dewasa memiliki jejaring sosial. Jejaring sosial yang dimiliki adalah *facebook* dengan

presentase sebesar 23,23%, jejaring sosial *twitter* sebesar 21,27%, *blackberry messenger* sebesar 13,94%, jejaring sosial *instagram* sebesar 8,31% dan jejaring sosial lain (seperti *whatsapp*, *line*, *path*, *email*) sebesar 33,25%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden dewasa sebagian besar memiliki akun jejaring sosial *facebook*.

Untuk jejaring sosial yang sering digunakan diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak 27% menggunakan *facebook*; 27% menggunakan *twitter*; 6,7% menggunakan *instagram* dan 39,3% menggunakan situs jejaring sosial lain (*blackberry messenger*, *line*, *whatsapp*, *wechat*, *kakao talk*, *blog*, *skype*, *kaskus*, *foursquare*). Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa jejaring sosial yang digunakan responden dewasa berimbang antara *facebook* dengan *twitter*. Jenis *update-an* atau informasi yang diunggah responden dalam jejaring sosial, diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak 45,5% memperbaharui status, sebanyak 24,9% memperbaharui foto, sebanyak 5,5% memperbaharui lokasi dimana responden berada, sebanyak 11% memberikan atau berbagai informasi yang berupa tugas atau berita, sebanyak 13,1% mencari motivasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar aktivitas yang dilakukan responden ketika menggunakan jejaring sosial adalah memperbaharui status.

Manfaat yang diperoleh ketika menggunakan jejaring sosial menurut responden dewasa adalah sebagai berikut: untuk bertukar atau menambah informasi dengan presentase sebesar 44,44%, untuk menambah teman sebesar 28,47%, sebagai media untuk berkomunikasi sebesar 15,97%, sebagai media curhat sebesar 4,86%, sebagai media hiburan sebesar 4,86% dan responden yang

tidak memberikan jawaban sebesar 1,4%. Hal ini menunjukkan bahwa manfaat yang diperoleh responden dari penggunaan jejaring sosial adalah untuk menambah atau bertukar informasi. Untuk tingkat keseringan menggunakan jejaring sosial diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak 26,55% selalu menggunakan, 23,01% sering menggunakan, 7,08% kadang-kadang menggunakan dan 43,36% jarang menggunakan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden sering menggunakan jejaring sosial dengan tingkat keseringan jarang menggunakannya.

Dari survei yang telah dilakukan tersebut dapat diketahui bahwa responden remaja yang lebih banyak memiliki jejaring sosial dibandingkan responden dewasa, untuk jejaring sosial yang sering digunakan adalah *facebook*, aktivitas yang dilakukan saat menggunakan jejaring sosial adalah *update* status dan foto serta manfaat yang diperoleh dari jejaring sosial yang dimiliki yaitu sebagai media bertukar atau menambah informasi.

Situs jejaring sosial *facebook* dapat digunakan sebagai tempat menuangkan curahan hati. Pengungkapan diri remaja di *facebook* dapat berpotensi baik ataupun buruk. Pengungkapan seseorang dapat menentukan hubungan dengan individu lain dengan melihat tingkat keluasan dan kedalaman topik pembicaraan. Hadirnya *facebook* sepertinya telah membangkitkan kebutuhan dasar manusia untuk dapat bersosialisasi dengan mengungkapkan diri mereka kepada orang-orang di lingkungan sekitarnya. Individu dapat dengan mudah dan bebas mengungkapkan apa saja mengenai diri mereka melalui *facebook* tanpa harus bertatap muka langsung dengan orang lain. Menurut Schouten (2007 dalam Yuniar &

Nurwidawati, 2013), *facebook* merupakan salah satu media yang dapat menstimuli terjadinya pengungkapan diri.

Dalam penelitian Yuniar dan Nurwidawati (2013) di SMP Negeri 26 Surabaya pada siswa kelas VIII menunjukkan bahwa intensitas penggunaan situs jejaring sosial *facebook* dan pengungkapan diri berada pada kategori sedang yaitu 78,4% atau sebanyak 131 orang dari jumlah subjek keseluruhan sebanyak 167 orang dan mengindikasikan bahwa siswa-siswi tersebut cukup intensif dalam menggunakan *facebook* dan cukup terbuka dalam mengungkapkan dirinya melalui *facebook*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan situs jejaring sosial *facebook* maka semakin besar pengungkapan diri.

Facebook juga digunakan remaja sebagai media eksistensi, media untuk mencari kesenangan (hiburan) dan aktualisasi diri dengan mengupdate status, foto, maupun mengomentari di akun pengguna lain. Remaja pengguna jejaring sosial berinteraksi aktif di dunia maya, karena melalui *facebook page* hubungan pertemanan, *connection*, atau *relationship* akan lebih mudah terbentuk. Melalui pengungkapan diri, seperti *updates status* atau dalam bentuk *wall* sehingga pengguna *facebook* merasa nyaman ketika berlama-lama menggunakan situs jejaring sosial *facebook* (Kristiani & Harefa, 2012). Seyogyanya melalui jejaring sosial *facebook*, individu dapat memberikan atau berbagi informasi positif, berbagi ilmu pengetahuan kepada orang lain dan apabila ingin mengungkapkan ekspresi dalam diri tetap membatasi dengan mengontrol perilaku ketika mengakses *facebook*.

Demikian pula dalam salah satu tugas perkembangan remaja menurut William Kay (Yusuf, 2007) adalah memperkuat kontrol diri (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai. Pada usia remaja diharapkan telah memiliki kontrol diri yang baik agar dapat memilih dan mempertimbangkan hal-hal yang positif dalam hal ini adalah mampu menggunakan internet sesuai kebutuhan, memadukan aktivitas di *facebook* dengan aktivitas-aktivitas lain dalam kehidupannya. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan individu lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku yang membawa kepada konsekuensi positif (Widiana, Retnowati & Hidayat, 2004). Sementara individu yang memiliki kontrol diri yang rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan penggunaan *facebook* sehingga perhatian individu tersebut tertuju pada *facebook* dan kurang mempertimbangkan konsekuensi yang ditimbulkannya.

Hal ini dipertegas pendapat Dariyo (2004) individu yang memiliki kontrol diri yang baik dalam memanfaatkan *facebook* memiliki karakteristik sebagai berikut: individu dapat mengontrol perilaku aktif menggunakan jejaring sosial, individu berusaha untuk mengontrol mengunggah status atau foto, individu dapat mengendalikan pikiran-pikiran yang membuatnya justru tertekan dan individu dapat membuat pilihan-pilihan alternatif dalam hidupnya. Selain itu, individu juga dapat membuat suatu keputusan yang tepat, dapat memperoleh pengetahuan-

pengetahuan baik dari dalam maupun dari luar dirinya. Apabila ada suatu permasalahan, individu dapat menerima konsekuensinya.

Menurut Calhoun kontrol diri adalah pengaruh seseorang terhadap, dan peraturan tentang, fisiknya, tingkah laku, dan proses-proses psikologisnya-dengan kata lain, sekelompok proses yang mengikat dirinya (Calhoun & Acocela, 1990). Kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2009). Kontrol diri melibatkan tiga hal. Pertama, memilih dengan sengaja. Kedua, pilihan antara dua perilaku yang bertentangan; satu perilaku menawarkan kepuasan dengan segera, sedangkan perilaku lain menawarkan ganjaran jangka panjang. Ketiga, manipulasi stimulus agar satu perilaku kurang mungkin dilakukan sedangkan perilaku yang lain lebih mungkin dilakukan (Calhoun & Acocela, 1990).

Penelitian yang dilakukan oleh Ruhban (2013) menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan positif dengan intensitas penggunaan *facebook*, dimana semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi intensitas penggunaan *facebook* pada remaja dan begitu pula sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah intensitas penggunaan *facebook* pada remaja. Berbeda dengan Apris Ruhban, penelitian dari Adeonalia (2002) menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan internet bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang rendah adalah individu yang mengalami kecanduan internet.

Berdasarkan fenomena dan hasil penelitian sebelumnya mengenai kontrol diri dan pengungkapan diri yang telah dipaparkan di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah “Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri ketika remaja menggunakan situs jejaring sosial *facebook*?”

Mengacu dari rumusan masalah tersebut, peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Pengungkapan Diri pada Remaja Pengguna *Facebook*”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian adalah untuk membuktikan secara empiris hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna *facebook*.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis: penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dalam khasanah ilmu psikologi komunikasi, psikologi kepribadian dan psikologi sosial.
2. Manfaat praktis:
 - a. Bagi subjek penelitian

Diharapkan dapat lebih mengontrol diri ketika menggunakan *facebook*, yakni dengan mempertimbangkan status atau informasi yang diunggah dalam situs tersebut, lebih memanfaatkannya dengan baik dan lebih membatasi dalam mengekspresikan diri.

b. Bagi masyarakat

Sebagai bahan pertimbangan dalam mengekspresikan apa yang dirasakan dalam diri individu melalui jejaring sosial *facebook* dengan lebih mengontrol diri individu dan mempertimbangkan keuntungan dan kerugian bagi diri sendiri maupun pengguna lain.

c. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat memberikan acuan kepada peneliti lain untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri dengan mempertimbangkan variabel yang berbeda.