

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena pengungkapan diri (*self disclosure*) di media sosial telah memperoleh perhatian yang substansial dari para peneliti dan praktisi. Pengungkapan diri diartikan sebagai tindakan individu dalam menyampaikan informasi pribadi kepada orang lain, yang dalam konteks ini terjadi di berbagai platform media sosial. Menurut Derlega dan Grzelak (2006), *self disclosure* dapat meningkatkan hubungan interpersonal dan memberikan dukungan emosional.

Altman dan Taylor dalam (Sears, David O., dkk. t.t.) memaparkan bahwa penelitian ini mengusulkan sebuah model yang menggambarkan perkembangan hubungan interpersonal dengan pengungkapan diri (*self disclosure*) sebagai komponen sentral. Para peneliti menyebut proses yang mengarah pada keakraban dalam hubungan antarpribadi ini sebagai penetrasi sosial. Mereka berpendapat bahwa penetrasi sosial berlangsung dalam dua dimensi utama, yaitu keluasan dan kedalaman.

Seiring dengan evolusi suatu hubungan dari tahap yang lebih dangkal menuju tingkat keakraban yang lebih intim, individu cenderung semakin berani untuk mengungkapkan informasi pribadi mengenai diri mereka. Hal ini menunjukkan bahwa seiring bertambahnya kepercayaan dan kedekatan, orang-orang merasa lebih nyaman untuk berbagi aspek-aspek pribadi yang sebelumnya mungkin mereka simpan untuk diri sendiri. (Sears, dkk., 1988).

Dalam era digital saat ini, metode dan konteks pengungkapan informasi telah mengalami perubahan yang signifikan, terutama di kalangan generasi muda. Generasi Z, yang terdiri dari individu yang lahir antara tahun 1997 dan 2012, diidentifikasi sebagai generasi yang memiliki keterhubungan yang sangat erat dengan dunia digital. Mereka dibesarkan dalam lingkungan yang didominasi oleh teknologi dan media sosial, yang secara substansial mempengaruhi cara mereka berinteraksi dan berbagi

informasi. Perubahan ini menghasilkan pola pengungkapan yang berbeda dibandingkan dengan generasi sebelumnya, di mana kemudahan dan kecepatan akses terhadap platform digital memungkinkan mereka untuk mengekspresikan diri dan berbagi pengalaman dengan cara yang lebih terbuka. Fenomena *self disclosure* semakin meningkat di kalangan generasi Z, terutama di kalangan mahasiswi.

Hal ini relevan dengan penjelasan Gentina (Sawitri 2022) yang menyatakan bahwa karakteristik Gen Z sebagai digital natives membuat mereka menguasai teknologi tanpa perlu membiasakan diri. Mereka memanfaatkan teknologi dan platform digital sebagai sarana utama untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadi mereka. Dalam konteks mahasiswa, terutama mahasiswi, pengungkapan diri ini juga melibatkan konflik dalam perkuliahan, seperti tekanan akademik dan masalah pertemanan.

Masalah pribadi seperti konflik perkuliahan biasanya dibicarakan dalam lingkaran terbatas, seperti sahabat atau keluarga. Tetapi sebenarnya, banyak mahasiswi Gen Z memilih menggunakan akun anonim di media sosial X sebagai tempat aman untuk berbagi cerita mereka. Anonimitas menghindari stigma sosial, risiko melanggar privasi, dan penilaian negatif. Sangat cocok untuk pengungkapan emosional mahasiswa karena fitur X memungkinkan penyebaran informasi secara cepat, interaktif, dan singkat. Media sosial X (sebelumnya disebut *Twitter*) menjadi sangat populer karena memiliki fitur akun anonim yang memungkinkan pengguna berbagi cerita tanpa takut teridentifikasi. Konflik dalam kelas, khususnya konflik pertemanan seperti *toxic friendship*, *ghosting*, dan tekanan komunikasi dalam kelompok belajar, adalah masalah utama yang dihadapi oleh siswa dalam penelitian ini.

Perempuan, dalam hal ini mahasiswi, cenderung lebih rentan mengalami tekanan emosional terkait konflik interpersonal dibandingkan laki-laki, serta lebih ekspresif dalam pengungkapan diri.

Mughal & Khan (dalam Wulandari 2021) Masalah atau konflik dapat dialami oleh siapa pun, termasuk mahasiswa, karena dalam konteks kehidupan sosial, individu sering kali dihadapkan pada situasi yang menimbulkan konflik. Di lingkungan rumah maupun di tempat kerja, konflik merupakan fenomena yang sangat umum dan sulit untuk dihindari. Secara khusus, mahasiswa menghadapi beragam kegiatan dan tugas yang harus diselesaikan di berbagai universitas, yang dapat meningkatkan kompleksitas dan potensi terjadinya konflik dalam kehidupan mereka.

Miller (dalam Azzahra 2017) Menjelaskan bahwa mahasiswa juga mengalami berbagai bentuk tekanan, yang meliputi perubahan lingkungan, tuntutan akademik, kehilangan jaringan sosial, dinamika hubungan dengan teman, serta tantangan keuangan.

Hal ini menjadikan mahasiswi sebagai subjek fokus yang tepat untuk mengkaji *self disclosure* melalui akun anonim di media sosial X. Menurut www.rumahmedia.com, berdasarkan laporan yang disusun oleh We Are Social dan Meltwater, diperkirakan bahwa jumlah pengguna media sosial di Indonesia yaitu mencapai 50,2% dari total populasi negara Indonesia pada awal tahun 2025, yang dimana setara dengan 285 juta jiwa. Salah satu platform media sosial yang dimaksud adalah media sosial X, yang diperkirakan akan memiliki jumlah pengguna di Indonesia mencapai 25,2 juta pada awal tahun 2025, yaitu mencakup 8,8% dari total pengguna media sosial di Indonesia.

Data ini memperkuat relevansi platform X sebagai media bagi mahasiswi untuk menyalurkan ekspresi diri mereka terkait masalah akademik dan sosial. Selain itu, perbedaan nilai dan pandangan hidup antara mahasiswi juga dapat menyebabkan ketegangan dalam hubungan sosial mereka, yang berujung pada konflik interpersonal. Pengungkapan diri (*self disclosure*) memainkan peran yang sangat penting dalam sistem komunikasi interpersonal, karena memberikan kesempatan untuk memperdalam pemahaman mengenai diri individu, mengembangkan sikap positif baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, serta menciptakan

peluang dalam membangun hubungan yang bermakna dengan orang lain. Dengan mempertimbangkan signifikansi peran *self disclosure* dalam komunikasi interpersonal, dapat disimpulkan bahwa pengungkapan diri memiliki dampak yang signifikan dalam konteks interaksi antarpribadi. (Manuardi 2019)

Dalam situasi ini, *self disclosure* melalui akun anonim dapat menjadi sarana bagi mahasiswi untuk menghadapi tekanan yang mereka alami. Dengan membagikan pengalaman secara anonim, mereka merasa lebih leluasa untuk mengekspresikan diri tanpa khawatir akan penilaian dari orang lain. Meskipun *self disclosure* di media sosial dapat memberikan keuntungan, seperti dukungan sosial dan pengurangan rasa kesepian, kenyataannya tidak selalu sesuai dengan harapan. Banyak mahasiswi yang merasakan kecemasan dan ketakutan terhadap konsekuensi dari pengungkapan informasi pribadi. Oleh karena itu, sangat krusial untuk melakukan penelitian mengenai dampak jangka panjang dari praktik ini terhadap kesehatan mental dan hubungan sosial mereka. Meskipun *self disclosure* dapat memberikan dukungan, pengungkapan yang berlebihan berpotensi menimbulkan masalah lebih lanjut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi kekurangan dalam literatur yang membahas *self disclosure* di media sosial, terutama di antara mahasiswi Generasi Z. Dengan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi pilihan mereka untuk melakukan *self disclosure* secara anonim, Diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai perilaku individu di ranah digital. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan literatur di bidang komunikasi dan psikologi, serta memberikan rekomendasi untuk praktik yang lebih efektif dalam penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana mahasiswi Generasi Z melakukan *self disclosure* melalui akun anonim di media sosial X?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi keputusan mahasiswi untuk melakukan *self disclosure* secara anonim?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Bagaimana mahasiswi Generasi Z melakukan *self disclosure* melalui akun anonim di media sosial X.
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi keputusan mahasiswi untuk melakukan *self disclosure* secara anonim.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berfungsi sebagai referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang yang relevan, khususnya dalam disiplin ilmu komunikasi, baik dalam konteks komunikasi interpersonal maupun terkait dengan pengungkapan *self disclosure* di media sosial.

2. Manfaat Praktis

Manfaat bagi peneliti terletak pada peningkatan pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh dalam menerapkan teori-teori yang ada terhadap permasalahan yang dihadapi dalam konteks nyata.

Manfaat bagi masyarakat dan mahasiswa, diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang berkenaan dengan penelitian ini khususnya bagi pengguna media sosial X .

1.5 Sistematika Bab

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, serta sistematika bab.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi landasan teori, penelitian terdahulu, kerangka berpikir.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini berisi paradigma penelitian, jenis penelitian, metode penelitian, pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data serta keabsahan data.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi hasil penelitian dan pembahasan.

BAB V PENUTUP

Bab ini berisi kesimpulan dan saran.

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN