

Pengaruh Self Image dan Penerimaan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram

Oleh:

Shelly Kurnia Cahyanti,

Effy Wardati Maryam,

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2026



Pendahuluan

Instagram tidak hanya berfungsi sebagai media berbagi informasi, tetapi juga sebagai sarana pembentukan citra diri dan penerimaan sosial yang dapat memengaruhi kepercayaan diri, khususnya pada individu dewasa awal.

Menurut Hurlock (2001), masa dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa yang berlangsung pada rentang usia 18 hingga 25 tahun. Pada tahap ini, individu memiliki tugas perkembangan untuk dapat bergabung dan menyesuaikan diri dengan kelompok sosial di lingkungannya.

Menurut Teori Khun, menjelaskan *self image* dijelaskan sebagai gambaran atau persepsi individu mengenai dirinya sendiri, baik dari segi fisik, sosial, maupun psikologis.

Menurut Hurlock (2007) penerimaan sosial mengacu pada situasi ketika individu merasakan adanya pengakuan dan penerimaan dari kelompok sosialnya, serta memiliki hubungan interpersonal yang positif dan hangat dengan anggota kelompok tersebut.

Menurut Lauster (2003) kepercayaan diri merupakan kondisi psikologis di mana seseorang memiliki keyakinan terhadap kemampuan, potensi, dan penilaiannya sendiri dalam menghadapi berbagai situasi. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan menunjukkan sikap positif terhadap dirinya, meyakini bahwa ia mampu mencaapai tujuan, serta menghadapi tantangan tanpa rasa takut berlebihan

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah terdapat pengaruh self image dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri pada dewasa awal pengguna media sosial Instagram?

Metode

Populasi dan Sampel:

Populasi penelitian adalah dewasa awal berusia 18–25 tahun pengguna aktif Instagram di Jawa Timur. Sampel berjumlah 272 responden yang ditentukan menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan teknik purposive sampling.

Teknik Pengumpulan Data:

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner (angket) skala Likert 4 poin yang terdiri dari:

- Skala Self Image dengan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha = 0,835.
- Skala Penerimaan Sosial dengan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha = 0,940.
- Skala Kepercayaan Diri dengan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha = 0,821

Hasil

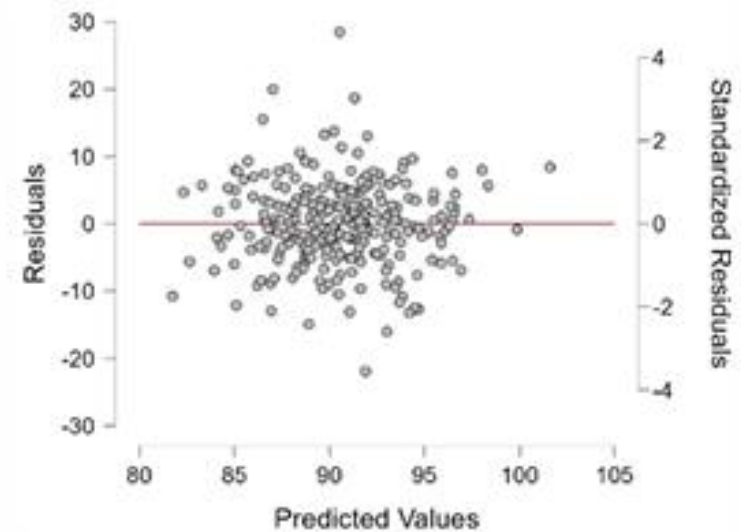
Descriptive Statistics

Self Image-Penerimaan Sosial-Kepercayaan Diri	
Shapiro-Wilk	0.996
P-value of Shapiro-Wilk	0.629

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas Data (Shapiro Wilk)

Nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,996 dengan $p = 0,629 (>0,05)$ menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga memenuhi asumsi untuk dilakukan analisis regresi linear berganda.

Titik-titik residual tersebar secara acak di sekitar garis nol dan tidak membentuk pola tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear sehingga asumsi linearitas telah terpenuhi.



Gambar 1 Uji Linearitas

Hasil (lanjutan)

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
M ₁	Regression	2910.112	2		37.985	< .001
	Residual	10304.267	269	38.306		
	Total	13214.379	271			

Note. M₁ includes *Self Image*, *Penerimaan Sosial*

Note. The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Tabel 2 Hasil Uji Hipotesis Simultan (Uji F/ANOVA)

Nilai $R^2 = 0,220$ menunjukkan bahwa self image dan penerimaan sosial mampu menjelaskan 22,0% variasi kepercayaan diri, sedangkan 78,0% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Nilai $F = 37,985$ dengan $p < 0,001$ menunjukkan bahwa self image dan penerimaan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Model Summary - Kepercayaan Diri

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
M ₀	0.000	0.000	0.000	6.983
M ₁	0.469	0.220	0.214	6.189

Note. M₁ includes *Self Image*, *Penerimaan Sosial*

Tabel 3 Hasil Koefisien Determinasi (R^2)

Hasil (lanjutan)

Coefficients

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p	Collinearity Statistics	
							Tolerance	VIF
M ₀	(Intercept)	90.577	0.423		213.927	< .001		
M ₁	(Intercept)	44.426	5.328		8.338	< .001		
	Self Image	0.208	0.055	0.220	3.784	< .001	0.857	1.167
	Penerimaan Sosial	0.369	0.063	0.339	5.835	< .001	0.857	1.167

Tabel 4 Hasil Uji Regresi Linear Berganda (Uji t/Koefisien Regresi)

Self image berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri ($B = 0,208$; $t = 3,784$; $p < 0,001$) dan penerimaan sosial juga berpengaruh signifikan ($B = 0,369$; $t = 5,835$; $p < 0,001$). Penerimaan sosial memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan self image karena memiliki nilai koefisien regresi yang lebih tinggi.

Pembahasan

Hipotesis diterima, yaitu self image dan penerimaan sosial berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri pada dewasa awal pengguna Instagram.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian terdahulu, yaitu:

- Agustiani (2023): self image berpengaruh terhadap kepercayaan diri.
- Selviana & Yulinar (2022): self image dan penerimaan sosial berpengaruh terhadap kepercayaan diri pengguna Instagram.
- Kartika (2024): penerimaan sosial berpengaruh positif terhadap kepercayaan diri.

Temuan Penting Penelitian

- Self image dan penerimaan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri pada dewasa awal pengguna Instagram.
- Penerimaan sosial merupakan variabel yang paling dominan dalam memengaruhi kepercayaan diri dibandingkan self image.
- Kontribusi self image dan penerimaan sosial sebesar 78,0% dan 22,0% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.
- Temuan ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada dewasa awal tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi terhadap diri sendiri, tetapi juga oleh penerimaan dan validasi sosial yang diperoleh melalui Instagram.

Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah memberikan informasi mengenai pengaruh self image dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri pada dewasa awal pengguna Instagram. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi psikolog, konselor, pendidik, serta peneliti selanjutnya dalam memahami dan mengembangkan penelitian terkait kepercayaan diri di era media sosial.

Referensi

A. Yusanda, R. Darmastuti, And G. N. Huwae, "Strategi Personal Branding Melalui Media Sosial Instagram (Analisis Isi Pada Media Sosial Mahasiswa universitas Kristen Satya Wacana)," *Scriptura*, Vol. 11, No. 1, Pp. 41–52, 2021, Doi: <https://doi.org/10.9744/scriptura.11.1.41-52>.

Simon Kemp, "The Changing World Of Digital In 2023." [Online]. Available: <https://wearesocial.com/Id/Blog/2023/01/The-Changing-World-Of-Digital-In-2023-2/>

F. Nur Laili, I. F. Sholichah, And P. Amelasasih, "Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Pada Wanita Pengguna Media Sosial Instagram," *Wacana Psikokultural J. Ilm. Psikol.*, Vol. 2, No. 1, Pp. 43–51, 2024, Doi: <https://doi.org/10.24246/jwp.v2i1.13733>.

P. C. Ramadhan, A. M. Rosdiana, And B. A. Karima, "Apakah Intensitas Penggunaan Instagram Berhubungan Dengan Kepercayaan Diri: Analisis Korelasi Pada Mahasiswa Baru," *J. Psikol. Malahayati*, Vol. 4, No. 2, Pp. 175–185, 2022, Doi: <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i2.6925>.

N. S. L. Tobing, R. Hayati, And H. Sitorus, "Platform Instagram Sebagai Media Pembentuk Citra Diri Virtual Pada Mahasiswa," *J. Ilmu Sos. Dan Ilmu Polit.*, Vol. 5, No. 1, Pp. 47–53, 2023, Doi: <https://doi.org/10.56552/jisipol.v5i1.112> Platform.

S. C. Merida, Y. V. Yuliana, And F. A. Tasya, "Analisis Deskriptif: Self Esteem Pengguna Instagram Ditinjau Dari Profil Demografis," *J. Ilm. Wahana Pendidik.*, Vol. 10, No. 12, Pp. 825–834, 2024, Doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.12588038>.

R. Muharram, C. I. Zahara, And I. Amalia, "Hubungan Body Image Dengan Kecemasan Sosial Pada Dewasa Awal," *J. Psikol. Terap.*, Vol. 3, No. 2, P. 56, 2023, Doi: 10.29103/jpt.v3i2.8880.

A. N. Damiyati Et Al., "Tingkat Kesejahteraan Psikologis Pada Dewasa Awal," *Maras J. Penelit. Multidisiplin*, Vol. 2, No. 3, Pp. 1297–1305, 2024, Doi: <https://doi.org/10.60126/maras.v2i3.366>.

D. D. Praditia, "Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Konstruksi Realitas Sosial Pada Komunitas Mahasiswa Untirta," *El-Mujtama J. Pengabd. Masy.*, Vol. 4, No. 1, Pp. 163–169, 2024, Doi: <https://doi.org/10.47467/elmujtama.v4i1.1172>.

A. A. Putri And U. Subroto, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal," *J. Soc. Econ. Res.*, Vol. 5, No. 2, Pp. 1533–1545, 2023, Doi: <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.247>.

F. N. Laela, "Analisis Perilaku Modeling Pada Kpop Idols Terhadap Self Image Remaja," *J. Bimbing. Dan Konseling Islam*, Vol. 12, No. 1, Pp. 104–110, 2022, Doi: <https://doi.org/10.29080/jbki.2022.12.1.104-110>.

A. S. Ella, D. Didit, M. Rahayu, And R. Abdul, "Pengaruh Citra Diri, Kepribadian Merek, Dan Kelompok Acuan Terhadap Kualitas Hubungan Merek," *J. Trends Econ. Account. Res.*, Vol. 2, No. 3, Pp. 80–85, 2022.

R. C. Maghvirani, "Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Self Image Di Lingkungan Pendidikan Smkn 2 Kota Batu," 2022. [Online]. Available: <http://etheses.uin-malang.ac.id/40431/3/18410088.Pdf>

Agustiani And U. Putri, "Pengaruh Citra Diri (Self Image) Terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi Uin Sunan Gunung Djati Bandung Pengguna Make-Up," 2023. [Online]. Available: <https://digilib.uinsgd.ac.id/65690/>

Selviana And S. Yulinar, "Pengaruh Self Image Dan Penerimaan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Yang Mengunggah Foto Selfie Di Media Sosial Instagram," *J. Ikra-lth Hum.*, Vol. 6, No. 1, Pp. 37–45, 2022, [Online]. Available: <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/1483/1209>

Istna Slavi Aji And Muslikah Muslikah, "Hubungan Antara Body Image Dan Penerimaan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Pengguna Instagram Mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Dan Psikologi Universitas Negeri Semarang," *Khatulistiwa J. Pendidik. Dan Sos. Hum.*, Vol. 5, No. 2, Pp. 668–678, 2025, Doi: <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v5i2.5979>.

Referensi

- N. Azhari, W. Hidayat, And M. M. Suherman, "Pengembangan Media Podcast Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Smp Mutiara 4 Bandung," *Fokus (Kajian Bimbing. Konseling Dalam Pendidikan)*, Vol. 6, No. 2, Pp. 133–141, 2023, Doi: <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i2.11350>.
- F. F. Al Fahmi *Et Al.*, "Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Melalui Public Speaking Di Ranah Akademik Dan Profesional," *Malewa J. Multidiscip. Educ. Res.*, Vol. 3, No. 1, Pp. 30–43, 2025, Doi: <https://doi.org/10.61683/jome.v3i1.217>.
- A. B. Nggiku, S. V. Tangduil, N. B. Sari, E. B. Marbun, And R. Hura, "Pemenuhan Kebutuhan Penghargaan Diri Menurut Teori Maslow Dan Pengaruhnya Terhadap Kepercayaan Diri Orang Dewasa Awal," Vol. 5, No. 1, Pp. 10–18, 2023, Doi: <https://doi.org/10.71361/gjtm.v13i1.103>.
- A. I. Widyana And R. B. Sarwono, "Peran Konsep Diri Dalam Membentuk Kepercayaan Diri Mahasiswa," *Solut. J. Couns. Pers. Dev.*, Vol. 5, No. 1, Pp. 26–32, 2023, Doi: <https://doi.org/10.24071/sol.v5i1.6945>.
- Meisyarah, "Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Dengan Kepercayaan Diri Remaja Generasi Z Di Kelurahan Kota Matsum 1 Medan," Universitas Medan Area, 2023.
- A. Kartika, "Pengaruh Penerimaan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Dari Keluarga Broken Home Di Perumahan Btn Cendrawasih Permai Perawang Barat," No. 6975, Pp. 20–25, 2024, [Online]. Available: [https://repository.uin-suska.ac.id/82008/1/Skripsi Gabungan.Pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/82008/1/Skripsi%20Gabungan.Pdf)
- Ulva Putri Ramadani, Raudhotul Muthmainnah, Nisa Ulhilma, Azzah Wazabirah, Rully Hidayatullah, And H. Harmonedi, "Strategi Penentuan Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian Pendidikan: Antara Validitas Dan Representativitas," *J. Qosim J. Pendidik. Sos. Hum.*, Vol. 3, No. 2, Pp. 574–585, 2025, Doi: <https://doi.org/10.61104/jq.v3i2.1021>.
- R. Ünal And S. Yel, "Development Of A Social Acceptance Scale For Inclusive Education," *Univers. J. Educ. Res.*, Vol. 7, No. 10, Pp. 2187–2198, 2019, Doi: <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.071017>.
- E. Y. Siregar, E. M. Nababan, E. R. Ginting, B. A. Nainggolan, D. L. Ritonga, And D. Nababan, "Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas Perkembanganya," *J. Pendidik. Agama Katekese Dan Pastor.*, Vol. 1, Pp. 16–22, 2022, [Online]. Available: <https://ejurnal.stpkat.ac.id/index.php/lumen/article/view/39/47>
- R. Fitrianti And A. A. Hanaf, "Representasi Identitas Remaja Melalui Budaya Tren Di Media Sosial Identitas , Namun Masih Terbatas Yang Secara Khusus Mengkaji Hubungan Antara Budaya Tren," *J. Ilmu Sos. Dan Hum.*, Vol. 3, Pp. 287–297, 2025, Doi: <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i3.1073>.
- A. F. Prasetya, "Penggunaan Second Account Instagram Bagi Self-Presentation Mahasiswa," *J. Intelek Dan Cendekiawan Nusantara.*, Pp. 3046–4560, 2025, [Online]. Available: <https://jicnusanantara.com/index.php/jicn/article/view/4392%0ahttps://jicnusanantara.com/index.php/jicn/article/download/4392/4437>
- J. M. Bintang, "Pengaruh Sosial Media Pada Masa Dewasa Awal," 2023. Doi: <https://doi.org/10.36088/pensa.v5i3.4345>.
- A. N. Syifa And Irwansyah, "Dampak Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Anak Remaja," *J. Penelit. Dan Stud. Ilmu Komun.*, Vol. 03, No. 02, Pp. 102–116, 2022.

