

Hubungan Antara Harga Diri Dan Intimate Friendship Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Media Sosial Instagram

Oleh:

Celin Dias,
Widyastuti

Program Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

April, 2025



Pendahuluan

Kemajuan teknologi saat ini semakin pesat. Saat ini teknologi memberikan dampak yang signifikan terhadap sektor komunikasi dan informasi. Namun pada saat ini masih terlihat bahwa terdapat remaja memiliki pengungkapan diri dan juga hubungan pertemanan yang rendah sehingga mengakibatkan kurangnya percaya diri. Pengungkapan diri meningkatkan rasa percaya diri dan mengabaikan pendapat orang lain. Meskipun berbagai fenomena telah dijelaskan, remaja masih mengalami keterbatasan ruang lingkup diri dan rasa percaya diri yang rendah dalam bermedia sosial khususnya di Instagram.

Pengungkapan diri merupakan perilaku memaparkan informasi diri yang bersifat pribadi pada individu lain sehingga dapat membentuk rasa saling mengerti, keintiman dan rasa saling percaya dalam menjalani hubungan interpersonal.

Harga diri adalah penilaian dan persepsi tentang diri sendiri, khususnya sikap terhadap penerimaan dan penolakan, dan menunjukkan keyakinan seseorang terhadap bakat, minat, kesuksesan, dan nilai-nilai seseorang.

Intimate friendship atau yang biasa disebut sebagai persahabatan merupakan hubungan yang berpengaruh besar terhadap tingkah laku dan gaya hidup seseorang dikarenakan adanya hubungan yang terjalin dengan kuat

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Berlandaskan dari latar belakang masalah yang sudah diuraikan, maka peneliti akan menguji apakah ada hubungan antara harga diri dan intimate friendship dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial Instagram?



Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Survei ini melibatkan pengguna Instagram berusia 16-19 tahun sebanyak 204 responden. Skala harga diri, intimate friendship, dan pengungkapan diri digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Peneliti ini mengukur dengan menggunakan skala Likert. Skala ini disusun berdasarkan pernyataan positif dan negatif.

Berdasarkan nilai Korelasi Total Item Terkoreksi uji coba item skala harga diri menghasilkan 26 item valid dan 6 item tidak valid dari 32 item. Cronbach's Alpha sebesar 0,882 dengan 26 item tersertifikasi valid.

Berdasarkan Uji coba item skala intimate friendship mencakup 45 item, 33 di antaranya valid dan 12 tidak valid. Skor Cronbach's Alpha skala intimate friendship adalah 0,896 dengan 33 item valid

Berdasarkan Uji coba item skala pengungkapan diri, 31 dari 42 item valid dan 11 tidak valid. Uji reliabilitas pada skala pengungkapan diri menunjukkan skor Cronbach's Alpha sebesar 0,853 dengan 31 item valid



Hasil

Berdasarkan hasil uji normalitas Teknik Shapiro-Wilk pada SPSS versi 25 for Windows. Uji normalitas menunjukkan bahwa Variabel Harga Diri (X1) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,370, *Intimate friendship* (X2) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,112, dan Pengungkapan Diri (Y) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,130. Jadi, data ketiga variabel tersebut terdistribusi secara normal.

Berdasarkan hasil uji linieritas dengan Teknik ANOVA diketahui bahwa Variabel Harga Diri (X1) dan variabel *Intimate Friendship* (X2) dengan variabel Pengungkapan Diri (Y) memiliki nilai signifikansi 0,001, nilai ini kurang dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Variabel Harga Diri (X1) dan variabel *Intimate Friendship* (X2) dengan variabel Pengungkapan Diri (Y) memiliki hubungan yang linier.

Hasil analisis data korelasi menggunakan korelasi *pearson* diketahui bahwa variabel Harga Diri (X1) dengan variabel Pengungkapan Diri (Y) memiliki korelasi sebesar 0,800 dengan nilai signifikansi 0,000. Kemudian, variabel *Intimate Friendship* (X2) dengan variabel Pengungkapan Diri (Y) memiliki korelasi sebesar 0,662 dengan nilai signifikansi 0,000. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Harga Diri (X1) dengan Pengungkapan Diri (Y) dan *Intimate Friendship* (X2) dengan Pengungkapan Diri (Y).

Hasil

Koefisien determinasi R Square didapati bahwa nilai *R Square* sebesar 0,646, artinya variabel Harga Diri (X1) dan variabel *Intimate Friendship* (X2) mempengaruhi sebesar 65% pada variabel Pengungkapan Diri (Y) dan 35 variabel lain.

Tabel Kategorisasi Data

Kategori	Skor Subjek					
	Harga Diri		Intimate Friendship		Pengungkapan Diri	
	Σ Remaja	%	Σ Remaja	%	Σ Remaja	%
Sangat Rendah	0	0%	0	0%	0	0%
Rendah	46	22,55%	40	19,61%	51	25,00%
Sedang	115	56,37%	102	50,00%	90	44,12%
Tinggi	43	21,08%	62	30,39%	63	30,88%
Sangat Tinggi	0	0%	0	0%	0	0%
Jumlah	204	100%	204	100%	204	100%



Pembahasan

Penelitian ini menemukan korelasi positif antara harga diri dan pengungkapan diri. Temuan ini mendukung temuan Kristanti dan Eva yang menyatakan bahwa harga diri dan pengungkapan diri berkorelasi positif dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,608 dan signifikansi 0,000. Menurut penelitian ini, remaja dengan harga diri yang kuat merasa lebih nyaman mengekspresikan diri di Instagram.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan terdapat hubungan positif antara *intimate friendship* dengan pengungkapan diri. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian oleh Febriani bahwa terdapat hubungan positif antara *intimate friendship* dengan pengungkapan diri dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,165 dengan signifikansi 0,046. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa individu dengan hubungan pertemanan yang erat memberikan lingkungan yang aman bagi individu untuk mengungkapkan dirinya.



Temuan Penting Penelitian

- Kontribusi harga diri dan intimate friendship terhadap pengungkapan diri adalah sebesar 65% ($R^2 = 0.646$), sisanya 35% dipengaruhi oleh faktor lain.
- Responden dengan harga diri dan persahabatan yang lebih tinggi cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan diri di Instagram.
- Penggunaan media sosial Instagram sebagai sarana untuk membangun identitas diri meningkatkan kepercayaan diri, dan mempererat hubungan sosial antar remaja



Manfaat Penelitian

- Bagi remaja pengguna media sosial, hasil ini bisa membantu mereka memahami pentingnya membangun harga diri dan hubungan pertemanan yang sehat untuk meningkatkan keterbukaan diri secara positif di media sosial.
- Bagi peneliti selanjutnya, studi ini membuka peluang untuk menggali lebih lanjut variabel lain yang mempengaruhi pengungkapan diri, seperti regulasi emosi atau pengaruh norma sosial.



Referensi

- [1] W. P. B. Utomo and H. Laksmiwati, “Hubungan Harga Diri dengan Pengungkapan Diri pada Siswa-siswi Pengguna Jejaring Sosial Instagram di SMA Negeri 1 Gedangan Hubungan Harga Diri dengan Pengungkapan Diri pada Siswa-siswi Pengguna Jejaring Sosial Instagram di SMA Negeri 1 Gedangan,” *Character J. Psikol.*, vol. 06, no. 01, pp. 1–5, 2019.
- [2] R. Rosemary, N. Susilawati, and A. Hanifah, “Pengungkapan Diri Selebgram Aceh melalui Instagram Story,” *J. Komun. Glob.*, vol. 11, no. 1, pp. 88–111, 2022, doi: 10.24815/jkg.v11i1.24964.
- [3] A. F. Rahmayanti and A. Ediati, “Pertemanan Online Dan Pengungkapan Diri Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram,” *J. EMPATI*, vol. 11, no. 5, pp. 325–331, 2022, doi: 10.14710/empati.0.36740.
- [4] W. Zuhair Muhammad, Y. Dwi Erliana, and L. Hakim, “Hubungan Jenis Kepribadian (Ekstrovert & Introvert) Dengan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Pada Pengguna Media Sosial Instagram: Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa,” *J. Psimawa*, vol. 4, no. 1, pp. 13–18, 2021, doi: 10.36761/jp.v4i1.1266.
- [5] C. Fitriyani and Rinaldi, “Hubungan Kontrol Diri Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Instagram,” *J. Pendidik. Tambusai*, vol. 6, no. 1, pp. 612–615, 2022, [Online]. Available: <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/2932>
- [6] D. R. A. Wahyuni and R. Anggraini, “Hubungan Antara Harga Diri Dengan Pengungkapan Diri Pada Mahasiswa Unissula Pengguna Instagram,” *Archetype J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 4, no. 2, pp. 1–10, 2021.
- [7] J. H. Berg and V. J. Derlega, “Themes in the Study of Self-Disclosure,” *Self-Disclosure*, pp. 1–8, 1987, doi: 10.1007/978-1-4899-3523-6_1.
- [8] J. A. Devito, *Komunikasi Antarmanusia*. Tangerang selatan: Kharisma Publishing Group, 2011.
- [9] N. N. Syafitri, “HUBUNGAN INTIMATE FRIENDSHIP DAN MOTIF DIVERSI DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI PADA MAHASISWA PENGGUNA INSTAGRAM,” vol. 33, no. 1, pp. 1–12, 2022.
- [10] A. Dwidiyanti, H. Hardjono, and F. K. Anggarani, “Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Pengungkapan Diri Remaja Surakarta Pengguna Instagram,” *J. Psikol. Mandala*, vol. 6, no. 2, pp. 1–20, 2022, doi: 10.36002/jpm.v6i2.2124.

Referensi

[11] S. N. Laila, “Hubungan Antara Harga Diri Dengan Pengungkapan Diri Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram,” Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.

[12] R. Gilibtand, V. Lam, and L. O'Donnell, V, *Developmental Psychology (2nd Ed)*. Harlow: Pearson/Prentice Hall, 2016.

[13] S. Harter, *Identity and self development*. In S. Feldman and G. Elliott (Eds.), *At the threshold: The developing adolescent*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1990.

[14] B. K. Nuraini and Y. W. Satwika, “Hubungan antara Kesepian dengan Pengungkapan Diri pada Remaja Pengguna Instagram di Kota Surabaya,” *J. Penelit. Psikol.*, vol. 10, no. 01, pp. 861–873, 2023.

[15] Rizky Nur Hasanah and Achmad Dwityanto, “HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI PADA MAHASISWA Rizky Nur Hasanah 1 Achmad Dwityanto 2,” no. 2008, pp. 1–11, 2023.

[16] F. A. Wulandari, “HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DAN HARGA DIRI DENGAN KETERBUKAAN DIRI PADA PENGGUNA INSTAGRAM DI SMA TULUS BHAKTI BEKASI,” Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2023.

[17] Selfilia Arum Kristanti and N. Eva, “Self-esteem dan Self-disclosure Generasi Z Pengguna Instagram,” *J. Penelit. Psikol.*, vol. 13, no. 1, pp. 10–20, 2022, doi: 10.29080/jpp.v13i1.697.

[18] V. Malinda, “Hubungan antara Harga Diri dan Pengungkapan Diri Pengguna Instagram Mahasiswa Psikologi UIN Malang,” *Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim*, 2022.

[19] Nyimas.N Syafitri, “Hubungan Intimate Friendship Dan Motif Diversi Dengan Pengungkapan Diri Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Nyimas Nabila Syafitri Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Intan Islamia , M . Sc Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Syafrimen Uni,” *Anfusina J. Psychol.*, vol. 4, no. 2, pp. 153–164, 2021.

[20] H. Zulfa, M. Khairani, R. Rachmatan, and Z. Amna, “Hubungan Antara Religiusitas dengan Toxic Friendship pada remaja di Aceh,” *J. Community Ment. Heal. Public Policy*, vol. 4, no. 2, pp. 95–105, 2022.

Referensi

[21] D. A. DeSousa and E. Cerqueira-Santos, “Relacionamentos de amizade íntima entre jovens adultos,” *Paideia*, vol. 22, no. 53, pp. 325–333, 2012, doi: 10.1590/1982-43272253201304.

[22] M. N. Rizal and G. L. Rizal, “Hubungan Antara Intimate Friendship Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Pengguna Whatsapp,” *Proyeksi*, vol. 16, no. 1, p. 15, 2021, doi: 10.30659/jp.15.2.192-201.

[23] A. P. Hasibuan, “Hubungan Antara Harga Diri Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Media Sosial Instagram,” 2023.

[24] F. S. Prawesti and D. K. Dewi, “Self Esteem dan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger,” *J. Psikol. Teor. dan Terap.*, vol. 7, no. 1, p. 1, 2016, doi: 10.26740/jptt.v7n1.p1-8.

[25] A. Al Ghifari, “Pengaruh Intimasi Perteman dengan Keterbukaan diri Pada Pengguna Instagram,” 2021.

[26] I. Setyawati and A. Rahmandani, “Hubungan Pengungkapan Diri Terhadap Teman Sebaya Dengan Pemaafan Pada Remaja,” *J. EMPATI*, vol. 6, no. 4, pp. 444–450, 2018, doi: 10.14710/empati.2017.20118.

[27] S. Azwar, “Metode Penelitian Psikologi Edisi II Cetakan IV,” *Yogyakarta: Pustaka Belajar*, 2021.

[28] Kristanti, S. A., & Eva, N. (2022). Self-esteem dan self-disclosure generasi Z pengguna instagram. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(1), 10-20.

[29] Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44.

[30] Safitri, N., Farida, I. A., Eva, N., & Puspitasari, D. N. (2022). Hubungan antara harga diri dan optimisme dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. *Flourishing Journal*, 2(4), 267-276.



Referensi

[31] Maharsi Anindyajati, C. M. K. (2004). Peran Harga Diri Terhadap Asertivitas Remaja Penyalahguna Narkoba (penelitian pada remaja penyalahguna narkoba di tempat-tempat rehabilitasi penyalahguna narkoba). *Jurnal Psikologi*, 2(1), 49.

[32] Febriani, S., Candra, I., & Nastasia, K. (2021). Hubungan Antara Intimate Friendship Dengan Self Disclosure Pada Siswa Kelas XI SMA N 4 Kota Padang Pengguna Media Sosial Instagram. *Psyche 165 Journal*, 130-138.

[33] Tolstedt, B. E., & Stokes, J. P. (1984). Self-disclosure, intimacy, and the depenetration process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(1), 84.

[34] Gultom, R., Hutabarat, D. F., Septiani, T., Tambunan, T., & Pasaribu, I. M. (2024). Persahabatan Positif: Peran Teman dalam Membangun Karakter. *Jurnal Trust Pentakosta*, 1(1).

[35] Buhrmester, D., & Furman, W. (1987). The development of companionship and intimacy. *Child development*, 1101-1113.

[36] Dayanti, R. D., & Yulianita, Y. (2024). Hubungan Intimate Friendship dan Harga Diri dengan Keterbukaan Diri Pengguna Second Account di Media Sosial Instagram Pada Pelajar Kelas VIII SMP 287 Jakarta Timur. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 8(1), 47-56.



