

The Relationship Between Self-Esteem and Intimate Friendship with Self-Disclosure in Adolescents Using Instagram Social Media

[Hubungan Antara Harga Diri Dan *Intimate Friendship* dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Media Sosial Instagram]

Celin Dias¹⁾, Widyastuti²⁾

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: wiwid@umsida.ac.id

Abstract. THE TENDENCY OF ADOLESCENTS TO WITHDRAW FROM SOCIAL INTERACTIONS IS JUST ONE WAY THAT THE SEARCH FOR SELF-DISCOVERY SHAPES THEIR DEVELOPMENT. INSTAGRAM ALLOWS ADOLESCENTS TO FULFILL THEIR SOCIAL NEEDS BY ALLOWING THEM TO EXPRESS THEMSELVES THROUGH WIDELY SHARED IMAGES AND VIDEOS. INSTAGRAM HAS BECOME ONE OF THE PLATFORMS FOR ADOLESCENTS TO EXPRESS THEMSELVES, SHARE EXPERIENCES, AND GAIN SOCIAL VALIDATION OR WHAT IS COMMONLY CALLED SELF-DISCLOSURE. THIS STUDY EXAMINES HOW INSTAGRAM USE AFFECTS SELF-ESTEEM, PERSONAL RELATIONSHIP, AND CLOSENESS IN TEENS. THE SAMPLE IN THIS STUDY WAS 204 ADOLESCENTS WHO USE INSTAGRAM SOCIAL MEDIA. THE STUDY COLLECTED DATA USING THE SELF-ESTEE, SCALE ALPHA 0.882, CLOSE FRIEND ALPHA 0.896, AND SELF-DISCLOSURE ALPHA 0.853. SPSS 25 FOR WINDOWS WAS USED FOR PEARSON CORRELATION DATA ANALYSIS. THIS STUDY FOUND A SIGNIFICANT POSITIVE CORRELATION ($R = 0.662, P < 0.05$) BETWEEN SELF-ESTEEM, CLOSE FRIENDSHIP, AND CLOSE DISTANCE IN TEEN INSTAGRAM USERS. SELF-DISCLOSURE WAS 64.3% INFLUENCED BY SELF-ESTEEM AND PERSONAL RELATIONSHIP.

Keywords – SELF-ESTEEM, INTIMATE FRIENDSHIP, SELF-DISCLOSURE

Abstrak. Kecenderungan remaja untuk menarik diri dari interaksi sosial hanya salah satu cara pencarian untuk menemukan diri membentuk perkembangan mereka. Instagram memungkinkan remaja untuk memenuhi kebutuhan sosial mereka dengan membiarkan mereka untuk mengekspresikan diri mereka melalui gambar dan video yang dibagikan secara luas. Instagram telah menjadi salah satu platform bagi remaja untuk mengekspresikan diri mereka, membagikan pengalaman, dan mendapatkan validasi sosial atau apa yang umumnya disebut pengungkapan diri. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara harga diri, *intimate friendship* dan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial instagram. Sampel dalam penelitian ini adalah 204 remaja pengguna media sosial instagram. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala harga diri dengan nilai cronbach's alpha sebesar 0,882, skala *intimate friendship* dengan nilai cronbach's alpha sebesar 0,896, dan skala pengungkapan diri dengan nilai cronbach's alpha sebesar 0,853. Teknik analisis data yang digunakan dengan korelasi pearson dengan bantuan spps versi 25 for windows. Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r = 0,662$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan positif yang signifikan antara harga diri, *intimate friendship*, dan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial instagram. Pengaruh harga diri dan *intimate friendship* terhadap pengungkapan diri sebesar 64,3%.

Kata Kunci – Harga diri, *Intimate Friendship*, Pengungkapan Diri

I. PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi saat ini semakin pesat. Saat ini teknologi memberikan dampak yang signifikan terhadap sektor komunikasi dan informasi. Perekonomian suatu negara, layanan kesehatan, pendidikan, dan kualitas hidup secara keseluruhan dapat memperoleh manfaat dari internet. Setiap orang dapat terhubung satu sama lain, baik secara lokal maupun global, berkat internet. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020), media sosial menyumbang 51,5% dari seluruh lalu lintas internet. Banyaknya fitur platform media sosial, seperti kemampuan untuk membuat, berbagi, dan bertukar materi dalam bentuk foto, video, dan informasi, menjadikannya sangat menarik bagi masyarakat umum. Beberapa contoh media sosial yaitu YouTube, Instagram, Google+, Facebook, dan Twitter [1] Instagram adalah salah satu dari beberapa platform jejaring sosial di mana pengguna dapat dengan bebas memposting konten visual seperti gambar dan video. Saat ini, Anda bisa mendapatkan Instagram untuk

Windows, Android, dan Apple iOS. Setiap hari, pengguna Instagram berbagi lebih dari 80 juta foto dan video, dengan lebih dari 3,5 miliar "suka" dan 400 juta aktivitas didistribusikan setiap bulan

Pengguna Instagram menjangkau berbagai usia, termasuk remaja. Tahun-tahun antara masa kanak-kanak dan kedewasaan disebut masa remaja. Perubahan biologis, psikologis, sosial, dan kognitif termasuk perubahan paling signifikan yang terjadi sepanjang masa remaja. Memperoleh keterampilan sosial dan membentuk persahabatan baru dengan teman sekelas merupakan tonggak perkembangan penting bagi remaja [2]. Remaja tidak perlu lagi khawatir dengan keterbatasan lokasi dan waktu dalam berbagi cerita dan pengalaman kepada pengikutnya di Instagram. Orang-orang berusia antara 18 dan 24 tahun sering menggunakan situs ini. Dengan begitu media sosial menjadi sarana mengekspresikan sentimen unik mereka. Salah satu motivasi yang mungkin untuk memanfaatkan Instagram adalah kemudahan dalam berbagi informasi pribadi. Perkembangan interaksi interpersonal (35,9%), presentasi diri (26%) dan memperoleh pengakuan keberadaan diri (14,5%) serta keterbukaan diri (34,4%) menjadi hal-hal yang menggugah minat masyarakat dalam menggunakan Instagram. Penelitian pendahuluan ini juga menunjukkan bahwa aktivitas paling umum di Instagram adalah mengunggah cerita (37,4% dari seluruh postingan), diikuti oleh berbagi (27,5%), berkomentar (21,1% dari seluruh postingan), menyukai (3,8%), mengungkapkan hal-hal yang tidak Anda inginkan. Jangan berani-berani mengatakannya kepada orang yang Anda ajak bicara (1,5% dari seluruh postingan), menonton orang lain (7,6% dari seluruh postingan), dan mencari hiburan (3% dari seluruh postingan). Proporsi kumulatif terbesar adalah kemampuan untuk mengembangkan diri melalui aktivitas seperti memposting cerita dan postingan Instagram.[3]

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2015), remaja adalah seseorang yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Banyak perubahan yang akan terjadi pada masa ini, dalam beberapa hal: fisik, mental, emosional, dan sosial. Perubahan yang cepat sedang terjadi dan tentunya akan mempengaruhi pendewasaan dan pertumbuhan remaja. Remaja berada di tengah krisis identitas yang terjadi menjelang masa pubertas[4]. Salah satu risiko terbesar pada masa remaja adalah risiko berkembangnya kebingungan identitas atau peran [5] . Dalam upayanya menemukan jati diri, remaja mempunyai pilihan untuk membentuk kelompok yang erat atau mencari isolasi lebih lanjut. Kecenderungan remaja untuk menarik diri dari interaksi sosial hanyalah salah satu cara pencarian penemuan diri membentuk perkembangan mereka. Instagram memungkinkan remaja untuk memenuhi kebutuhan sosial mereka dengan memungkinkan mereka mengekspresikan diri melalui gambar dan video yang dibagikan secara luas. Jadi, agar bisa menyesuaikan diri dengan teman sebayanya dan menjalin persahabatan, remaja berusaha untuk bersinar dan menunjukkan kualitas terbaik mereka . Akibat ikatan tersebut, remaja mendapatkan kasih sayang dan dukungan dari lingkungannya. Instagram dapat memenuhi persyaratan tersebut. Konsisten dengan data yang disebutkan di atas, 83% dari 182 siswa SMA Surakarta yang disurvei secara online adalah pengguna Instagram. Pada tahap ini, remaja mulai mengembangkan harga diri yang lebih stabil, terutama melalui interaksi sosial, termasuk di media sosial. Instagram menjadi salah satu platform bagi remaja untuk mengekspresikan diri, berbagi pengalaman, dan mendapatkan validasi sosial atau biasa disebut dengan pengungkapan diri[6]

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[7]. Menurut Devito mendefinisikan pengungkapan diri sebagai berbagi informasi pribadi.[8] Adapun aspek-aspek pada pengungkapan diri yang diungkapkan oleh De Vito yaitu Frekuensi (seberapa sering individu dalam melakukan pengungkapan diri), Valence (kualitas pengungkapan diri yang dilakukan dalam mengungkapkan perasaan, pengalaman, ataupun ide), Akurasi (berupa pemahaman diri dan tingkat kejujuran individu), Keinginan dan Keintiman (seperti Tindakan atau perbuatan yang dilakukan secara intim) [9]

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan pada remaja pengguna sosial media Instagram sebanyak 30 orang memiliki kualitas pengungkapan diri yang rendah. Hal ini selaras dengan penelitian Harter yang menyatakan bahwa pengungkapan diri pada 88 remaja pengguna sosial media Instagram dengan rentang persentase (58%) termasuk dalam kategori rendah, dan sebanyak 27 remaja dimasukkan dalam kategori yang sangat rendah dengan rentang persentase (18%).[13]

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. Pengungkapan diri memungkinkan seseorang untuk mengomunikasikan pikiran dan nilai-nilainya, sehingga menumbuhkan keterbukaan dalam interaksi interpersonal [10]

Adapun beberapa faktor internal yang dapat mempengaruhi pengungkapan diri pada individu yaitu kepribadian, kepercayaan diri, nilai dan keyakinan, emosi dan mood, harga diri. Sedangkan, faktor eksternal pengungkapan diri diantaranya yaitu lingkungan sosial, *intimate friendship*, respon orang lain, norma sosial, teknologi dan media, dinamika kekuatan[11]. Keinginan untuk dinilai memengaruhi pengungkapan diri. Penilaian seseorang dapat meningkatkan atau menurunkan harga diri. Harga diri yang rendah membuat orang kurang percaya diri, sedangkan harga diri yang tinggi membuat mereka lebih percaya diri.

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[12].

Harter juga memandang harga diri sebagai kesenjangan antara evaluasi diri yang ideal dan nyata, atau apa yang kita inginkan dengan apa yang kita yakini. Individu sering mudah merasa bersalah dan menghukum diri mereka sendiri karena ketidakmampuan mereka. Harga diri yang rendah membawa sikap pasif dan agresif, yang berbahaya. Sikap pasif ragu-ragu melakukan aktivitas karena takut membuat orang lain kesal, merasa terpelajar, membenci diri sendiri, dan perasaan ditinggalkan[13].

Coopersmith mengidentifikasi empat faktor harga diri. Harga diri dimulai dengan kekuatan, yang menunjukkan bahwa orang dapat mengatur diri mereka sendiri dan orang lain, umumnya ditunjukkan dengan rasa hormat dan puji. Orang yang kuat bersifat agresif. Bagian kedua adalah kebermaknaan, yang menunjukkan bagaimana orang lain mencintai dan merawat mereka. Komponen ketiga adalah kebijakan, yang menunjukkan ketaatan moral, etika, dan agama. Ini akan meningkatkan harga diri karena mereka memiliki nilai-nilai yang sangat baik. Selanjutnya aspek ke empat yaitu kemampuan, kemampuan untuk mencapai harapan yang diinginkan dengan begitu individu mampu untuk memenuhi kebutuhan, dan mendapatkan hal yang diinginkan. Berdasarkan penjelasan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa harga diri mempunyai beberapa aspek yaitu kekuatan, kebijakan, dan kemampuan. [19]

Harga diri mempengaruhi pengungkapan diri. Utomo dan Laksimiwati mengatakan bahwa harga diri merupakan aspek terpenting dalam pengungkapan diri karena mempengaruhi cara kita berinteraksi. Harga diri yang tinggi membuat orang lebih terbuka dan percaya diri. Orang dengan harga diri yang rendah dapat menghalangi untuk melakukan keterbukaan diri pada orang lain. [15]. Kristanti & Eva menemukan hubungan yang menguntungkan antara harga diri dan pengungkapan diri menggunakan analisis Pearson product moment. Hubungan yang signifikan ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar 0,608. Dengan demikian, pengguna Instagram remaja dengan harga diri yang lebih tinggi lebih banyak mengungkapkan diri [17].

Selain harga diri, topik penting dalam pengungkapan diri juga dipengaruhi oleh salah satu faktor eksternal yaitu *intimate friendship*. Pengungkapan diri dilakukan seseorang dalam memperkenalkan diri kepada orang yang ia rasa dekat dan dapat dipercaya guna menjaga informasi ataupun rahasia yang sudah diungkapkan agar tidak tersebar luas ke khalayak umum, oleh karenanya dibutuhkan suatu *intimate friendship* dalam melakukan pengungkapan diri[19]. Menurut pendapat Zulfah dkk mengungkapkan bahwa definisi terkait *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[20]. Desousa menambahkan bahwa sebagian besar individu memiliki *intimate friendship* dengan beberapa orang sepanjang hidup mereka. *Intimate friendship*, timbal balik, dan pribadi adalah hal yang mungkin [21].

Intimate friendship memiliki delapan aspek yang dikemukakan oleh Sharabany. Pertama adalah kejujuran dan spontanitas. Hubungan yang secara terbuka mengungkapkan kekuatan dan kelemahan memberikan umpan balik yang jujur atas tindakan orang lain. Pemahaman dan empati yang diimbangi dengan pengetahuan tentang teman satu sama lain adalah faktor kedua. Yang ketiga adalah keterikatan yang berarti kedekatan dan chemistry dalam persahabatan menghasilkan dorongan yang baik. Keempat, eksklusivitas, yaitu hubungan persahabatan lebih baik. Yang kelima adalah memberi dan berbagi memberikan hal-hal materi dan bantuan sosial kepada teman. Bagian keenam adalah penerimaan dan pengorbanan, ketika seseorang memprioritaskan kepentingan teman, mengabaikan kepentingannya sendiri, dan menerima kebaikan dan keburukan mereka. Yang ketujuh adalah bahwa aktivitas yang sama meningkatkan minat dan memungkinkan aktivitas yang menyenangkan bersama. Elemen kedelapan, kepercayaan dan kesetiaan, memungkinkan teman untuk menjaga rahasia dan melindungi diri mereka dari orang lain.[19]

Menurut definisi di atas, kejujuran, spontanitas, kepekaan, pengertian, keterikatan eksklusif, memberi dan berbagi, penerimaan dan pengorbanan, aktivitas yang sama, serta kepercayaan dan kesetiaan dapat memengaruhi *intimate friendship*. Studi ini mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan kontribusi bermanfaat pada *intimate friendship* terhadap pengungkapan diri dari nilai R Square. R Square pada penelitian tersebut adalah 0,505. Skor ini menunjukkan bahwa hubungan personal berkontribusi sebesar 50,5% sedangkan elemen lainnya memengaruhi pengaruh diri sebesar 49,5%. Ketika orang merasa cocok, persahabatan akan tumbuh lebih kuat, tidak hanya di antara mereka yang saling mengenal atau membutuhkan [22].

Harga diri yang baik berdasarkan kekuatan, kepentingan, moralitas, dan keterampilan dapat meningkatkan pengungkapan diri [23]. Ferdiana mengatakan orang dengan harga diri rendah mengalami kesulitan mengekspresikan diri dan pendapat mereka. Penilaian diri dan orang lain yang negatif membuat orang berpikir bahwa hubungan dengan orang lain itu berbahaya [24]. Ghifari mengatakan bahwa hubungan yang intim memudahkan seseorang untuk mengekspresikan diri, dan hubungan timbal balik mendorong pengungkapan diri yang terbuka. [25] Setyawati mengatakan perasaan negatif terkait konflik dapat menyebabkan remaja menunjukkan kemarahan yang tidak sehat. Persahabatan yang buruk dapat mengurangi pengungkapan diri.[26].

Penelitian pengungkapan diri pada remaja pengguna sosial media Instagram penting untuk diketahui masyarakat umum, khususnya pengguna sosial media Instagram. Remaja dengan pengungkapan diri yang rendah

akan mengalami hambatan dalam melakukan keterbukaan diri dalam bersosial media khususnya di Instagram. Berdasarkan fenomena pengungkapan diri pada remaja memiliki dampak bagi remaja khususnya remaja pengguna sosial media Instagram. Selain itu penelitian ini juga masih minim dilakukan sehingga menjadi penting untuk dikaji. Menindaklanjuti fenomena yang terjadi, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan positif yang signifikan antara harga diri dan *intimate friendship* dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna sosial media Instagram. Penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa harga diri dan *intimate friendship* pengguna Instagram memengaruhi pengungkapan diri mereka.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Pendekatan kuantitatif menganalisis data numerik yang dikumpulkan melalui pengukuran dan diolah menggunakan analisis statistik. Penelitian korelasi menguji hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memanipulasinya. Studi korelasi menggunakan alat untuk mengukur variabel. Peneliti membuat kesimpulan dari populasi item atau orang dengan kuantitas dan fitur tertentu. Survei ini melibatkan pengguna Instagram berusia 16-19 tahun, meskipun jumlah pastinya tidak diketahui. Berdasarkan metodologi penelitian, Sugiyono mendefinisikan sampel sebagai sebagian kecil dari populasi atau sebagian dari populasi besar yang digunakan untuk penelitian. Dengan rumus Jacob Cohen, ukuran sampel adalah $N = 19,76 / 0,1 + 5 + 1 = 2-3,6$ dan dibulatkan menjadi 204, sehingga sampel penelitian ini berjumlah 204 responden [27].

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. Setiap pertanyaan memiliki empat jawaban: Sangat Tepat (4), Tepat (3), Tidak Tepat (2), dan Sangat Tidak Tepat (1).

Berdasarkan aspek harga diri Coopersmith yaitu kekuatan, kepentingan, uang, dan bakat, peneliti menggunakan skala Wulandari. Berdasarkan nilai Korelasi Total Item Terkoreksi $r \geq 0,30$, 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, yang menunjukkan bahwa ukuran harga diri bersifat dependen karena koefisien reliabilitasnya $> 0,6$. Sehingga skala pilihan akhir berjumlah 26.[16]

Peneliti menggunakan skala *Intimate friendship* Pohan, aspek berdasarkan Sharabany yaitu kejujuran, spontanitas, kepekaan, pengertian, keterikatan, eksklusivitas, memberi dan berbagi, penerimaan dan pengorbanan, kegiatan yang sama, kepercayaan, dan kesetiaan. Uji coba item dari skala *intimate friendship* mencakup 45 item, 33 di antaranya valid dan 12 tidak valid. Nilai korelasi berkisar antara 0,261 hingga 0,672. Skor Cronbach's Alpha skala *intimate friendship* adalah 0,896 dengan 33 item valid, yang menunjukkan ketergantungan. Skala keputusan akhir memiliki 33 item. [19]

Peneliti menggunakan skala pengungkapan diri Pohan, aspek berdasarkan De Vito yaitu kuantitas, valensi, kebenaran, niat, dan kedekatan. Menurut temuan uji coba, 31 dari 42 item valid dan 11 tidak valid dalam uji coba item skala pengungkapan diri. Nilai korelasi berkisar antara 0,261 sampai dengan 0,644. Uji reliabilitas pada skala pengungkapan diri menunjukkan skor Cronbach's Alpha sebesar 0,853 dengan 31 item valid, yang menunjukkan reliabilitas. Sehingga skala pilihan akhir berjumlah 31. [19] Penelitian ini menggunakan Pearson Correlations. Penelitian ini menggunakan SPSS 25 for Windows untuk mengolah seluruh data.

IV. HASIL

Berdasarkan hasil uji normalitas Teknik Shapiro-Wilk pada SPSS versi 25 for Windows. Data terdistribusi normal jika $p > 0,05$. 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. Peneliti juga menggunakan ANOVA untuk uji linearitas.

Tabel 1. Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk	Sig.
Harga Diri	0,992	0,370
<i>Intimate Friendship</i>	0,989	0,112
Pengungkapan Diri	0,989	0,130

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.

Tabel 2. Uji Linieritas

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1598,863	2	799,432	183,549	.001
	Residual	875,439	201	4,355		
	Total	2474,302	203			

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).

Tabel 3. Uji Korelasi *Pearson*

Variabel	Pearson Correlation	Sig.
Harga Diri - <i>Intimate Friendship</i>	0,766	0,000
Harga Diri – Pengungkapan Diri	0,800	0,000
<i>Intimate Friendship</i> – Pengungkapan Diri	0,662	0,000

Selain itu, koefisien determinasi R Square didapatkan 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 4. Uji *R Square*

Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	0,804	0,646	0,643

Pada tabel kategorisasi data menunjukkan bahwa terbagi menjadi lima kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Pada variable harga diri terdapat 46 remaja (22,55%) termasuk pada kategori rendah, terdapat 115 remaja (56,37%) termasuk kategori sedang, dan terdapat 43 remaja (21.08%) dengan kategori tinggi. Selanjutnya pada variable *Intimate Friendship* terdapat 40 remaja (19,61%) termasuk kategori rendah, terdapat 102 remaja (50,00%) termasuk pada kategori sedang, terdapat 62 remaja (30,39%) termasuk pada kategori tinggi. Kemudian pada variable pengungkapan diri terdapat 51 remaja (25,00%) termasuk pada kategori rendah, terdapat 90 remaja (44,12%) termasuk kategori sedang, terdapat 63 remaja (30,88%) termasuk pada kategori tinggi.

Tabel 5. Kategorisasi Data

Kategori	Skor Subjek					
	Harga Diri		<i>Intimate Friendship</i>		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%

V. PEMBAHASAN

Penelitian ini menguji harga diri dan *intimate friendship* dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna Instagram. Harga diri, *intimate friendship*, dan pengungkapan diri pengguna Instagram remaja berkorelasi positif. Penelitian di atas menghasilkan korelasi sebesar 0,800 dan nilai signifikansi 0,000. Kemudian *Intimate friendship* (X2) dan Pengungkapan diri (Y) memiliki hubungan sebesar 0,662 dengan nilai signifikansi 0,000. Dengan demikian, Harga Diri (X1) dan *Intimate friendship* (X2) berhubungan dengan Pengungkapan diri (Y). Hal ini mengungkapkan bahwa pengguna Instagram remaja lebih banyak mengungkapkan ketika mereka memiliki harga diri yang baik dan teman dekat. Pengguna Instagram remaja dengan harga diri yang buruk dan persahabatan yang mendalam mengungkapkan lebih sedikit. Penelitian ini menemukan bahwa kontribusi relatif Harga Diri (X1) dan *Intimate friendship* (X2) mempengaruhi 65% dari Pengungkapan Diri (Y) dan 35% dari variabel lainnya.

Berdasarkan hasil kategorisasi data yang telah dilakukan, peneliti menyatakan bahwa pada variable harga diri terdapat 46 remaja (22,55%) termasuk pada kategori rendah, terdapat 115 remaja (56,37%) termasuk kategori sedang, dan terdapat 43 remaja (21,08%) dengan kategori tinggi. Selanjutnya pada variable *Intimate Friendship* terdapat 40 remaja (19,61%) termasuk kategori rendah, terdapat 102 remaja (50,00%) termasuk pada kategori sedang, terdapat 62 remaja (30,39%) termasuk pada kategori tinggi. Kemudian pada variable pengungkapan diri terdapat 51 remaja (25,00%) termasuk pada kategori rendah, terdapat 90 remaja (44,12%) termasuk kategori sedang, terdapat 63 remaja (30,88%) termasuk pada kategori tinggi.

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. Menurut Anindayati dan Karima, individu dengan harga diri tinggi memiliki kekhawatiran sosial yang rendah sehingga meningkatkan kemampuan pengungkapan diri. Hal ini membuat mereka lebih terbuka dalam berkomunikasi, termasuk dalam media sosial Instagram. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah cenderung lebih tertutup karena takut akan penilaian negatif dari orang lain. Masa remaja merupakan fase di mana individu mengalami pencarian identitas diri. Pada tahap ini, mereka mulai mengembangkan harga diri yang lebih stabil, terutama melalui interaksi sosial, termasuk di media sosial. Instagram ialah platform bagi remaja untuk mengekspresikan diri, berbagi pengalaman, dan mendapatkan validasi sosial. Jika harga diri mereka tinggi, maka mereka akan lebih nyaman mengungkapkan diri tanpa takut terhadap respons negatif dari lingkungan sosialnya[28].

Harga diri yang baik akan mencerminkan bagaimana individu menilai dan menghargai dirinya sendiri dalam kehidupan sosialnya. Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Baumeister *et al*, individu dengan harga diri tinggi dapat menumbuhkan kemampuan pengungkapan diri. Remaja dengan kemampuan ekspresi diri yang baik dapat berkomunikasi dengan orang lain dan mengekspresikan diri mereka secara lebih terbuka. Remaja cenderung lebih mudah mengekspresikan pandangan, emosi, dan pengalaman mereka ketika mereka merasa dihargai dan diterima oleh masyarakat. Menurut Safitri dkk., remaja dengan harga diri yang tinggi merasa lebih mudah mengekspresikan diri karena mereka merasa dihargai dan diterima [30]

Namun, remaja dengan harga diri rendah cenderung enggan menutup diri, khususnya di Instagram. Remaja dengan harga diri rendah cenderung kurang percaya diri dan takut akan penilaian negatif, sehingga mereka lebih berhati-hati dalam membagikan informasi pribadi. Menurut Anindayati dan Karima, orang dengan harga diri rendah memiliki rasa percaya diri yang rendah dan tidak dapat mengekspresikan diri dalam lingkungan sosial, atau mereka menghindari menutup diri untuk menghindari tekanan sosial. Dengan demikian, harga diri yang tinggi berperan penting dalam meningkatkan keberanian remaja untuk mengungkapkan diri secara lebih terbuka di media sosial[31].

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[32]. Menurut Tolstedt dan Stokes (1984) dalam *Social Penetration Theory*, pengungkapan diri berkembang dalam hubungan yang didasarkan pada keintiman. Artinya, ketika hubungan menjadi semakin intim, pengungkapan diri menjadi semakin mendalam. Demikian pula, ketika hubungan berubah dari sangat intim menjadi tidak intim, pengungkapan diri tentunya tidak terjalin keintimannya. Hal tersebut mengindikasikan bahwa ketika seorang remaja memiliki teman dekat yang dapat dipercaya, mereka lebih cenderung mengungkapkan perasaan dan pengalaman pribadinya[33]. Sebaliknya menurut Gultoman, jika mereka merasa tidak memiliki dukungan sosial yang kuat, maka mereka lebih tertutup dan enggan berbagi pengalaman di media sosial Instagram dan tentunya persahabatan yang erat menjadi salah satu sumber utama dukungan emosional terutama dalam menghadapi tantangan sosial dan emosional di masa remaja. Dengan adanya teman dekat yang mendukung, mereka lebih nyaman dalam mengekspresikan diri, baik dalam kehidupan nyata maupun di media sosial[34].

Intimate friendship yang baik menggambarkan kedekatan emosional yang erat antara individu dengan teman dekatnya. Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Buhrmester & Furman, individu yang memiliki hubungan pertemanan yang intim cenderung lebih mudah untuk berbagi pengalaman dan perasaan pribadi. Ketika individu merasa nyaman dan memiliki hubungan yang erat terhadap teman dekatnya, mereka akan lebih terbuka dalam mengungkapkan diri, termasuk dalam konteks media sosial. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki hubungan pertemanan yang erat cenderung lebih sulit untuk mengungkapkan diri. Dengan demikian, *intimate friendship* yang kuat berperan dalam memberikan rasa aman dan kenyamanan bagi remaja untuk mengungkapkan diri secara lebih terbuka dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam penggunaan media sosial seperti Instagram[35].

Penelitian ini juga menemukan korelasi positif antara harga diri dan *intimate friendship* dengan pengungkapan diri. Hubungan positif antara harga diri dan persahabatan dekat memprediksi pengungkapan diri dalam penelitian ini. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai R-Square sebesar 64,3%, artinya harga diri dan *intimate friendship* memberikan sumbangsih 64,3% terhadap pengungkapan diri, serta terdapat 35,7% faktor atau variabel lain yang turut berkorelasi dan memprediksi pengungkapan diri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Dayanti dan Yulianita (2024) bahwa harga diri dan *intimate friendship* bersama-sama mempengaruhi pengungkapan diri sebesar 69,2%, 30,8% dipengaruhi oleh faktor lain[36].

Sampel penelitian ini hanya mencakup remaja yang menggunakan Instagram, oleh karena itu temuannya tidak dapat diterapkan pada kelompok usia atau pengguna media sosial lainnya. Karena adanya perbedaan dalam pengetahuan, ide, dan asumsi, penyelesaian kuesioner responden bahkan kurang berhasil dalam penelitian ini.

VI. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara harga diri maupun pengungkapan diri remaja pemakai media sosial Instagram, terdapat keterkaitan diantara *intimate friendship* dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial Instagram, dan terdapat keterkaitan positif yang signifikan antara harga diri dan *intimate friendship* dengan pengungkapan diri remaja pengguna media sosial Instagram. Hubungan positif yang signifikan antara harga diri dan *intimate friendship* dan pengungkapan diri sebesar 65%.

Penelitian selanjutnya disarankan agar melibatkan sampel yang lebih beragam, menggunakan pendekatan *mixed-method* dengan wawancara mendalam untuk memahami dinamika pengungkapan diri secara lebih komprehensif, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti regulasi emosi atau pengaruh norma sosial dalam interaksi di media sosial.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kelancaran dan keberhasilan dalam menyelesaikan penelitian ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada sejumlah pihak yang telah memberi dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga jurnal peneltian ini dapat diselesaikan dengan baik.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Sidoarjo atas fasilitas, dukungan, dan kesempatan yang diberikan selama pelaksanaan penelitian ini. Tanpa bantuan dan Kerjasama dari institusi tersebut, penelitian ini tidak akan berjalan dengan lancar.

Terima kasih kepada seluruh remaja pengguna sosial media Instagram yang telah bersedia meluangkan waktu memberikan informasi dan berkontribusi secara langsung dalam penelitian ini.

Sebagai akhir dari penelitian ini, penulis menyadari bahwa masih terdapat berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik, dan saran yang membangun guna meningkatkan dan menyempurnakan penelitian ini.

REFERENSI

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

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.