

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1. Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses dibalik pengungkapan diri atau *self disclosure* yang dilakukan oleh pengguna Twitter dengan akun *anonymous* atau yang menunjukkan identitas aslinya khususnya pada Gen Z dengan rentan umur 22 – 27 tahun. Maka untuk memenuhi tujuan tersebut, peneliti menentukan subjek dari penelitian ini adalah para pengguna aktif Twitter yang menggunakan akun *anonymous* dan termasuk rentan usia Gen Z mulai 22 – 27 tahun. Proses pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling* dan dengan metode wawancara semi terstruktur yang mengacu pada pedoman wawancara. Seluruh informan yang telah diwawancarai oleh peneliti telah memenuhi kriteria informan yang dibutuhkan pada penelitian ini.

Masalah penelitian yang akan dijelaskan pada bagian ini adalah tentang bagaimana proses di balik *self disclosure* yang dilakukan oleh akun *anonymous* di Twitter yang dilakukan oleh narasumber penelitian yang sesuai dengan kriteria informan yang dibutuhkan. Untuk itu pembahasan pada Bab IV ini akan menjawab tujuan penelitian yakni untuk melihat proses di balik *self disclosure* atau pengungkapan diri yang dilakukan oleh pemilik akun *anonymous* di Twitter. Berikut ini adalah penjelasan informan penelitian yang telah sesuai dengan kriteria informan yang dibutuhkan:

Tabel 4.1 Informan Penelitian

Kriteria Informan	Informan 1 (Nisa Amalia)	Informan 2 (Nada Salsabila)	Informan 3 (MK)	Informan 4 (ZI)
Pengguna aktif Twitter sejak 2020 hingga 2022	Menggunakan Twitter sejak 2018	Menggunakan Twitter sejak 2018	Menggunakan Twitter sejak 2020	Menggunakan Twitter sejak 2018

<b>Gen Z berusia 22 – 27 tahun</b>	21 Tahun	23 Tahun	23 Tahun	24 Tahun
<b>Aktif mengunggguh konten Tweet tentang ungkapan Depresi</b>	Aktif mengunggguh konten ungkapan Depresi	Aktif mengunggguh konten ungkapan Depresi	Aktif mengunggguh konten ungkapan Depresi	Aktif mengunggguh konten ungkapan Depresi
<b>Pengguna akun anonim berjenis apapun</b>	Akun anonim	Akun <i>role play</i>	Akun anonim	Akun anonim

Sumber: Olahan Peneliti

#### 4.1.1. Gambaran Informan

Pada proses pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti, penelitian ini telah mewawancarai empat informan sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan pada penelitian ini. Informan yang dibutuhkan adalah seseorang yang aktif menggunakan Twitter sejak 2020 dengan akun *anonymous* berjenis apapun selama tidak menampilkan identitas aslinya dan termasuk pada rentan umur Gen Z yakni 22 – 27 tahun. Berikut ini adalah penjelasan latar belakang dari masing - masing informan:

Tabel 4.2 Gambaran Informan

	<b>Informan 1</b>	<b>Informan 2</b>	<b>Informan 3</b>	<b>Informan 4</b>
<b>Nama/Inisial</b>	Nisa Amalia	Nada Salsabila	MK	ZI
<b>Jenis Kelamin</b>	Perempuan	Perempuan	Laki – laki	Laki – laki
<b>Umur</b>	22 Tahun	23 Tahun	23 Tahun	24 Tahun
<b>Tingkat Pendidikan</b>	SMA	S1	S1	S1
<b>Status Pernikahan</b>	Belum menikah	Belum menikah	Belum menikah	Belum menikah
<b>Kesimpulan</b>	Informan pertama	Informan kedua bernama Nada	Informan ketiga berinisial MK	Informan ketiga berinisial ZI

bernama Nisa Amalia yang merupakan perempuan berusia 22 tahun. Saat ini belum menikah.	Salsabila yang merupakan perempuan berusia 23 tahun. Saat ini belum menikah.	Nada belum berstatus menikah.	yang merupakan laki – laki berusia 23 tahun. Saat ini MK belum berstatus menikah.	yang merupakan laki – laki berusia 24 tahun. Saat ini ZI belum berstatus menikah.
--	--	-------------------------------	---	---

*Sumber: Olahan Peneliti*

**a. Informan Satu**

Informan pertama bernama Nisa Amalia yang merupakan perempuan berusia 22 tahun yang akrab disapa Nisa. Beliau kini adalah seorang mahasiswi tingkat akhir di sebuah universitas di Kota Tangerang Selatan. Saat ini Nisa belum berkeluarga dan belum berstatus menikah. Nisa mengaku telah menggunakan Twitter sejak SMP kelas 7 namun menonaktifkan akunnya dan kembali membuat akun yang baru di tahun 2019 yang aktif hingga sekarang. Nisa mengaku bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri kurang lebih empat jam dalam sehari. Jenis akun *anonymous* yang digunakan oleh Nisa adalah *Cyber Account*.

**b. Informan Dua**

Informan kedua bernama Nada Salsabila yang merupakan perempuan berusia 23 tahun yang akrab disapa Nada. Ia menyebutkan bahwa dirinya adalah seorang lulusan sebuah universitas di Depok. Beliau kini adalah seorang pekerja kreatif di sebuah perusahaan media lokal. Saat ini Nada belum berkeluarga dan juga belum berstatus menikah. Nada telah menggunakan media sosial Twitter sejak tahun 2012 dengan identitas asli yang dirahasiakan atau *anonymous*. Namun Nada mengaku sempat pernah menonaktifkan akunnya beberapa kali dan kembali aktif lagi sejak 2018 hingga saat ini. Nada mengaku bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri kurang lebih lima jam dalam sehari. Jenis akun *anonymous* yang digunakan oleh Nada adalah akun *Role Play*.

**c. Informan Tiga**

Informan ketiga berinisial MK yang merupakan laki – laki berusia 23 tahun. MK adalah lulusan S1 dari universitas di Bandung. Beliau kini adalah seorang pekerja *sales* di sebuah perusahaan hotel besar Indonesia. Saat ini MK mengaku belum berkeluarga dan belum berstatus menikah. Beliau telah menggunakan media sosial Twitter sejak tahun 2020 dengan identitas asli yang dirahasiakan atau *anonymous*. MK mengaku bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri kurang lebih empat jam dalam sehari. Jenis akun *anonymous* yang digunakan oleh MK adalah *Cyber Account*.

**d. Informan Empat**

Informan ketiga berinisial ZI yang merupakan laki – laki berusia 24 tahun. ZI mengaku bahwa dirinya adalah lulusan S1 dari universitas yang berada di Kabupaten Tangerang Beliau kini adalah seorang pekerja kreatif di sebuah perusahaan jasa. Saat ini ZI mengaku belum berkeluarga dan belum berstatus menikah. Beliau telah menggunakan akun *anonymous* di media sosial Twitter sejak tahun 2018 dan masih aktif hingga saat ini. Nada mengaku bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri kurang lebih tiga jam dalam sehari. Jenis akun *anonymous* yang digunakan oleh ZI adalah *Cyber Account*.

Temuan Menarik:

1. Karakteristik informan homogen dilihat dari segi usia, pekerjaan, tingkat pendidikan akhir dan status pernikahan
2. Tidak ada jenis kelamin informan yang dominan. Keempat informan berjenis kelamin dua orang laki – laki dan dua orang perempuan.

**4.2. Hasil dan Pembahasan**

**4.2.1. Penggunaan Twitter untuk Pengungkapan Diri**

Twitter adalah sebuah situs *microblogging* yang berupa blog sederhana yang memfasilitasi penggunaanya untuk membagikan pesan singkat yang disebut

Tweet. Dalam media sosial Twitter, penggunanya diberikan kesempatan untuk saling bersosialisasi melalui fitur – fitur yang ditawarkan seperti Tweet untuk menulis dan mengunggah pesan, Direct Message untuk mengirim pesan secara personal kepada satu orang atau grup, Reply untuk membalas unggahan pesan Tweet milik orang lain atau diri sendiri, Retweet untuk mengunggah ulang pesan Tweet milik orang lain, Mention untuk menyebutkan orang lain dalam pesan Tweet yang ingin diunggah dan ragam fitur pendukung lainnya.

Berdasarkan dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa Twitter digunakan sebagai media utama berbasis internet yang memungkinkan penggunanya untuk berbagi informasi dengan bentuk tertentu kepada banyak orang. Selain itu Twitter juga membebaskan penggunanya untuk memilih identitasnya yang ingin ditampilkan untuk bermedia sosial. Hal ini tentunya dimanfaatkan oleh beberapa orang khususnya orang – orang yang ingin melindungi identitasnya untuk membuat akun *anonymous* atau anonim yang berarti sebuah akun pengguna yang tidak menampilkan identitas aslinya pada saat bermedia sosial.

#### **a. Alasan Penggunaan Twitter**

Dalam penjelasan Informan tentang pengalamannya menggunakan Twitter dengan akun *anonymous*-nya, keempat Informan mengaku bahwa alasannya menggunakan Twitter cenderung seragam. Informan 1 menjelaskan bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri karena preferensinya dalam memilih menggunakan teks. Begitu pula dengan Informan 2, ia juga senang untuk mengungkapkan diri melalui teks atau tulisan. Sedangkan Informan 3 menyatakan bahwa ia menggunakan Twitter karena merasa nyaman mengungkapkan diri dan tidak merasa takut untuk dihujat oleh orang lain. Informan 4 juga menjelaskan bahwa dirinya lebih memilih Twitter karena untuk mengungkapkan perasaannya dan mencurahkan isi hatinya. Berikut ini penjelasan alasan penggunaan Twitter dari Informan 1:

*“Hmm, karena aku kalau misalnya Instagram ya meskipun bisa post di close friends atau apa, tapi aku hmm kalo misalnya nge-rant atau nge-vent or talking about myself or anything itu tuh lebih mending ngomong langsung atau nggak lewat sosial media nggak mau ada gambarnya atau apa, nggak mau kayak lewat video atau ada muka akunya, lebih prefer langsung text aja dan lewat text pun aku kadang bisa lebih mikir*

*dulu juga kayak aku mau ngomong apa.” (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)*

Informan 1 menjelaskan alasannya menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri adalah karena merasa lebih nyaman mengungkapkan dirinya pada media yang berbasis teks dibandingkan dengan yang berbentuk visual atau bahkan yang menampilkan wajah aslinya. Menurutnya dengan mengungkapkannya menggunakan teks, Ia dapat memikirkan kembali hal yang ingin diungkapkannya sebelum mengunggahnya dalam bentuk Tweet. Sama halnya dengan Informan 2, berikut penjelasannya:

*“Pertama mungkin karena Twitter itu sifatnya lebih ke tulisan ya dibanding dengan visual. Aku sendiri lebih nyaman mencurahkan perasaan pake tulisan daripada media visual lainnya. Selanjutnya, di Twitter juga orang akan lebih tertarik dengan kontennya dibanding dengan identitas kita. Tidak seperti di Instagram, seperti di Influencer ya, mereka kan lebih dilihat siapa yang share atau konten visual aja ya dibanding apa yang ditulis di caption. Nah, kalau Twitter kebalikannya. Jadi aku lebih nyaman begitu” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Informan 2 juga merasa lebih nyaman saat mencurahkan perasaannya melalui tulisan atau unggahan Tweet di Twitter dibandingkan melalui media visual lainnya seperti gambar maupun video. Selain itu Ia menjelaskan bahwa di Twitter, orang – orang cenderung lebih tertarik dan fokus untuk membaca konten yang dibagikan orang lain dibandingkan terpaku kepada siapa yang mengunggahnya. Ia menyebutkan bahwa menurutnya Instagram merupakan salah satu media sosial yang membuat orang lain tertarik pada konten jika orang yang mengunggahnya adalah orang yang mereka ketahui. Informan 3 juga memberikan penjelasan sebagai berikut:

*“Kalau di Twitter tuh lebih nggak takut di-judge gitu. Nyaman aja gitu private, sama kayak ngomong ke diri sendiri. Dibandingkan kalo di Instagram tuh cenderung mikir – mikir “Upload gak ya?” gitu. Sedangkan kalau di Twitter ya semuanya langsung tulis aja yang dirasain gitu sih.” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)*

Informan 3 menjelaskan bahwa Ia memilih Twitter untuk mengungkapkan diri atas dasar kenyamanan dan perasaan jauh dari kekhawatiran akan dihujat oleh orang lain karena dianalogikan seperti berbicara dengan diri sendiri sehingga dapat dengan mudah mencurahkan isi hatinya melalui tulisan. Ia merasa bahwa jika

menggunakan platform media sosial lain seperti Instagram, Ia butuh untuk sering kali ragu dan berpikir ulang pada saat mengunggah kontennya.

*“Hahaha mungkin udah jelas ya karena Twitter aku itu anonymous dan mutuals-nya strangers semua yang aku juga gak kenal mereka aslinya siapa, jadi ya aku pede – pede aja kalau mau share sesuatu, gak bakal ada yang tau aku siapa juga kan.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan alasannya memilih untuk menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri adalah karena Ia merasa lebih percaya diri saat membagikan kontennya atau hal yang dirasakannya karena dengan akun *anonymous* tersebut, tidak akan ada orang yang mengetahui identitas aslinya begitupula dengan dirinya. Para informan juga memberikan penjelasan yang berbeda terkait tujuan utamanya menggunakan Twitter yang cenderung memiliki kesamaan. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Awalnya tuh bikin Twitter karena temen aku sih yang nyuruh “Ayo bikin Twitter lagi.” Gitu. Pertama sih bikin Twitter buat bantu likes – likes Tweet dia gitu. Tapi lama – lama enak juga sih buat ngeluapin perasaan, karena kau kalo nge-rant di twitter atau nge-vent gitu and so on, itu tuh bisa buat semacam memproses perasaan dan pikiran aku juga sendiri. Enak aja gitu untuk memproses pikiran dan perasaan misalnya lagi ngelewatin sesuatu jadi kayak, I put my thoughts in order, apa yang terjadi, how did it make me feel, what I wanna do with it atau kayak gimana hal itu bisa berpengaruh di hidup aku, gitu sih.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menyatakan bahwa awalnya Ia menggunakan Twitter bukan akibat keinginannya sendiri namun karena pengaruh dari orang lain yang kemudian mengarahkannya pada perasaan nyaman menggunakan Twitter untuk mengungkapkan perasaannya, kekesalannya hingga dapat memproses perasaan dan pikirannya secara berurutan sehingga Ia bisa mengetahui dan mengenali dengan jelas tentang perasaan dan pikirannya. Namun lain halnya dengan pendapat Informan 2, berikut ini penjelasannya:

*“Hmm, tujuan awalnya aku pake Twitter itu karena ramai akun RP, apa ya namanya, dia merole play public figure biasanya. Dan mereka bisa menjadi siapa aja gitu di Twitter. Aku sendiri nggak pake identitas public figure tapi aku anonymous aja gitu, nggak pake nama atau pake apa. Dan menurutku itu lebih nyaman aja karena nggak ada orang yang kenal kita, tapi kita tetep bisa didengarkan oleh orang gitu. Mutuals-ku tuh bisa tau aku lagi kenapa, aku lagi merasakan apa, tapi di satu sisi mereka nggak tau aku siapa gitu kan.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 mengatakan alasan pada awalnya dirinya menggunakan Twitter adalah karena ramainya bermunculan akun Role Play atau akun yang menampilkan



dirinya seolah menjadi orang lain atau persona lain yang ingin ditampilkan oleh pemilik akunnya. Ia menjelaskan bahwa dirinya merasa nyaman menggunakan akun *anonymous* saat mengungkapkan diri karena Ia tetap bisa mengutarakan perasaannya tanpa ada orang yang mengetahui identitas aslinya. Selain itu Informan 3 memiliki pandangan yang berbeda, berikut ini penjelasannya:

*“Ya, kalo aku sih buat curhat ya. Meluapkan perasaan sedih atau senang, ya enak aja langsung nulis jadi clear perasaannya, karena kalau disimpen aja suka berat sendiri dan kalo udah di-tweet langsung plong lega gitu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menjelaskan alasannya menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri utamanya adalah untuk meluapkan perasaan senang maupun sedihnya yang dapat membuat dirinya merasa lega karena tidak perlu untuk memendam perasaannya sendiri. Baginya, memendam perasaannya sendiri dapat membuatnya merasa berat dan tidak nyaman. Informan 4 juga memiliki pendapat yang kurang lebih sama dengan Informan 3, berikut ini uraiannya:

*“Kalo dari aku, selain buat curhat keluh kesah perasaan dan lain sebagainya, aku juga pake Twitter buat cari informasi sih. Soalnya karena Twitter based-nya text, cari info trending itu gampang banget dan cepet juga perputaran infonya. Ya, tapi sebenarnya lebih sering dipake buat curhat juga hahaha.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 juga mengaku bahwa alasannya menggunakan Twitter adalah untuk mencurahkan isi hatinya, perasaannya dan keluh kesahnya. Namun selain itu, Ia juga menggunakan Twitter untuk memperoleh informasi karena baginya Twitter adalah platform yang tepat untuk memperoleh informasi yang mudah dan cepat. Akan tetapi dirinya menyebutkan bahwa Ia lebih banyak menggunakan Twitter untuk mencurahkan hati.

#### **b. Durasi dan Frekuensi**

Durasi dan Frekuensi adalah ukuran seberapa sering dan seberapa lama para informan menghabiskan waktu untuk menggunakan Twitter dalam berkomunikasi atau mengungkapkan diri. Seluruh Informan menjelaskan bahwa mereka cukup sering dalam menggunakan Twitter. Informan 1 menyatakan bahwa ia menggunakan Twitter kurang lebih 4 jam dalam sehari dengan cara mengungkapkan hal – hal yang ada di pikirannya. Selain itu Informan 2



mengungkapkan bahwa ia menggunakan Twitter selama kurang lebih 5 jam dalam sehari jika diakumulasikan dengan menceritakan pengalamannya serta perasaannya. Sedangkan Informan 3 menggunakan Twitter selama 4 jam dalam sehari dan cenderung menceritakan semua yang dirasakannya termasuk ungkapan bahagia dan sedih. Pada Informan 4, ia termasuk yang menghabiskan waktu paling sedikit saat menggunakan Twitter yakni 3 jam dalam sehari. Berikut ini adalah penjelasan dari para informan:

*“Sebenarnya, lumayan sering sih. Mungkin setiap hari kalau bisa dibilang, sekali lah. Dan itu biasanya bisa multiple juga in one day, kalau lagi stress banget atau lagi ada sesuatu yang emang mengkhawatirkan itu pasti bakal nge-rant banyak. Sebenarnya lebih sering bolak – balik sih, tapi kalo diitung totalnya tuh sehari sekitar 4 jam kali yaa.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa ia terbilang sering menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri. Jika merasa sedang stress, ia akan sering mengungkapkan melalui Tweet. Adapun Informan 1 menjelaskan bahwa ia menggunakan Twitter kurang lebih 4 jam dalam sehari namun jumlah tersebut adalah hitungan akumulasi, tidak konstan atau non-stop menggunakan selama 4 jam. Selain itu, Informan 2 menjelaskan Durasi dan Frekuensinya dengan sebagai berikut:

*“Untuk akun anonymous itu cukup sering yaa. Mungkin setiap hari akan ada hal yang aku ceritain. Misalnya kalo aku lagi mengalami bad day atau ada konflik dengan keluarga atau teman yang aku ragu untuk share di akun pertama. Sedangkan kalau di akun aku yang pertama, aku lebih menekankan bagaimana aktivitasku yang bisa diterima oleh banyak orang lah misalnya update tentang kerjaan aja dibanding dengan “Bagaimana sih perasaan hatiku saat itu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menyatakan ia juga seringkali menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri ketika ada hal yang ingin ia ungkapkan atau ceritakan. Seperti pada saat merasa sedang mengalami hari yang buruk ataupun sedang bermasalah dengan orang – orang terdekatnya yang tidak mungkin diungkapkannya di akunnya yang beridentitas. Ia menjelaskan bahwa pada akunnya (yang beridentitas asli), Informan 2 cenderung lebih membagikan konten atau ungkapan hal terkait aktivitas sehari – harinya, bukan tentang perasaan hatinya.

*“Hmm, kayaknya sekitar lima jam sehari ya. Tapi sering bolak – balik gitu. Setiap buka Twitter 15 – 20 menit gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Selain itu dalam akumulasi waktu, Informan 2 mengatakan bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri kurang lebih sekitar 5 jam dalam sehari. Namun jumlah waktu tersebut tidak berjalan secara konstan atau non stop, melainkan akumulasi dari gabungan total waktunya yang sekitar 15 – 20 menit dalam sekali membuka aplikasi Twitter. Sedangkan penjelasan Durasi dan Frekuensi pada Informan 3 adalah sebagai berikut:

*“Iya, sangat sering. Hmm, biasanya kalau lagi random atau lagi seneng atau bahkan sedih, tiap jam, tiap waktu ya langsung buka Twitter dan di-Tweet aja langsung ya. Walaupun hal – halnya nggak penting tapi ya dikeluarin aja semuanya.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menyatakan dirinya termasuk sangat sering dalam menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri. Baginya, seluruh hal dapat ia ungkapkan melalui Twitter seperti hal yang menyenangkan atau menyedihkan sehingga hampir setiap waktu Informan 3 membuka aplikasi Twitter dan mengungkapkannya melalui Tweet.

*“Kalau pake Twitter dalam sehari, lebih dari empat jam kayaknya ya. Lebih sering bolak – balik, kalau ditotal sekitar segitu yaa.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Selain itu, secara akumulasi Informan 3 mengatakan bahwa ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri kurang lebih selama 4 jam dalam sehari. Namun jumlah 5 jam tersebut adalah hasil akumulasi dari gabungan waktu yang ia gunakan untuk mengungkapkan diri di Twitter. Sedangkan Informan 4 menjelaskan Durasi dan Frekuensi dengan sebagai berikut:

*“Hmm, bisa dibilang sering kayaknya ya. Kalo dihitung pake total jumlah Tweet, 5 dari 10 Tweet tuh aku isinya curhat. Ya cerita aja apa yang lagi aku rasain spontan aja.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menyatakan bahwa ia terbilang sering dalam menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri. Menurutnya, dalam sehari ia menggunakan Twitter sekitar 5 dari 10 Tweet unggahannya adalah bentuk ungkapan dirinya. Ia menceritakan hal – hal yang dirasakannya secara spontan di Twitter.

*“Aku sih karena kerja juga ya jadi gak bisa lama – lama banget, mungkin tiga jam sehari itu udah total ya. Seringnya aku buka kalo lagi pengen nge-tweet atau mau nyari kabar berita trending.” (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)*

Selain itu, secara akumulasi Informan 4 menjelaskan bahwa dalam sehari ia bisa mengungkapkan diri kurang lebih selama 3 jam. Menurutnya, waktu tersebut terbilang tidak lama karena ia juga memiliki tanggung jawab untuk bekerja dalam kegiatan sehari – harinya. Informan 4 mengaku bahwa ia akan menggunakan Twitter pada saat ingin mengungkapkan diri dan mencari informasi atau kabar berita.

### c. **Fitur**

Fitur adalah sebuah bagian dari Twitter yang mendukung pengalaman penggunanya dalam menggunakan Twitter. Informan 1 mengatakan bahwa dirinya menggunakan fitur Twitter berupa unggahan Foto. Sedangkan Informan 2 menjelaskan bahwa ia lebih memanfaatkan fitur Mention dan Space pada saat menggunakan Twitter. Selain itu Informan 3 juga turut menggunakan unggahan Foto untuk mendukung percakapannya. Sedangkan pada Informan 4, ia turut menggunakan fitur unggahan Foto untuk membuat pesannya lebih hidup. Berikut ini adalah penjelasan dari para informan:

*“Hmm, nggak sih nggak pake hashtag, tapi kalo foto paling yang kayak meme – meme gitu tapi bukan yang foto orang atau apa.” (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)*

Informan 1 menjelaskan bahwa ia turut menggunakan fitur pada saat berkomunikasi atau mengungkapkan diri di Twitter. Informan 1 mengatakan bahwa ia seringkali memanfaatkan fitur unggahan foto untuk menyisipkan foto lucu pada Tweetnya saat berkomunikasi atau mengungkapkan diri.

*“Untuk Twitter paling sering paling mention teman atau ada fitur yang bisa untuk mendengarkan siaran itu ya.” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Informan 2 juga turut menggunakan fitur yang disediakan Twitter pada saat berkomunikasi atau mengungkapkan diri. Ia sering memanfaatkan fitur Mention untuk menyebutkan temannya pada Tweetnya dan fitur Space untuk mendengarkan siaran suara atau sinar di Twitter.

“Iya pernah. Ya kalau gambar saya suka pake sih atau mention temen juga kalau lagi ngobrol. Paling gambar meme lucu – lucu biar Tweetnya lebih hidup kali yaa.” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 mengatakan dirinya pernah menggunakan fitur dalam Twitter pada saat berkomunikasi atau mengungkapkan diri. Informan 3 menjelaskan bahwa ia memanfaatkan fitur Mention pada saat berkomunikasi dengan temannya untuk membagikan pesan serta menggunakan fitur unggahan Foto untuk menyisipkan *meme* lucu yang dapat mendukung percakapannya.

“Sering sih. Pake foto kayaknya paling sering itu gif atau meme gitu biar Tweet atau reply-annya makin seru lah.” (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa ia juga turut memanfaatkan fitur yang disediakan oleh Twitter untuk mendukung percakapannya atau pengungkapan dirinya. Fitur yang ia gunakan adalah unggahan Foto untuk menyisipkan *GIF* atau *Meme*. Menurutnya dengan menyisipkan *GIF* dan *Meme* tersebut dapat membangkitkan interaksi pesan dan membuatnya lebih seru.

Tabel 4.3 Penggunaan Twitter untuk Pengungkapan Diri

Deskripsi	Informan 1 (Nisa Amalia)	Informan 2 (Nada Salsabila)	Informan 3 (MK)	Informan 4 (ZI)
<b>Alasan Penggunaan Twitter</b>	Preferensi lebih nyaman mengungkapkan diri melalui teks	Preferensi lebih nyaman mengungkapkan diri melalui teks	Perasaan nyaman pada saat mengungkapkan diri menggunakan akun anonim	Perasaan nyaman pada saat mengungkapkan diri menggunakan akun anonim
<b>Durasi dan Frekuensi</b>	4 jam dalam sehari	5 jam dalam sehari	4 jam dalam sehari	3 jam dalam sehari
<b>Fitur</b>	Unggahan Foto	Mention dan Space	Mention dan Unggahan Foto	Unggahan Foto

Sumber: Olahan Peneliti

Temuan Menarik:

1. Para informan Gen Z seluruhnya aktif menggunakan Twitter setiap hari dengan durasi 3 – 5 jam dalam sehari.
2. Para informan Gen Z memanfaatkan akun anonimnya di Twitter untuk mengungkapkan diri.
3. Unggahan Foto dan Mention merupakan fitur yang paling banyak digunakan oleh para informan Gen Z.

#### **4.2.2. Pengalaman dan Ungkapan Mental Illness**

Dalam hal ini, *Mental Illness* atau Gangguan Jiwa yang dimaksud adalah sebuah kondisi yang menyimpang akibat gangguan emosi berupa perilaku yang tidak wajar dilakukan oleh seseorang. Gangguan emosi tersebut bisa berupa perubahan perubahan pola pikir, perilaku bahkan hingga menimbulkan kelainan fungsi otak maupun fisik pada seseorang. Tanda penurunan fungsi kejiwaan yang umumnya dialami oleh seseorang dapat dikenali dengan gangguan emosi, proses kognitif, perilaku dan persepsi (bagaimana panca indera merespon sebuah hal).

Adapun indikator yang akan digunakan untuk mengukur gangguan mental pada informan adalah melalui tanda dan gejala serta jenis gangguan jiwa. Pada indikator tanda dan gejala hanya akan menggunakan gangguan emosi, gangguan pikiran, gangguan psikomotor, gangguan asosiasi dan gangguan ingatan saja. Selain itu penelitian ini juga hanya akan mengukur jenis gangguan jiwa Depresi. Kategori tanda dan gejala serta jenis gangguan jiwa tersebut didapatkan berdasarkan dari unggahan Tweet yang dituliskan oleh para informan penelitian.

##### **a. *Self Diagnosed***

*Self diagnosed* adalah kondisi saat seorang individu menganggap dan mengaku dirinya mengalami gangguan mental tanpa bukti keterangan medis. Fenomena *self-diagnosed* ini diawali dengan banyaknya kampanye yang menyuarakan pentingnya kesehatan mental di kalangan Gen Z. Namun alih – alih meningkatkan kesadaran, terkadang ada pula orang – orang yang termasuk Gen Z malah mendiagnosa sendiri dirinya setelah mengetahui tanda dan gejala dari gangguan mental. Seluruh informan pada penelitian ini menjelaskan bahwa mereka

dapat dikatakan sebagai pengidap depresi yang didiagnosis oleh dirinya sendiri atau *self diagnosed*. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“I have a feeling, iya mungkin? Kadang aku merasa kayak beberapa hal yang aku rasain kayak kalo lagi sedih lama banget, beban kuliah yang bikin burn out, itu mengarah ke aku banget sih. Tapi ya kadang aku ngerasa dikit sih, suka cocoklogi sama yang ada di internet juga hahaha.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Selain itu, Informan 1 juga menuliskan Tweet yang mengarahkan pada bentuk Depresi, sebagai berikut:

*“ngerokok ngevape ngerokok ngevape to speed up my death”* (Nisa Amalia, Tweet Informan, 2 Januari 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa dirinya merasakan gejala – gejala yang mengarah pada depresi mulai dari perasaan sedih berkepanjangan dan *burn out*. Ia meyakini tanda dan gejala yang dialaminya sama dengan ciri yang Ia baca di internet yaitu bacaan terkait kesehatan mental. Namun Ia juga mengaku bahwa belum pernah berkonsultasi secara langsung ke psikolog ataupun psikiater. Namun selain itu kutipan yang diambil dari unggahan Tweet informan dapat dikatakan sebagai indikasi Depresi dilihat dari kalimat yang digunakan informan yang mengarahkan dirinya pada kematian. Namun hal tersebut tidak terbukti secara medis. Begitupula dengan Informan 2 dengan penjelasan sebagai berikut:

*“Kadang aku mikir aku depresi gitu sih. Ketika aku lagi apa Namanya, ngerjain suatu kerjaan magang gitu kan. Karena aku ngerjain dua kerjaan sekaligus, kadang nggak bisa kerjain dua – duanya dan kepikiran mungkin aku depresi gitu kan. Ketika aku lagi berantem sama temen dan justru mengurung diri di kamar. Tapi sampe sekarang aku belum periksa ke tenaga medis sih, cuma kecurigaan aku aja. Sejauh ini juga belum mengkhawatirkan sih. Karena mutualsku di akun anonim itu banyak yang ngeshare tentang cerita mereka yang sedih berkepanjangan dan mereka juga sering mengasosiasikan itu sebagai bagian dari depresi, jadi aku ikut nyambung – nyambungin gitu. Ya walau belum diresmikan oleh psikolog dan psikiater, tapi kadang kepikiran aja, jangan – jangan aku juga punya masalah mental gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Selain itu, Informan 2 juga menuliskan Tweet yang mengarahkan pada bentuk Depresi, sebagai berikut:

*“emang kms (kill my self) is the only option karena sejauh ini akum akin apes, ga ada yg positif atau bikin happy.”* (Nada Salsabila, Tweet Informan, 14 Februari 2022)

Informan 2 juga merasakan hal yang sama yaitu tanda dan gejala depresi karena sempat mengurung diri dan merasa keberatan saat menjalankan dua pekerjaan sekaligus namun Ia juga mengakui bahwa ciri tersebut belum mengkhawatirkan sehingga Ia belum pernah memeriksa kondisinya ke tenaga medis. Ia juga menjelaskan bahwa beberapa dari temannya di Twitter sering kali membagikan cerita gejala depresinya dan mengasosiasikan bahwa cerita tersebut adalah benar dipengaruhi oleh depresi yang mirip juga seperti apa yang dialaminya. Informan 3 memberikan penjelasan sebagai berikut:

*“Lately sempet kepikiran sampe ke situ sih. Ngerasa pusing karena lagi sedih banget. Suka baca juga tentang kesehatan mental di banyak media online atau dari likes temen – temen di Twitter, banyak yang jelasin tentang ciri orang depresi gitu. Kepikiran sih kadang, merasa kayaknya saya juga agak termasuk ya kalau dari gejala – gejalanya, kena mental lah istilahnya ya hahaha. Tandanya sih relate banget ke saya makanya kadang suka ge er merasa depresi tapi belum ada pernyataan resmi dari psikiater gitu lah.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

• Selain itu, Informan 3 juga menuliskan Tweet yang mengarahkan pada bentuk Depresi, sebagai berikut:

*“i have to say this, if u guys find me die or something bad happend. just pray, remember me, and sorry for all the bad things i do. 🙏.”* (MK, Tweet Informan, 1 Februari 2022)

Informan 3 juga mengakui bahwa dirinya pernah menderita sakit fisik saat merasakan sedih yang membuatnya berpikir bahwa dirinya mengidap depresi berdasarkan dari tulisan yang dibacanya di media *online* dan dari Retweet orang – orang terdekatnya. Namun Ia pun mengakui bahwa hal tersebut hanya dugaan semata dan bukan berasal dari diagnosis psikiater. Selain itu, Informan 4 juga memberikan penjelasan sebagai berikut:

*“Hmm, mungkin dulu sempet merasakan ya, waktu di masa sedih berminggu – minggu yang tadi aku certain itu. Karena kalo diinget – inget lagi, hampir semua symptoms tuh aku rasain gitu kalo dari yang aku baca – baca di artikel berita gitu. Untuk saat ini, aku sih kadang – kadang aja merasanya begitu, balik lagi, karena baca artikel berita itu jadi suka cocok – cocokin sama kondisi aku sekarang, lagi ngerasa apa, bener nggak ya depresi dan lain sebagainya. Hahaha iya begitulah kurang lebih istilahnya (self-diagnosed).”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Selain itu, Informan 4 juga menuliskan Tweet yang mengarahkan pada bentuk Depresi, sebagai berikut:



*“lonely and feel depressed by all this sh\*t that’s just keep coming to my life”* (ZI, Tweet Informan, 14 Februari 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa dirinya sempat merasakan tanda dan gejala dari depresi berdasarkan dari bacaannya di artikel berita. Ia mengaku sering mencocokkan kondisinya dengan tanda dan gejala depresi yang tertulis di artikel berita internet tersebut. Menurutnya Ia juga meyakini bahwa dirinya melakukan self-diagnosed atau diagnosis pribadi yang didasarkan hanya dari bacaan di internet.

#### **b. Gangguan Pikiran**

Gangguan pikiran adalah sebuah tanda dan gejala dari gangguan jiwa yang merupakan bentuk kelainan yang dirasakan oleh individu dalam mengkategorikan hal di pikirannya. Dalam hal ini keempat informan menjelaskan bahwa mereka sama – sama merasakan gangguan tersebut pada waktu – waktu tertentu. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Iya, hmm. Bukan pernah sih tapi beberapa kali, hampir sering sih kalau bisa dibilang. Apalagi kalau misalnya dalam konteks pendidikan ya mungkin, misalnya aku lagi belajar, kayak waktu itu semester pertama ya, kalo di jurusan aku kan baca buku mulu yaa. Kadang tuh susah banget buat nyernanya, padahal aku tau buku ini ngomongin apa tapi tuh nggak masuk ke otak. Kayak, I felt like I just reading words tapi nggak paham sama sekali, Cuma baca doang kayak “Ini apaan ya?” jadi harus berulang kali baca, coba buat nyerna. Pernah juga kalo itu. Tapi biasanya lebih ke nggak fully concentrating kalo orang lagi ngomong. Misal lagi diminta tolong A, B, C dll jadi kayak “Eh tunggu, takutnya jadi kecampur2 semua.” bingung gitu.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Selain itu, Informan 1 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Pikiran, sebagai berikut:

*“I was having a decent day then I started thinking, and it was awful just like my whole life.”* (Nisa Amalia, Tweet Informan, 7 Januari 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa ia pernah beberapa kali mengalami kesulitan untuk mencerna sebuah hal terutama pada segi pendidikan. Menurut pengalamannya, Informan 1 beberapa kali sering merasa kesulitan untuk belajar dikarenakan banyaknya buku kuliah yang harus ia pelajari. Informan 1 menceritakan bahwa terkadang ia merasa bahwa selama mempelajari buku tersebut, ia hanya seperti membaca tulisan saja namun tidak memahami maksud dari tulisan

yang ia baca di buku kuliahnya. Adapun pengalamannya terkait dengan gangguan fokus yakni ia pernah merasa tidak fokus pada suatu hal jika sedang diminta tolong oleh orang lain untuk mengerjakan sesuatu. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Iya sebenarnya itu salah satu kesulitan aku juga ya tiap hari, aku belakangan agak sulit berkonsentrasi setelah lulus kuliah terutama. Lebih ngerasa multitasking itu lebih baik gitu kadang.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Selain itu, Informan 2 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Pikiran, sebagai berikut:

*“I was having a decent day then I started thinking, and it was awful just like my college life.”* (Nada Salsabila, Tweet Informan, 7 Januari 2022)

Informan 2 mengaku bahwa dirinya juga pernah merasakan kesulitan untuk mengingat dan mengenali terutama semenjak ia lulus dari perguruan tinggi. Ia merasa bahwa *multitasking* adalah hal yang sebaiknya ia lakukan agar pekerjaannya bisa selesai dalam waktu yang bersamaan. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Pernah sih kalau pelupa agak lumayan sering. Kalau mencerna omongan orang juga suka agak bingung hahaha. Agak susah juga merangkai kalimat buat ngomong itu pernah juga.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Selain itu, Informan 3 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Pikiran, sebagai berikut:

*“I was having a decent day then I started thinking, and it was awful just like my whole life.”* (MK, Tweet Informan, 7 Januari 2022)

Informan 3 menyatakan bahwa ia merasa sering pelupa. Bahkan menurutnya, ia juga terkadang seringkali mengalami kesulitan untuk mencerna percakapan orang lain hingga kesulitan merangkai kalimat untuk berbicara dengan orang lain. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Pernah kayaknya ya tapi nggak sering juga sih. Paling sih yang kerasa banget kalau fisik udah capek kadang suka susah ngerjain sesuatu karena nge-blank gitu.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Selain itu, Informan 4 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Pikiran, sebagai berikut:

*“I was having a decent day then I started thinking, and it was awful just like my whole life.”* (ZI, Tweet Informan, 9 Februari 2022)

Informan 4 mengatakan bahwa ia juga pernah mengalami kesulitan untuk mencerna sesuatu terlebih pada saat ia mengalami kelelahan secara fisik. Menurutnya, kelelahan tersebut membuat dirinya sulit untuk memfokuskan diri.

### c. Gangguan Perhatian

Gangguan perhatian adalah sebuah tanda dan gejala dari gangguan jiwa yang merupakan gangguan pada proses kognitif yang dipicu oleh rangsangan untuk memusatkan pikirannya pada sebuah hal tertentu. Dalam hal ini keempat informan menjelaskan bahwa mereka sama – sama merasakan gangguan tersebut di saat waktu – waktu tertentu. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Kalau aku sering banget (kurang fokus). Apalagi kalau akhir – akhir ini sering ngerasain burn out kan, burn out parah, apalagi habis magang langsung skripsi gitu. Itu kayak, nggak ada energi buat ngelakuin banyak hal gitu sih.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjawab bahwa ia sering kali merasa kurang fokus beberapa waktu kebelakang dikarenakan oleh beban tugasnya sebagai mahasiswa. Ia merasa bahwa kegiatannya selama kuliah membawanya pada kelelahan dan ia mengaku bahwa tidak memiliki energi yang cukup untuk melakukan banyak hal di satu waktu.

*“Biasanya kalau lagi ngerjain suatu hal gitu karena aku sekarang lagi magang di dua tempat secara barengan. Jadi agak sulit untuk berkonsentrasi pada satu magang aja gitu, karena aku mikirnya kerjaanku banyak jadi kalau bisa diselesain dua duanya sekaligus kenapa tidak. Tapi ternyata malah bikin aku kesulitan konsentrasi.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 juga menyatakan bahwa dirinya juga pernah merasakan gangguan konsentrasi. Menurutnya, tanggung jawab kerjanya yang mengerjakan dua pekerjaan magang secara bersamaan membuatnya kesulitan untuk berkonsentrasi. Selain itu ia juga merasa bahwa beberapa hal bisa untuk

diselesaikan secara bersamaan namun malah mengarahkannya pada kesulitan berkonsentrasi.

*“Oh pernah juga. Jadi kalau misalnya lagi kerja ya terutama suka ada aja yang kurang gara – gara kurang konsen waktu di-brief gitu sih. Nggak yang parah banget gitu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menjelaskan bahwa ia merasa bahwa pernah mengalami kesulitan bekerja dikarenakan kurang fokus dalam memahami tugasnya. Namun menurutnya, ia tidak merasa hal tersebut adalah sebuah masalah besar baginya.

*“Oh, kalo itu pernah banget. Mirip – mirip sama tiba – tiba nge-blank ya. Kalau lagi jam – jam makan siang terus belum istirahat dan masih lanjut kerja tuh apalagi, jadi susah fokus dan bingung.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjawab bahwa ia pernah merasa kesulitan untuk mencerna suatu hal seperti tiba – tiba tidak dapat berpikir. Menurut penjelasannya, ia seringkali merasakan hal tersebut di waktu - waktu tertentu saja seperti pada waktu makan siang namun ia belum kunjung beristirahat dari pekerjaannya.

#### **d. Gangguan Asosiasi**

Gangguan asosiasi adalah sebuah tanda dan gejala dari gangguan jiwa yang merupakan sebuah gangguan dalam proses mengingat serta menggabungkan konsep – konsep di pikirannya terkait kesan dan perasaannya. Dalam hal ini tidak semua informan mengalami gangguan asosiasi. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Iya lumayan susah sih. Tapi tentang nginget dan membedakan peristiwa tuh aku ngerasa ada faktor juga dari kejadian – kejadian di masa lalu yang cukup mengubah pemikiran aku, jadi mempengaruhi aku hampir 180 derajat deh. Jadinya itu juga jadi berpengaruh ke memori aku sih, kemampuan aku untuk nginget kadang suka blur gitu “Oh pernah kejadian ya?” gitu deh kurang lebih.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjawab bahwa ia terbilang sulit untuk mengingat serta membedakan hal dan peristiwa dikarenakan faktor dari masa lalunya yang dapat dibidang mengubah drastis pemikirannya. Menurutnya, faktor dari masa lalunya juga memengaruhi kemampuannya untuk mengingat sebuah hal. Ia seringkali

merasa tidak yakin akan sesuatu karena kemampuan mengingatnya yang kurang baik.

*“Sejauh ini belum pernah sih, masih clear semuanya. Ingatanku masih aman clear aja gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menjelaskan bahwa ia tidak memiliki gangguan ingatan dan mengaku kemampuan mengingatnya masihlah baik. Ia belum pernah merasakan gangguan ingatan pada dirinya.

*“Hmm, kalau mengingat iya. Aku pelupa sih, bahkan pernah lupa nggak kunci pintu kostan karena udah nggak fokus keburu – buru telat ke kantor dan malah ngerepotin diri sendiri harus balik lagi ke kost cuma buat ngunci pintu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menjawab bahwa ia memiliki gangguan untuk mengingat dan menyebutkan dirinya sendiri sebagai orang yang pelupa. Salah satu kejadiannya adalah pada saat ia kurang fokus dan sedang terbutu – buru hingga ia lupa untuk mengunci pintu kamar kostnya. Menurutnya hal tersebut amat menyulitkannya di saat – saat tertentu.

*“Hmm, kalau kesulitan mengingat iya sih. Aku dari dulu memang agak pelupa apalagi sama nama orang gitu ya. Aku bisa aja baru kenalan trus lupa lagi namanya siapa hahaha. Biasanya harus ada hal yang men-trigger gitu, kayak pernah ketemu di mana, pake outfit apa pas ketemu, gitu deh.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menceritakan bahwa dirinya termasuk orang yang memiliki gangguan ingatan sejak lama terlebih jika mengingat nama seseorang. Ia mengaku bahwa bisa saja ia merasa lupa dengan nama orang yang baru berkenalan dengannya. Menurutnya, harus ada hal yang memicu dirinya untuk mengingat seperti detail peristiwa tempat bertemu dan lain sebagainya.

#### **e. Gangguan Psikomotor**

Gangguan psikomotor adalah sebuah tanda dan gejala dari gangguan jiwa yang merupakan gangguan yang dialami oleh fisik akibat kelainan jiwa. Dalam hal ini keempat informan menjelaskan bahwa mereka sama – sama merasakan gangguan tersebut di waktu tertentu. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Hmm, stress iya sih. Paling sering cuma pusing kali ya, kalo lagi burn out banget – banget. Atau biasanya suka lupa makan kalo lagi banyak kerjaan, forgetting my basic human needs, jadi kan bisa ngarah ke pusing sakit kepala gitu yaa.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Selain itu, Informan 1 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Psikomotor, sebagai berikut:

*“Mual habis makan, efek asam lambung atau stress ya hahaha”* (Nisa Amalia, Unggahan Tweet Informan, 4 Maret 2022)

Informan 1 menceritakan bahwa ia sering merasa pusing saat stress atau *burn out* karena pekerjaannya. Selain itu jika saat merasa sedang stress, ia juga sering lupa untuk makan yang kemudian mengarahkannya pada sakit fisik yang lain akibat terlambat makan yakni pusing dan sakit kepala. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Iya kalau lagi stress pusing banget sampe nggak bisa tidur. Jadi agak ganggu aktivitas di keesokan harinya.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Selain itu, Informan 2 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Psikomotor, sebagai berikut:

*“ya ampun sehari ngerjain 5 deck trs besoknya harus present, takut stress semalaman..”* (Nada Salsabila, Unggahan Tweet Informan, 13 Februari 2022)

Informan 2 menceritakan bahwa ia mengalami kesulitan tidur jika sedang merasa stress. Menurut penjelasannya, tersebut juga dapat dibilang bisa mengganggu aktivitasnya di keesokan harinya karena ia kekurangan waktu istirahat akibat kesulitan untuk tidur. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Pernah sih, kalau saya lebih ke mual kalo lagi nervous. Pusing juga walaupun jarang kalau lagi banyak pikiran aja baru merasa pusing sampe sakit kepala, susah tidur juga sih terkadang.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Selain itu, Informan 3 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Psikomotor, sebagai berikut:

*“stress bgt kalo tiap hari kerja dibawah tekanan mulu, i cant even sleep well.”* (MK, Unggahan Tweet Informan, 1 Maret 2022)

Informan 3 menyebutkan bahwa ia pernah merasa mual jika sedang gelisah dalam suatu hal. Selain itu ia juga pernah merasa pusing atau sakit kepala jika sedang memiliki banyak pikiran yang mengkhawatirkannya. Bahkan terkadang ia juga merasa kesulitan untuk tidur. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Pernah paling pusing kepala aja ya, itu juga kalo udah stress banget dan gak ketemu jalan keluar kalo lagi ada masalah gitu. Sakit lainnya belum pernah sih.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Selain itu, Informan 4 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Psikomotor, sebagai berikut:

*“pusing kerja, pusing kepala, sampe kapan coba ya????”* (ZI, Unggahan Tweet Informan, 28 Februari 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa ia juga seringkali merasa pusing kepala jika sedang stress karena permasalahan yang belum ada solusinya. Menurut penjelasannya, ia hanya merasa pusing kepala saja jika merasa stress namun tidak dengan sakit fisik lainnya.

#### **f. Gangguan Emosi**

Gangguan emosi adalah sebuah tanda dan gejala dari gangguan jiwa yang merupakan perubahan kestabilan emosi pada seseorang yang menyebabkan penyimpangan perilaku. Dalam hal ini keempat informan menjelaskan bahwa mereka sama – sama merasakan gangguan tersebut di waktu tertentu. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Lumayan sih. Kalau bisa dibilang aku agak nggak inget kalo persisnya kapan. Tapi semenjak SMA sih jadi lumayan sering sedih – sedih yaa.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Selain itu, Informan 1 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Emosi, sebagai berikut:

*“sedih bgt cm gara2 liat kaos Uniqlo mirip banget sm yang dipake myex hhhh.”* (Nisa Amalia, Unggahan Tweet Informan, 1 Maret 2022)



Informan 1 menjelaskan bahwa ia pernah dan terbilang lumayan sering merasakan gangguan emosi berupa sedih yang berkepanjangan namun tidak ingat persis kapan peristiwa tersebut terjadi. Selain itu menurut pengalamannya, ia merasa bahwa telah terbiasa memiliki perasaan sedih yang berkepanjangan bahkan sejak masa SMANYa. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Hmm, mungkin, sedihku paling cuma satu dua minggu ya. Tapi menurutku itu sangat berkepanjangan ya. Apalagi kalau lagi konflik sama orang lain itu sedihnya pasti panjang dan lama.”*(Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Selain itu, Informan 2 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Emosi, sebagai berikut:

*“pengen nangis trs bawaannya kl berangkat ngantor tuh..”*(Nada Salsabila, Unggahan Tweet Informan, 13 Maret 2022)

Informan 2 menjawab bahwa dirinya pernah mengalami sedih yang berkepanjangan bahkan sampai satu atau dua minggu. Ia menjelaskan bahwa perasaan tersebut muncul di kala sedang dalam masalah atau konflik yang melibatkan orang lain. Menurutnya, satu sampai dua minggu tersebut termasuk jangka waktu yang lama untuk merasakan sedih. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Hmm, pernah sekali dua kali ya. Lebih sering mendadak merasa sedih gitu padahal nggak ada hal yang lagi dilewati. Kalau lagi nginget sesuatu suka bikin sedih atau sampe nangis bahkan gitu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Selain itu, Informan 3 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Emosi, sebagai berikut:

*“i cant stay no more, gak tau harus sesabar apalagi gua pengen nangis, pengen ngilang or even d\*e.”*(MK, Unggahan Tweet Informan, 18 Februari 2022)

Informan 3 menyatakan bahwa dirinya pernah beberapa kali merasakan sedih yang berkepanjangan walaupun sedang tidak ada hal berat yang dilewatinya. Menurut pengakuannya, jika sedang berusaha mengingat sesuatu ia akan merasa sedih bahkan hingga menyebabkan respon menangis. Bahkan Informan 3 juga

mengaku bahwa dirinya seringkali merasa sedih secara tiba – tiba walaupun tidak ada penyebabnya. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Pernah juga itu. Jujur lupa persisnya kapan. Tapi yang aku inget sih sedihnya sampe dua minggu ngurung diri gak pengen makan dan lain – lain. Sampe akhirnya dipaksa temen untuk ke luar rumah ketemu temen yang lain juga, baru agak mendingan. Walaupun prosesnya gak langsung berubah jadi mendingan gitu.” (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)*

Selain itu, Informan 4 juga menuliskan Tweet yang mengarah pada Gangguan Emosi, sebagai berikut:

*“sorry banget mau ngeluh lagi, kerjaan tiap hari selalu di kasih klien yang berbeda. gua gapapa sih, tapi masalahnya 1 klien aja gua belum nguasain betul:’) bener' tiap bangun tidur gua yang kayak "☹️" takut buat mulai hari. but yea, must go on” (ZI, Unggahan Tweet Informan, 4 Maret 2022)*

Informan 4 menjawab bahwasannya ia pernah merasakan sedih yang berkepanjangan. Menurut pengakuannya, ia tidak ingat persisnya kejadian sedih berkepanjangan tersebut. Kesedihan yang dilaluinya tersebut bahkan menyebabkannya mengurung diri hingga kehilangan selera untuk makan. Akan tetapi berkat bantuan dari temannya, ia berhasil untuk perlahan terlepas dan larut pada kesedihan tersebut.

Berdasarkan dari penjelasan jawaban para informan, dapat disimpulkan bahwa beberapa dari keempat informan pernah mengalami tanda dan gejala gangguan jiwa berupa gangguan pikiran, gangguan perhatian, gangguan asosiasi, gangguan psikomotor dan gangguan emosi (American Psychiatric Association, 2013). Mayoritas informan mengaku bahwa mereka pernah mengalami gangguan tersebut pada waktu – waktu tertentu terutama jika sedang merasa stress atau memiliki banyak beban pikiran.

Tweet yang diunggah para informan juga menunjukkan indikasi adanya tanda dari gangguan mental. Beragam ungkapan kesedihan, beban pikiran dan lain sebagainya diungkapkan oleh para informan melalui Tweetnya. Namun ungkapan tersebut tidak bisa begitu saja dijadikan dasar bagi informan ataupun peneliti untuk menyimpulkan bahwa para informan benar mengalami gangguan mental kategori Depresi.

Selain itu untuk penjelasan terkait jenis gangguan jiwa yaitu depresi, keempat informan juga mengaku merasa bahwa pernah mengalami depresi. Namun tidak satupun informan yang bisa menyatakan dengan jelas bahwa dirinya dinyatakan depresi menurut keterangan medis. Selain itu bentuk ungkapan yang diunggahnya pada Twitter juga menunjukkan bahwa adanya ungkapan Depresi yang mungkin dirasakannya. Namun hal tersebut justru belum terbukti secara medis melalui keterangan ahli seperti psikolog maupun psikiater. Sehingga hal tersebut dapat dikatakan bahwa seluruh informan menyimpulkan penyakit depresinya sendiri dan termasuk pada kategori *self-diagnosed* (Bethune, 2019).

Pemaparan jawaban mayoritas informan menunjukkan bahwasannya para Gen Z benar adanya memiliki kondisi kesehatan mental yang terbilang tidak stabil jika dibandingkan dengan generasi – generasi sebelumnya. Selain dari pada itu, hadirnya keragaman literasi terkait kesehatan mental di media – media online menjadi sebuah tanda bahwa saat ini topik tentang kesehatan mental sedang banyak dibicarakan. Sisi positifnya dari hal tersebut adalah meningkatnya kesadaran masyarakat pada isu kesehatan mental. Namun pada beberapa informan Gen Z di penelitian ini, hal tersebut justru malah membuat mereka melabeli dirinya sendiri pengidap depresi atau jenis gangguan mental lainnya hanya berdasarkan dari bacaan di internet, bukan dari keterangan ahli medis.

Dapat disimpulkan bahwa informan yang termasuk pada kategori umur Gen Z ini memvalidasi dirinya sendiri sebagai pengidap gangguan jiwa menurut ciri – ciri yang tertulis di media atau bacaan internet lainnya yang kemudian dikaitkan sendiri dengan kondisinya atau hal yang dirasakannya. Sehingga terbukti bahwa mayoritas informan pada penelitian ini melakukan pelabelan diagnosis sendiri tanpa keterangan medis atau *self-diagnosed*.

Tabel 4.4 Pengalaman dan Ungkapan *Mental Illness*

Deskripsi	Informan 1 (Nisa Amalia)	Informan 2 (Nada Salsabila)	Informan 3 (MK)	Informan 4 (ZI)
<i>Self diagnosed</i>	Merasakan sedih berkepanjangan yang dikaitkan dengan gejala	Merasa bahwa mengurung diri merupakan bentuk dari depresi	Merasakan pusing jika sedang stress dan mengaitkannya	Merasakan sedih berkepanjangan dan dikaitkan dengan gejala

	depresi yang ia baca di internet	berdasarkan dari yang ia baca di internet	dengan tanda dan gejala depresi yang ia baca di internet	depresi yang ia baca di internet
<b>Gangguan Pikiran</b>	Kesulitan mencerna buku bacaan kuliahnya	Kesulitan berkonsentrasi akibat menjalani kegiatan secara bersamaan	Kesulitan mengingat dan mengenali peristiwa tertentu	Kesulitan mencerna sebuah hal saat mengalami kelelahan secara fisik
<b>Gangguan Perhatian</b>	Kesulitan untuk fokus akibat beban tugasnya sebagai mahasiswa	Kesulitan untuk fokus akibat mengerjakan dua pekerjaan sekaligus	Kesulitan fokus dalam memahami tugasnya saat bekerja	Kesulitan fokus pada saat jam makan siang
<b>Gangguan Asosiasi</b>	Kesulitan membedakan peristiwa akibat kejadian di masa lalunya	Tidak mengalami gangguan asosiasi	Kesulitan dalam mengingat pada saat waktu yang mendesak	Kesulitan untuk mengingat nama seseorang
<b>Gangguan Psikomotor</b>	Merasa pusing saat stress hingga lupa untuk makan	Merasa sulit untuk beristirahat saat sedang stress	Merasa pusing dan sakit kepala jika sedang stress	Merasa pusing dan sakit kepala jika sedang stress
<b>Gangguan Emosi</b>	Pernah merasa sedih berkepanjangan	Pernah merasa sedih berkepanjangan	Pernah merasa sedih namun tidak berkepanjangan	Pernah merasa sedih berkepanjangan

Sumber: Olahan Peneliti

Temuan menarik:

1. Keempat informan mengaku bahwa mereka melakukan *self diagnosed* berdasarkan dari penjelasannya yang mencocokkan pengalamannya dengan penjelasan ciri atau tanda gangguan depresi yang tertulis di internet.
2. Mayoritas informan merasakan gangguan pada tanda dan gejala *mental illness* dalam kegiatan sehari – harinya namun tidak satupun informan yang memastikan gangguan tersebut ke ahli medis.

3. Keempat informan merasakan gangguan psikomotor hanya pada saat mengalami stress atau kelebihan beban pikiran

#### 4.2.3. Pengaruh Demografi Gen Z terhadap *Self Disclosure*

##### a. Informan Gen Z

Generasi Z atau yang akrab dikenal dengan singkatan Gen Z merupakan sebuah kelompok generasi manusia yang lahir berdasarkan umur dimulai dari tahun 1995 sampai 2010 (Brown, 2020). Mereka – mereka yang terlahir sebagai Gen Z juga mendapati julukan *digital native* yang berarti orang – orang yang lahir pada saat teknologi telah ditemukan. Dengan begitu, para *digital native* tentunya lebih handal dalam menggunakan teknologi karena seolah telah ditakdirkan untuk dengan mudah memanfaatkan teknologi (Tapscott, 2013).

Seluruh informan dalam penelitian ini termasuk pada kategori rentan usia Gen Z. Informan 1 bernama Nisa Amalia berusia 21 Tahun dengan akun anonimnya ia bermedia sosial di Twitter. Begitupula dengan Informan 2 bernama Nada Salsabila yang berusia 23 Tahun dan menggunakan akun anonim berjenis *roleplay* di Twitter. Adapun Informan 3 yang berinisial MK dan berusia 23 tahun yang juga menggunakan akun anonim untuk bermedia sosial di Twitter. Selain itu, Informan 4 berinisial ZI juga termasuk Gen Z karena berusia 24 Tahun.

##### b. *Profiling*

*Profiling* adalah bagaimana cara informan mengatur profilnya dalam bermedia sosial di Twitter mulai dari *username*, *bio* hingga foto profil. Informan 1 menyatakan bahwa ia mengatur profilnya dengan berdasarkan dari hal yang pernah dilaluinya di masa lalu. Sedangkan Informan 2 mengatakan bahwa ia mengatur profilnya sesuai dari perasaannya atau hal yang ia ingin tuliskan serta kegemarannya pada sesuatu. Begitupula dengan Informan 3, ia mengatur profilnya berdasarkan dari preferensinya atau hal yang digemarinya. Informan 4 juga turut

mengatur profilnya sesuai dengan hal yang disukainya yaitu Kpop. Berikut ini penjelasan dari para informan:

Informan 1 menjelaskan bahwa cara ia mengatur profil Twitternya adalah dengan mengaitkannya pada masa lalunya. Ia menggunakan parodi dari hal yang pernah dilaluinya untuk menetapkan *username* Twitternya.

*“Kalau itu sih foto profile-nya pake tokoh anime kesukaan aku, Tapi kalo username agak diplesetin dari something in my past, kayak misal beberapa tahun lalu aku pernah jualan sesuatu lah beberapa tahun lalu, jadi nama Twitter aku kayak something like “@mantanpenjuallilin” gitu misalnya yaa.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa cara ia mengatur profil Twitternya adalah dengan mengaitkannya pada masa lalunya. Ia menggunakan parodi dari hal yang pernah dilaluinya untuk menetapkan *username* Twitternya. Pengalaman yang didapatkan dari masa lalunya yakni pernah berjualan sesuatu dijadikannya sebagai dasar untuk memilih *username*-nya. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Untuk bio aku sih menyesuaikan dengan perasaan yang pengen aku tulis aja. Kalo sekarang sih, aku tulisnya “Sedang tinggal di suatu negara” gitu. Untuk foto profil aku pake foto yang aku dapet dari pinterest seperti animasi – animasi lucu gitu, kucing dan lain sebagainya. Kalo username sih, aku pake beberapa diksi dari bahasa inggris yang menunjukkan hewan lucu gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menyatakan bahwa caranya dalam mengatur profilnya didasarkan dari perasaannya atau hal yang ingin ia tulis. Salah satu contohnya adalah ia mengatur Bionya dengan pernyataan bahwa ia sedang tinggal di suatu negara. Sedangkan untuk pengaturan foto profilnya, ia menggunakan animasi yang didapatkan dari situs foto yakni Pinterest sesuai dengan kecintaannya pada hewan kucing. Selain itu untuk *username*, ia menggunakan pilihan kata bahasa inggris yang menggambarkan kelucuan hewan kucing sesuai dengan preferensinya. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Untuk foto suka ganti – ganti ya dan pastinya bukan foto saya, cenderung tergantung hal yang lagi saya suka. Ya kalo saya lagi suka nonton Marvel gitu misal, ya pake foto Dr. Strange. Header juga begitu sih. Kalo username sih aku karena lagi suka Kpop, aku pake nama yang berhubungan sama bias Kpop aku.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menyatakan bahwa ia seringkali berganti foto profil bergantung dengan hal yang sedang digemarinya. Selain itu, dalam mengatur *username* Twitternya, Informan 3 menggunakan nama yang berhubungan dengan kegemarannya pada artis Kpop kesukaannya. Maka dari itu, Informan 3 mengatur profilnya sesuai dengan preferensi pribadinya. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Kalau username itu pake aktris kesukaan aku Gal Gadot tapi diresetin hahaha. Terus untuk profile picture-nya aku sering ganti – ganti pake foto bias Kpop aku. Kalo bio aku kosongin aja, header juga pake default foto dari sananya.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan caranya dalam mengatur profil adalah parodi dari aktris kegemarannya. Sedangkan untuk foto profil, ia seringkali mengganti fotonya sesuai dengan preferensinya dan kesukaannya pada artis Kpop. Selain itu, untuk bio pada Twitternya ia memilih untuk tidak mengisi atau mengosongkannya. Maka, Informan 4 juga turut mengatur profilnya sesuai dengan pilihan dan kegemarannya.

Berikut ini adalah penjelasan berisikan tentang bagaimana informan menunjukkan dirinya saat berkomunikasi di media sosial Twitter dan jumlah pengikut yang dimilikinya di akun anonim:

*“Biasanya sih, mulai dengan apa yang terjadi di keseharian aku, aku ngomongin kayak “Oh iya, this happened.” gitu. Trus aku biasanya nulis juga kayak gimana hal itu bisa terjadi, how do I feel about things, aku nyoba jelasin through words kalau hal itu membuat aku merasa “Blablabla.” gimana hal itu memperngaruhi aku kenapa aku kesel atau khawatir atau sedih karena hal itu.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Selain itu Informan 1 juga memberikan penjelasan terkait jumlah followers yang ia miliki sebagai berikut:

*“Kayaknya kira – kira mungkin dibawah 50 yaa. Karena nggak terlalu mau ditemuin juga sih.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan caranya dalam menunjukkan perasaan atau pikirannya saat berkomunikasi menggunakan Twitter. Menurut penjabarannya, Informan 1 menuliskannya dengan berdasarkan hal yang terjadi di kesehariannya. Ia cenderung akan menjelaskan secara runtut mulai dari kejadian apa, bagaimana



hal tersebut bisa terjadi hingga pengaruh hal tersebut pada dirinya. Selain itu, Informan 1 juga memiliki jumlah pengikut yang lumayan banyak yakni sebanyak kurang lebih 50 pengikut di akun anonimnya. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Biasanya aku langsung menunjukkan aja ya di Tweet, langsung aku tulis. Misalnya aku berpikir bos aku lagi marah sama aku, “Jangan – jangan bos gue lagi marah nih karena gue didiemin seharian.” Jadi beneran to the point aja” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Selain itu Informan 2 juga memberikan penjelasan terkait jumlah followers yang ia miliki sebagai berikut:

*“Agak cukup banyak yaa sekitar 230 followers. Iya, tapi nggak semuanya aktif berkomunikasi sih. Mungkin yang sering balas – balasan atau mention – mention-an hanya kurang lebih 50 orang gitu.” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Informan 2 mengungkapkan caranya dalam menunjukkan perasaan atau pikirannya saat berkomunikasi menggunakan Twitter. Menurutnya, ia cenderung spontan dan menuliskan hal yang ada di pikirannya secara langsung melalui Tweet. Selain itu caranya dalam menulis juga terlihat jujur berdasarkan dari penjasannya. Selain itu, Informan 2 juga memiliki jumlah pengikut yang lumayan banyak yakni sebanyak 50 pengikut di akun anonimnya. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Aku sih spontan aja ya biasanya. Langsung buka Twitter sambil ngeluapin emosi atau perasaan aku. Kadang juga aku nulisnya detail banget sampe bikin thread. Tapi lebih sering singkat aja sih.” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)*

Selain itu Informan 3 juga memberikan penjelasan terkait jumlah followers yang ia miliki sebagai berikut:

*“Oh, okay – okay. Saat ini sih karena akunnya private dan cuma temen aja yang follow, ada 24 sih.” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)*

Informan 3 menjawab bahwa caranya dalam menunjukkan perasaan atau pikirannya saat berkomunikasi menggunakan Twitter adalah dengan secara spontan. Informan 3 menjelaskan bahwa ia akan secara langsung membuka aplikasi Twitter dan menuliskan perasaannya di Tweet untuk meluapkan emosinya. Bahkan ia juga menuliskan pikiran atau perasaannya secara mendetail pada Thread. Selain itu,

Informan 1 juga memiliki jumlah pengikut yang cukup sedikit yakni sebanyak 24 pengikut di akun anonimnyanya. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Hmm, biasanya yaa, aku rasain dulu sih apa yang sebenarnya lagi aku khawatirkan gitu ya, baru aku mulai ngetweet aja. Bisa dibilang langsung cerita spontan aja sebenarnya, tapi agak mikir dikit sebelum nge-tweet.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Selain itu Informan 4 juga memberikan penjelasan terkait jumlah followers yang ia miliki sebagai berikut:

*“Aku sambil check ya. Kalau di akun anonim aku ada 20 dan di akun asli aku ada 722.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menyatakan bahwa caranya dalam menunjukkan perasaan atau pikirannya saat berkomunikasi menggunakan Twitter adalah dengan merasakan terlebih dahulu pikiran atau perasaan yang sedang terjadi pada dirinya. Namun menurut penjelasannya, ia mengungkapkannya secara spontan. Selain itu, Informan 1 juga memiliki jumlah pengikut yang cukup sedikit yakni sebanyak 20 pengikut di akun anonimnyanya.

Berikut ini penjelasan terkait kepercayaan diri dan ekspresi informan pada saat mengungkapkan diri di Twitter. Berikut penjelasan dari Informan 1:

*“Kalau suka ragu tuh itu kalo misal lagi ngomongin isu tentang politik atau sosial yang lagi happening right now. Itu baru ragu sih kalo mau ngejelasin dari my point of view agak takut salah ngomong. Kalau tentang ngungkapin diri sih yaa sekali dua kali aja ya, lebih ke ragu kayak “Duh, ngomongin ini gak ya?” gitu tentang masa lalu.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Selain itu Informan 1 juga memberikan penjelasan terkait ungkapan ekspresi dalam menggunakan Twitter sebagai berikut:

*“Okay aku biasanya sih kalo lagi nge-tweet cerita lebih suka pake bahasa inggris mungkin karena, gimana ya, dulu terlalu sering juga memproses pikiran dan perasaan lebih nyaman pake bahasa inggris dan lebih gimana ya, mungkin karena udah terbiasa gitu jadi pake bahasa inggris. Tapi kalo emoji tuh suka juga pake kalau lagi Tweet sarkas bercanda.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa ia merasa kurang percaya diri hanya pada saat mengungkapkan opini tentang isu politik atau sosial yang sedang ramai

diperbincangkan di Twitter. Sedangkan untuk mengungkapkan diri, ia beberapa kali sempat merasa ragu untuk menuliskannya di Tweet. Selain itu, cara Informan 1 untuk menunjukkan ekspresinya adalah dengan menuliskan Tweetnya menggunakan bahasa Inggris dan menyisipkan emoji pada Tweetnya untuk mendukung pesan. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Hampir setiap ada kejadian aku nge-tweet gitu sih. Jadi mungkin ya, kalau dihitung, bisa tiga sampai empat Tweet yang aku upload di Twitter itu ya tentang perasaan aku. Biasanya langsung aku keluarin aja semua pikiran aku atau apa yang lagi aku rasain gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Selain itu Informan 2 juga memberikan penjelasan terkait ungkapan ekspresi dalam menggunakan Twitter sebagai berikut:

*“Cara aku mengungkapkan ya sesuai dengan apa yang aku mau ungkapkan ya. Ketika aku marah misalnya aku nulis “Aduh, aku lagi kesel banget banget banget.” Misalkan ada pengulangan diksi itu. Dan banyak menggunakan emotikon juga sih di akun anonymous itu. Karena beberapa orang sering terganggu kalau lihat aku menggunakan banyak emotikon di akun asli aku. Sedangkan kalau aku di akun anonymous itu, aku nggak begitu peduli dengan reaksi orang – orang ketika aku nge-tweet di akun anonymous itu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menjelaskan bahwa ia merasa telah percaya diri dalam mengungkapkan dirinya di Twitter. Dalam sehari, sebanyak 3 sampai 4 unggahan Tweet berisikan ungkapan pikirannya. Informan 2 mengaku bahwa dirinya cenderung spontan dan mengeluarkan pikiran serta perasaannya di Twitter. Selain itu, cara Informan 1 untuk menunjukkan ekspresinya adalah dengan menuliskan Tweetnya secara apa adanya. Ia mengungkapkan hal yang ada di pikirannya secara langsung selain itu juga menyisipkan emoji untuk mendukung pesan. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Yakin banget sih, 100% kali ya hahaha. Karena balik lagi sih dari alasan awal aku pake Twitter kan untuk curhat ya, jadi aku nggak bisa bohong aja gitu kalo lagi nge-tweet. Kalau lagi di aplikasi lain kan aku bisa pura – pura hepi lah ya. Tapi kalau di Twitter jauh lebih sering curhat dan nulis yang relate sama perasaan dan pikiran aku sehari – hari, depresi, stress, seneng, dan lain – lainnya.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Selain itu Informan 3 juga memberikan penjelasan terkait ungkapan ekspresi dalam menggunakan Twitter sebagai berikut:

*“Oh, okay. Biasa cenderung pake emoji sih. Misalnya kalau lagi sedih pake emoji nangis berat gitu atau seneng pake emoji love love atau aku juga sering sih pake gif buat nge-reply temen. Yaa, natural aja gitu milih emojinya.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 mengungkapkan bahwa ia sangat yakin dalam menulis Tweet. Menurutnya, alasannya menggunakan Twitter adalah untuk mencurahkan hatinya sehingga ia merasa tidak bisa berbohong pada saat mengunggah Tweet. Ia merasa pada saat menggunakan Twitter, ia akan cenderung lebih jujur dan menuliskan perasaan serta pikirannya secara langsung dibandingkan dengan media sosial lainnya. Selain itu, cara Informan 1 untuk menunjukkan ekspresinya adalah dengan menyisipkan emoji atau GIF untuk mendukung percakapannya dengan orang lain sesuai dengan konteks pesan. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Walah hahaha. Kalo diliat dari, sehari nge-tweet 5 kali sih kayaknya cukup yakin ya. Karena menurutku dengan nge-tweet, aku bisa melunturkan pikiran sedikit demi sedikit gitu.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Selain itu Informan 4 juga memberikan penjelasan terkait ungkapan ekspresi dalam menggunakan Twitter sebagai berikut:

*“Okay. Kalo aku biasanya lebih pake emojis kali ya, tapi sering juga pake foto buat visualisasiin apa yang aku lagi rasain gitu. Paling sering tetep pakenya emojis sih.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa dalam satu hari ia bisa mengunggah Tweet sebanyak 5 kali dan ia merasa yakin atau percaya diri dalam berkomunikasi menggunakan Twitter. Menurutnya, dengan bercerita melalui Twitter, ia dapat mengurangi beban pikirannya sedikit demi sedikit. Selain itu, cara Informan 1 untuk menunjukkan ekspresinya adalah dengan menyisipkan emoji atau Foto untuk memvisualisasikan percakapannya dengan orang lain sesuai dengan konteks pesan.

### **c. *Hyperpersonal Communication***

*Hyperpersonal Communication* adalah sebuah anggapan bahwa komunikasi secara langsung memiliki dampak yang berbeda dengan komunikasi secara daring. Selain itu, dampak pada komunikasi yang dilakukan secara langsung dan tidak langsung juga memiliki pandangan yang kurang lebih sama di mata keempat Informan. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Iya ada sih. When it comes to kalau aku lagi nge-rant atau nge-vent, aku ngerasa kayak lagi ngomong sama diri sendiri tapi ada beberapa orang yang ngeliatin gitu I don’t know if that make sense. Tapi ya karena aku juga kalau lagi ngeluh emang intensinya buat ngomong sendiri ya kayak ada another me in front of me and im just talking my feelings out gitu lho. Karena kalo lagi nge-tweet kan berasa diliatin juga ya tapi yaudah aku nyaman – nyaman aja sih apalagi kalo mereka reply tweet aku juga jadi aku seneng. Kalo di komunikasi langsung kan berasa banget yaa komunikasi dua arahnya, pasti kalo lagi ngomong bakalan ditanggapin gitu.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menyatakan bahwa menurutnya Ia melakukan komunikasi secara daring melalui Tweet yang pada awalnya diunggah tanpa intensi untuk menerima balasan dari orang lain, namun Ia mengaku turut senang jika ada yang membalas unggahan Tweetnya. Sedangkan pada komunikasi secara langsung, Informan menjelaskan bahwa komunikasi tatap muka lebih terasa dua arah dan langsung menerima tanggapan dari orang lain. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Iya aku merasa banget. Komunikasi di Twitter itu di samping aku bisa menjadi sosok yang aku inginkan di akun anonymous, menyenangkan juga karena aku bisa baca Tweet-nya lagi dibandingkan kalau ngobrol tatap muka kan aku nggak bisa ngebaca “Aku tadi ngomong apa sih.” gitu. Sementara kalau di Twitter tuh, kalau aku bosan kadang aku suka baca percakapan lama gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 merasa bahwa Ia dapat menjadi persona yang diinginkannya di akun Twitter *anonymous*-nya tersebut dan Ia senang untuk membaca ulang unggahan Tweet atau percakapannya dengan orang lain di Twitter. Sedangkan pada komunikasi secara langsung, Informan merasa tidak bisa mengingat kembali percakapannya dengan orang lain. Berbeda dengan kedua Informan, Informan 3 memberikan penjelasannya sebagai berikut:

*“Iya pasti beda. Kalau saya sih ngerasanya, kalau lagi komunikasi di Twitter rasanya lebih tulus dan nulis semuanya aja gitu dibandingkan secara langsung ya. Kadang kan kalau cerita secara langsung suka banyak gangguan, intermezzo atau apa gitu atau kadang responnya suka nggak sesuai ekspektasi yaa. Jadi kalau di Twitter cenderung lebih enak aja gitu ngomongnya, respon temen – temen juga kayaknya lebih berasa memang pengen ngereply gitu di Twitter. Dan kalau secara langsung tuh kalau ngomong yang sedih atau yang private banget, kayaknya agak kurang pas, takutnya malah jadi membawa mood gak enak ke temen yang lain gitu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menjelaskan bahwa Ia melihat komunikasi yang dilakukan melalui Twitter merupakan wujud dari ketulusan seseorang jika dibandingkan dengan komunikasi secara langsung. Menurutnya, melalui Twitter Ia lebih nyaman untuk mencurahkan hati dan menilai bahwa jika ada yang membalas Tweetnya maka orang tersebut benar – benar ingin terlibat atau perhatian kepadanya.

Sedangkan menurutnya komunikasi secara langsung sering kali memunculkan banyak distraksi yang berasal dari dirinya maupun orang lain seperti ungkapan memotong pembicaraan atau respons lawan bicara yang tidak sesuai ekspektasi dirinya. Ia juga khawatir membawa suasana sedih jika sedang mencurahkan isi hatinya secara langsung ke orang lain. Lain halnya dengan tanggapan dari Informan 4, sebagai berikut:

*“Oh, tentu beda banget dong. Namanya komunikasi di dunia maya, kadang kita nggak tau, orang tuh beneran ngerasain hal itu atau nggak atau beneran empati sama kita atau nggak. Kasarnya, pura – pura jadi baik tuh gampang banget kalo di medsos ya. Tapi, kalo gak ada Twitter mungkin aku juga bingung mau curhat di mana lagi, karena mana ada orang yang bener – bener mau dengerin keluh kesah aku terus – terusan kan hahaha. Sedangkan komunikasi tatap muka tuh menurutku jujur banget, kita gak bisa nutupin apa – apa, karena gerak – gerak tubuh kan keliatan ya. Misal kalau nggak pengen dengerin cerita orang, kadang jadi sibuk main hp atau tengok sana – sini dll gitu.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 pun merasakan perbedaan antara komunikasi secara daring dan komunikasi secara langsung. Menurutnya, terkadang komunikasi secara daring bisa memunculkan kecurigaan karena kita tidak dapat melihat ketulusan dan kebenaran yang diungkapkan seseorang di media sosial. Sedangkan baginya komunikasi secara langsung membuat orang lain mengungkapkan kejujurannya saat berbicara karena dapat terlihat dari gerak geriknya ataupun respons dari orang lain disekitarnya pada saat mendengarkan ceritanya. Ia menganggap bahwa orang akan lebih terlihat ketertarikannya dalam sebuah percakapan melalui gerak – geriknya atau komunikasi non verbalnya.

Tabel 4.5 Pengaruh Demografi Gen Z terhadap *Self Disclosure*

Deskripsi	Informan 1 (Nisa Amalia)	Informan 2 (Nada Salsabila)	Informan 3 (MK)	Informan 4 (ZI)
<b>Profiling</b>	Foto profil menggunakan karakter fiksi kesukaannya, Username menggunakan parodi dari masa lalunya	Foto profil menggunakan animasi binatang kesukaannya, Username menggunakan parodi	Foto profil berganti sesuai hal yang disukainya, Username menggunakan parodi nama	Foto profil menggunakan foto artis KPop kesukaannya, Username menggunakan parodi dari

		ungkapan lucu dari binatang kesukaannya	artis KPop kesukaannya	karakter fiksi kesukaannya
<b>Jumlah Pengikut Akun</b>	Kurang lebih 50 pengikut	50 Pengikut	24 Pengikut	20 Pengikut
<b>Attentiveness</b>	Melalui fitur <i>reply</i>	Melalui fitur <i>reply</i>	Melalui fitur <i>reply</i>	Melalui fitur <i>reply</i>
<b>Composure</b>	Sedikit ragu dalam mengunggah Tweet tentang isu politik atau sosial namun cukup percaya diri dalam mengunggah konten berisi curahan hati	Percaya diri dalam mengunggah konten Tweet berisi curahan hati	Percaya diri dalam mengunggah konten Tweet berisi curahan hati	Percaya diri dalam mengunggah konten Tweet berisi curahan hati
<b>Expression</b>	Emoji	Emoji	Emoji dan GIF	Emoji dan Foto
<b>Hyperpersonal Communication</b>	Komunikasi langsung lebih dua arah, Komunikasi daring memungkinkannya untuk berbicara secara bebas	Komunikasi langsung tidak dapat memberikan kesempatan untuk membaca kembali percakapan dengan orang lain sebaliknya untuk komunikasi daring	Komunikasi langsung terdapat <i>noise</i> atau distraksi, Komunikasi daring dianggap sebagai bentuk ketulusan seseorang melalui balasan Tweet	Komunikasi langsung dianggap lebih jujur karena adanya bentuk komunikasi non verbal sedangkan Komunikasi daring memungkinkan adanya ke-pura-puraan dari orang lain

Sumber: Olahan Peneliti

Temuan Menarik:

1. Keempat informan memiliki kesamaan dalam mengatur profilnya di Twitter yakni berdasarkan dari preferensinya dan kegemarannya.
2. Informan Gen Z menunjukkan perhatian dan ketertarikannya saat berkomunikasi melalui fitur Reply di Twitter.



3. Mayoritas Informan Gen Z memanfaatkan Twitter sebagai mediana untuk mengungkapkan diri dan mencurahkan hati.
4. Dalam mengungkapkan ekspresinya saat berkomunikasi, seluruh informan menggunakan Emoji untuk menghidupkan pesan.
5. Seluruh informan setuju bahwa komunikasi yang dilakukan secara daring memiliki dampak yang berbeda dengan komunikasi yang dilakukan secara langsung atau tatap muka.

#### 4.2.4. Penerapan *Self Disclosure* oleh Akun *Anonymous*

Dalam hal ini, Faktor yang Memengaruhi dan Dimensi dari *Self Disclosure* akan menjadi pembahasan dalam bagian ini. Pada bagian ini, penerapan *self disclosure* oleh akun *anonymous* akan melihat bagaimana informan melakukan *self disclosure* berdasarkan dari faktor yang memengaruhi dan dimensi *self disclosure*. Selain itu, bagian ini akan membuktikan bahwa beberapa faktor dan dimensi dari *self disclosure* benar mempengaruhi keterbukaan diri pada para informan. Berikut ini adalah penjelasannya:

##### a. Penggunaan Akun *Anonymous*

Dalam bagian ini, akan dijelaskan perihal alasan informan menggunakan akun anonim sebagai media pengungkapan diri dan perasaannya setelah mengungkapkan diri di akun tersebut. Mayoritas informan merasa bahwa akun anonim ini berguna bagi mereka untuk mengungkapkan dirinya dan mencurahkan isi hatinya. Selain itu mayoritas informan juga setuju bahwa mereka merasa lega setelah melakukan pengungkapan diri melalui Twitter. Berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Dasarnya (pake akun anonim untuk mengungkapkan diri) adalah, hmm. Kadang aku ngerasa, I see this patterns among other people, dengan identitas kita yang anonymous itu justru lebih mudah untuk mengungkapkan our very true self daripada kalau kita mem-present ourself dengan our full identity gitu lho. Aku jadi lebih free untuk speak on what I feel, what I think, saat aku di akun anonymous daripada dengan my profile picture or*

*my full identity jadi kayak lebih ketahan gitu buat ngomong. Iya, aku juga kadang ngerasa kayak I don't know why there is something about me yang nggak terlalu suka untuk diliat aslinya begini, begitu. Makanya aku jarang posting di main account aku gitu. Makanya kalo di Twitter, karena gak terlalu rame juga yang liat, jadi ngerasa lebih enak dan nyaman untuk ngomong. Dengan anonimitas itu aku ngerasa orang jadi lebih jujur gitu and connecting each other juga karena terkadang saling relate kan.” (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)*

Informan 1 menjelaskan bahwa ia melihat akun anonim sebagai sebuah hal yang bisa membuat orang lain jujur terkait perasaannya atau dapat dikatakan akun anonim ini memungkinkan seseorang untuk lebih menampakkan dirinya sendiri dibandingkan dengan akun yang beridentitas asli. Menurutnya, dengan menggunakan akun anonim ia dapat bebas berbicara tentang pikirannya, perasaannya dan merasa nyaman jika tidak banyak orang yang melihatnya mengungkapkan diri. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Tentunya dasarnya karena gak akan ada orang yang tau aku di kehidupan nyata. Meskipun aku juga nggak sering ngomong – ngomong kasar ya, tapi orang lain tetep nggak akan tau aku ngomong tentang siapa dan tentang apa gitu. Dan sama, sebaliknya, ketika aku excited tentang sesuatu, orang lain juga nggak bakal tau siapa yang benar – benar bikin aku senang. Menurut aku itu sebuah privilege ya ketika kita bisa ngungkapin perasaan tapi kita tidak diketahui identitasnya, jadi aku merasa divalidasi atas perasaanku bukan atas identitasku gitu.” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Informan 2 menyatakan bahwa alasannya menggunakan akun anonim untuk mengungkapkan diri adalah untuk menghindari orang – orang yang dikenalnya di dunia nyata. Menurutnya, dengan menggunakan akun anonim tersebut, ia bisa memilih untuk menjadi siapa saja yang ia inginkan dan bisa mengungkapkan diri secara bebas tanpa khawatir akan diketahui oleh orang lain. Selain itu ia juga merasa akun anonim tersebut memungkinkannya seseorang untuk mendapatkan validitas dari orang lain bukan berdasarkan dari identitasnya atau siapa yang mengunggah namun berdasarkan dari perasaan aslinya. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Alasan saya ya, karena biar nggak mengungkapkan identitas asliku sih. orang nggak perlu tau kalo ini aslinya saya. Karena saya pengen ceritain semua tentang hidup saya di akun itu, versi paling aslinya saya ya ada di akun itu. Banyak hal – hal yang aku suka, perasaan aku gitu.” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)*

Informan 4 menjelaskan bahwa alasannya menggunakan akun anonim tersebut untuk mengungkapkan diri adalah agar ia dapat menceritakan kisah

hidupnya tanpa ada orang lain yang mengetahui. Menurut penjelasannya, ia menunjukkan dirinya yang asli di akun anonim tersebut. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Hmm, tentunya buat curhat ya. Semenjak kejadian sedih berminggu – minggu itu aku langsung sadar kalo aku nggak punya tempat buat coping masalah aku selama ini jadi malam terpendam dan sedih lama banget. Karena bagi aku, pake akun anonim tetep jauh lebih aman selama kita nggak salah gunain, kayak buat buzzer atau buat ngata – ngatain orang gitu, khawatirnya kalo kena doxing kan tetep ketauan identitas asli kita. Jadi ya karena aku bikin tujuannya buat curhat, aku bener – bener pake akun itu buat cerita sedih, marah dan lain – lain atau buat komunikasi sama temen virtual aku aja” (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)*

Informan 4 menjelaskan bahwa akun anonim tersebut ditunjukkan untuk mencurahkan isi hati. Ia menyadari bahwa akun anonim tersebut merupakan salah satu mediana untuk mengatasi masalah yang selama ini dialaminya. Menurut penjelasannya, menggunakan akun anonim dapat lebih aman jika dibandingkan dengan akun beridentitas untuk mengungkapkan diri. Selain daripada alasan menggunakan akun anonim, perasaan setelah mengungkapkan diri juga dibahas pada bagian ini. Berikut ini adalah penjelasan dari Informan 1:

*“Kalo sepenuhnya lega sih nggak bisa dibilang gitu juga ya, kadang tapi ngerasa lebih lega dikit. Bisa jadi pencerahan buat diri sendiri. Walaupun kadang ngerasa lega ya kalau habis nge-tweet tapi juga suka berasa I still don't feel good karena rasa emosinya gitu masih ada.” (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)*

Informan 1 menyatakan bahwa ia tidak sepenuhnya merasa lega setelah mengungkapkan diri. Menurut penjelasannya, ia merasa terkadang masih ada emosi yang belum tersalurkan setelah mengungkapkan diri melalui Tweet. Berikut penjelasan Informan 2:

*“Iya, lega. Iya aku merasa lebih lega saat mengungkapkan perasaan yang aku rasakan di Twitter karena balik lagi tadi, aku merasa ada yang tau aku sedang merasakan apa, ada yang bisa memvalidasi perasaanku gitu. Tapi, dibanding memvalidasi perasaan mungkin sekarang kalau aku pikirkan aku lebih lega ketika ada orang yang tahu aku lagi ngerasain apa gitu. Karena di kehidupan nyata aku bukan orang yang terlalu menunjukan perasaan kan. Jadi ketika di akun anonim aku merasa lebih lega dan nyaman karena bisa keluarin pikiranku.” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Informan 2 menyatakan bahwa ia merasa lebih lega setelah mengungkapkan diri di Twitter karena menurutnya seperti ada yang memvalidasi perasaannya. Dengan mengunggahnya di Twitter, ia merasa bahwa ada orang lain

yang mengetahui perasaannya dan memvalidasinya sehingga membuatnya lega dan terbebas dari beban pikiran. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Betul banget. Karena di Twitter semua bisa terselesaikan kalo saya nge-tweet, ngerasa lega, plong. Kalau ada masalah langsung lari ke Twitter, bikin tweet, pokoknya langsung di-share aja apa yang aku rasakan.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menyatakan bahwa dengan mengunggah ungkapan dirinya di Twitter, ia merasa lebih lega. Selain itu ia juga terbiasa untuk menceritakan pengalamannya langsung di Twitter. Ia sering membagikan hal yang menjadi beban pikirannya di Twitter. Berikut ini penjelasan dari Informan 4:

*“Wah, tentu iya dong karena tujuan awalku pake emang buat itu kan. Dengan nulis Tweet itu sama aja kayak aku jujur dan mengakui perasaan aku sendiri. Bisa dibilang jadi melegakan hati lah ya. Walaupun kadang udah nge-tweet serius – serius eh temen malah replynya ngeledak bercanda, tapi kalo aku nggak masalah sih selama nggak berlebihan. Seenggaknya aku udah berhasil keluarin keluh kesahku gitu sih. Bener – bener lega. Seneng aja gak ada yang tau identitas aku juga, jadi aku bisa seenak hati nulis apa aja, toh gak bakal ada yang tau aku siapa.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 juga merasa lega di saat setelah mengungkapkan dirinya. Baginya, Twitter memang digunakan sebagai medianya untuk mengungkapkan perasaan dan pikirannya. Ia merasa senang dan lega jika mengeluarkan perasaannya dan pikirannya di Twitter.

Tabel 4.6 Penggunaan Akun *Anonymous*

Deskripsi	Informan 1 (Nisa Amalia)	Informan 2 (Nada Salsabila)	Informan 3 (MK)	Informan 4 (ZI)
<b>Alasan menggunakan akun <i>anonymous</i> untuk mengungkapkan diri</b>	Akun anonim digunakan sebagai media untuk menampakkan dirinya lebih jujur dan apa adanya	Akun anonim digunakan untuk menghindari orang yang ia kenal di dunia nyata	Akun anonim digunakan sebagai media untuk mencurahkan hatinya tanpa ada orang yang mengetahui identitasnya	Akun anonim digunakan sebagai medianya untuk mengatasi permasalahan yang dialaminya
<b>Perasaan lega setelah</b>	Tidak merasa sepenuhnya lega setelah	Merasa lega setelah	Merasa lega setelah	Merasa lega setelah

<b>mengungkapkan diri</b>	mengungkapkan diri	mengungkapkan diri	mengungkapkan diri	mengungkapkan diri
---------------------------	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------

Sumber: Olahan Peneliti

Temuan Menarik:

1. Tidak semua informan merasa sepenuhnya lega setelah melakukan pengungkapan diri melalui Twitter

## b. Penerapan Self Disclosure

Berikut ini adalah penjelasan terkait bagaimana informan menerapkan *self disclosure* dengan faktor yang memengaruhi dan dimensi dari *self disclosure*. Maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

### 1. Open Area

*Open area* adalah sebuah area terbuka di mana seorang individu mengungkapkan dirinya atau informasi pribadinya pada orang lain. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Lebih ke.. Kalau puas tuh nggak ya, lebih ke perasaan lega gitu. Meskipun I have a circle yang udah tau seluk beluk aku lah gimana, apa yang terjadi gitu gitu, tapi kalau misal ada orang lain yang mungkin baru dekat dan nanyain tentang hal – hal itu, terus mereka bersedia buat denger aku cerita dan respon mereka enak didenger aku pasti ngerasa nyaman dan lega. Aku juga ngerasa didenger ceritanya, again, I feel comfortable jadinya. Tapi most of the time, ada juga saat – saat di mana aku nggak terlalu pengen cerita, tapi orang lain nanya, tapi aku responnya paling cuma “Let’s not talk about it” atau kadang aku cerita tapi ya singkat aja gitu cuma inti dari ceritanya.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 merasa bahwa Ia akan terbuka tergantung kepada siapa orangnya, seberapa dekat hubungannya serta respons yang diberikan dari lawan bicaranya. Jika Ia terbuka pada orang yang bersedia mendengarkan ceritanya karena dapat membuatnya nyaman dan melegakan hatinya. Namun ada pula saat – saat di mana ia tidak ingin mengungkapkan diri atau bercerita kepada orang lain. Sedangkan Informan 2 menjelaskan pendapatnya sebagai berikut:

*“Aku ngerasa lega sih, iya senang dan puas ya. Ketika aku nge-tweet dan ada yang ngerespon dan mengkonfirmasi tweet aku gitu. Iya merasa divalidasi sama orang lain kali yaa gampangnya.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menjelaskan bahwa dirinya merasa senang dan puas pada saat mengungkapkan dirinya melalui Tweet. Bahkan Ia akan merasa senang jika ada yang turut membalas Tweetnya karena Ia menganggap bahwa ada orang yang memvalidasi perasaannya melalui balasan tersebut. Sedangkan Informan 3 menjelaskan pendapatnya sebagai berikut:

*“Pernah dan sering ya. Kalau misalnya selalu ke cerita orang itu senang banget, rasanya kayak beban itu jadi kebagi yaa mungkin. Jadi kayak udah nggak sesek lagi, dan lebih enteng aja sih kalau menurut saya gitu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 mengaku sering merasa puas dan senang ketika menceritakan tentang dirinya ke orang lain karena menurutnya dengan membagikan cerita dapat melepas bebannya. Ia menjelaskan bahwa mengungkapkan dirinya ke orang lain dapat melegakan hatinya dan membuat bebannya terasa lebih ringan. Begitu pula dengan Informan 2 yang menjelaskan pendapatnya sebagai berikut:

*“Hmm. Puas karena lega udah diceritain beban ceritanya kali ya. Karena kalo udah dikeluarkan hal – hal yang lagi aku pikirin somehow jadi berasa enteng aja satu beban hilang gitu.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 merasa lega jika menceritakan bebannya kepada orang lain karena baginya, dengan melakukan itu Ia bisa melepas beban pikirannya. Menurutnya melepaskan beban pikiran tersebut dapat melegakan hatinya dan mengarahkannya pada perasaan puas.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa seluruh informan melakukan pengungkapan diri dan mengungkapkan informasinya pada orang lain. Hal ini sesuai dengan pernyataan Johari Window terkait Area Terbuka pada empat tipe informasi Jendela Johari yang didefinisikan sebagai area di mana seseorang mengungkapkan segala informasinya pada orang lain tentang dirinya, kepribadiannya maupun kelebihan atau kekurangannya (Wood, 2013). Mayoritas informan menyatakan bahwa mereka merasa lega dan puas setelah mengungkapkan diri ke orang lain. Menurut informan, mengungkapkan diri dapat mengurangi beban

pikirannya, membuatnya merasa nyaman, melegakan hati dan mengarahkannya pada kepuasan pribadi jika orang lain turut mengafirmasi perasaannya.

## 2. *Hidden Area*

*Hidden area* adalah area pengungkapan informasi diri yang tidak sama sekali diketahui oleh orang lain atau bersifat rahasia. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Hmm, ada sih. Tapi sebenarnya ada satu orang yang tau sih, itu karena malu dan faktor “Aku nggak bisa kasih tau siapa – siapa sih.”. Kadang most of the things about me, apalagi di temen dekat aku, pasti aku biasanya mau cerita, hal apapun, hal kecil atau minor pasti aku ceritain. Jadi aku nggak terlalu sering merahasiakan suatu hal gitu. Cuma ada sih satu.” (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)*

Informan 1 mengaku bahwa ia memiliki rahasia yang disimpannya sendiri. Alasannya menyimpan rahasia tersebut adalah karena ia merasa malu jika ada orang yang mengetahuinya. Menurut penjelasannya, ia bukanlah orang yang sering merahasiakan suatu hal, namun ia tetap memiliki rahasianya sendiri. Berikut ini penjelasan Informan 2:

*“Kalau di kehidupan real, cukup banyak yang aku tutupin gitu ya. Aku nggak begitu suka cerita tentang perasaan sebenarnya ke temen – temenku gitu. Jadi kurang banyak aku ceritakan. Tapi kalau di akun anonim, aku lebih menutupi identitasku aja biar masih bisa sebebas itu ketika bicara. Jadi bisa dibilang aku pernah mengutarakan rahasiaku juga sih di Twitter.” (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)*

Informan 2 menjelaskan bahwa ia memiliki cukup banyak rahasia yang ia sembunyikan dari orang lain. Terlebih ia merupakan orang yang tidak terlalu senang menceritakan perasaannya ke orang lain. Namun pada akun anonimnya, ia turut mengungkapkan rahasianya karena menurutnya ia bisa bebas berpendapat atau mengungkapkan diri pada akun tersebut. Berikut ini penjelasan Informan 3:

*“Ada kebetulan. Dan alasannya karena nggak semua masalah atau privasi setiap orang harus diceritain ke orang lainnya. Jadi meskipun udah nyaman ngobrolnya tapi tetap masih ada masalah yang kalau bisa di-keep sendiri ya buat sendiri aja dan itu tingkat privasinya tinggi dibandingkan masalah lainnya.” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)*

Informan 3 mengaku bahwa ia turut memiliki rahasia. Menurutnya, ia menyimpan rahasia tersebut adalah karena baginya tidak semua hal bisa diketahui



oleh orang lain terlebih hal – hal yang memiliki tingkat privasi tinggi. Berikut ini penjelasan Informan 4:

*“Tentu punya ya kayaknya hampir setiap orang termasuk aku. Kenapa merahasiakan sih yaa karena kadang gak semua pengalamanku atau hal yang terjadi sama aku itu perlu diketahui orang lain termasuk sahabat dekat ya. Kadang kepikirannya takut orang enggak bisa nerima aku seutuhnya lagi kalau mereka tahu rahasia terdalamku sebenarnya aku kayak gimana gitu.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa ia memiliki rahasia sama seperti orang – orang lain di sekitarnya. Alasannya menyimpan rahasia tersebut dan tidak menceritakan pada orang lain adalah karena ia yakin bahwa tidak semua hal perlu diketahui oleh orang lain. Ia khawatir bahwa tidak semua hal dapat diterima oleh orang lain terlebih jika mengetahui rahasia seseorang.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa seluruh informan yang melakukan pengungkapan diri juga memiliki sisi tertutup yang tidak diungkapkan pada orang lain. Hal ini sesuai dengan pernyataan Johari Window terkait Area Terbuka pada empat tipe informasi Jendela Johari yang didefinisikan sebagai area di mana seseorang tidak mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain (Wood, 2013). Seluruh informan memiliki rahasia yang tidak diungkapkan pada orang lain karena pertimbangannya sendiri. Sikap tidak terbuka tersebut disebabkan oleh anggapan bahwa tidak semua hal tentang diri sendiri bisa diketahui oleh orang lain. Selain itu perasaan malu pada rahasia yang dimilikinya juga menjadi alasan informan.

### **3. Besaran Kelompok**

Besaran kelompok kecenderungan seseorang untuk mengungkapkan diri pada kelompok bicara yang kecil atau kepada kelompok bicara yang besar. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Hmm, kelompok kecil sih. Karena kerasanya lebih personal kalau buat aku, apalagi kalau again misalnya ngomongin tentang cerita serius atau event yang besar di kehidupan aku. Aku bisa liat respon baliknya langsung dari mereka gimana. Kalau di kelompok besar kan agak susah, A, B, C, D. Ada yang main hp atau males dengerin kan keliatan yaa dari gerak geriknya.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menceritakan bahwa ia lebih memilih untuk mengungkapkan diri pada kelompok bicara yang kecil. Karena menurutnya, dalam kelompok kecil tersebut akan terasa lebih personal dan ia bisa melihat secara langsung respon dari orang yang mendengarkan ceritanya. Dibandingkan dengan kelompok besar, ia merasa bahwa bercerita dalam kelompok besar cenderung lebih sulit karena banyaknya orang yang mendengarkan dan sulit terfokus pada ceritanya. Berikut ini penjelasan Informan 2:

*“Hmm, kelompok kecil ya. Jadi aku udah tau mereka siapa dan kira – kira respon mereka gimana gitu. Iya. Aku merasa lebih nyaman dan ketika udah selesai ngomong, merasa lebih lega aja gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menjelaskan bahwa ia memilih untuk mengungkapkan diri pada kelompok kecil karena telah mengetahui dan mengenal orang – orangnya dengan baik sehingga ia merasa lebih nyaman dan lega setelah melakukan pengungkapan diri ke kelompok kecil tersebut. Berikut ini penjelasan Informan 3:

*“Kalau saya sih, relative ya. Tergantung ceritanya gitu, kalau misalnya lagi privacy banget, lagi rahasia banget atau masalah yang benar – benar ngena banget itu aku lebih pilih ke orang – orang tertentu aja sih ceritanya. Tapi kalau pengalaman kecil aja atau bahagia itu bisa sih ke banyak orang ceritanya gitu. Tapi tetep aku lebih sering lari ke Twitter kayaknya hahaha.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menjawab bahwa ia memiliki preferensinya sendiri dalam mengungkapkan diri. Menurutnya, ia akan mengungkapkan diri terkait hal yang privasi pada kelompok bicara yang kecil dan ia kenal saja. Sedangkan untuk pengalaman lainnya yang tidak terlalu menyangkut masalah privasi, ia bisa menceritakannya pada kelompok bicara yang besar. Berikut ini penjelasan Informan 4:

*“Dua – duanya aku nyaman sih. Aku juga seneng ngobrol sama banyak orang, sekedar bercanda aja atau sharing pengalaman juga. Biasanya tergantung konteks seberapa privasi cerita aku ya, kalo privasi banget tentang percintaan atau lainnya aku cerita ke temen dekat yang 2-3 orang aja. Kalo cerita pengalaman liburan ke mana misalnya Bali atau pengalaman lain yang gak gitu privasi, aku seneng sharing ke banyak orang juga sih.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 juga memiliki pendapat yang sama dengan Informan 3. Ia menyatakan bahwa kelompok besar dan kelompok kecil sama nyamannya untuk menceritakan pengalamannya. Ia akan melihat seberapa penting dan privasi

pengungkapan dirinya sebelum memutuskan untuk menceritakan pada kelompok bicara yang kecil maupun besar.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa tidak seluruh informan memilih untuk terbuka pada besaran kelompok yang sama. Dalam hal ini, besaran kelompok adalah ukuran seberapa besar orang yang terlibat pada sebuah kelompok. Sesuai dengan penjelasan tersebut, informan memiliki preferensinya sendiri dalam hal pengungkapan diri. Mayoritasnya memilih untuk terbuka pada kelompok yang kecil dan adapula yang memilih terbuka pada kedua kelompok (besar dan kecil) (Wood, 2013). Hal ini menunjukkan bahwa besaran kelompok benar memengaruhi keterbukaan pada seseorang karena berdasarkan dari jawaban informan, kelompok kecil terasa lebih intim dan mudah untuk dikenali sehingga mereka merasa nyaman pada kelompok yang kecil dibandingkan dengan kelompok besar.

#### 4. Perasaan Suka

Perasaan suka adalah sebuah faktor yang memengaruhi *self disclosure* di mana seseorang akan lebih terbuka dengan orang yang disukai atau dicintainya. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Iya sih, yang kayak tadi aku udah bilang. Hampir semua cerita tentang aku tuh pasti sahabat aku juga tau. Kayak, selalu tuker cerita everything that happened in our past gitu sih. Tapi tetep cerita di Tweet juga kok”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menyatakan bahwa hampir seluruh cerita tentang dirinya akan selalu diungkapkan pada sahabat dekatnya. Ia dan sahabatnya terbiasa untuk bertukar cerita tentang hal yang terjadi padanya dan sahabatnya. Berikut ini penjelasan Informan 2:

*“Aku lebih suka ke circle terdekat sih, orang – orang terdekat. Pacar, keluarga, sahabat gitu. Dibandingkan dengan ke temenku yang nggak terlalu kenal banget atau kelompok besar gitu”*

Informan 2 menjelaskan bahwa ia lebih senang untuk bercerita atau mengungkapkan diri kepada orang terdekatnya seperti pacar, sahabat ataupun

keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa ia mengungkapkan diri pada orang – orang yang ia sukai. Berikut ini penjelasan Informan 3:

*“Hmm, iya kadang suka meluapkan diri aku ya ke orang terdekat juga ya. Tapi tetep kayaknya aku lebih sering ngomongnya ke Twitter sih. Kalo sama temen dekat mungkin ngomonginnya crush yaa atau masalah pribadi yang agak complicated.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 mengaku bahwa ia benar mengungkapkan diri pada orang – orang terdekat yang ia sukai. Namun menurutnya, Informan 3 lebih banyak mengungkapkan diri atau bercerita melalui Twitter. Ia akan bercerita kepada temannya jika ingin mencurahkan hati tentang pacarnya. Berikut ini penjelasan Informan 4:

*“Bisa dibilang, iya sih. Aku banyak cerita ke sahabat terdekat, hampir semua aku ceritain dari yang penting sampe nggak penting sama sekali hahaha.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

- Informan 4 menjelaskan bahwa ia banyak bercerita pada sahabat terdekatnya. Ia mengaku bahwa hampir semua hal dapat ia ceritakan ke sahabatnya dari hal yang menurutnya penting bahkan hingga ke hal yang tidak penting.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa tidak seluruh informan memilih untuk terbuka pada orang – orang tertentu yang secara hubungan dapat dikatakan dekat atau orang yang disukai maupun dicintainya. Sesuai dengan penjelasan pada Bab 2, perasaan suka berarti kecenderungan seseorang untuk mengungkapkan diri kepada orang yang ia sukai atau cintai (Wood, 2013). Pernyataan seluruh informan menjelaskan bahwa semua informan setuju pada penjelasan perasaan suka pada faktor yang memengaruhi *self disclosure*. Keterbukaan diri yang dilakukan oleh para informan dilakukan kepada orang – orang terdekat dan dicintainya seperti sahabat, pacar, dan keluarga.

## **5. Efek Diadik**

Efek diadik adalah pernyataan bahwa seorang individu akan cenderung lebih terbuka kepada orang lain yang juga mengungkapkan dirinya. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Iya, bener karena yaa kita kan udah lama banget temenan, mungkin dari kelas 7 SMP. Jadinya, even though we’ve done something yang kurang baik, aku kalo cerita ke di itu there’s no judgement gitu, like “Oh that’s a bad thing but we still can learn something good from that.” gitu gitu.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menganggap bahwa pertemanan yang sejak lama dibangun juga membuat mereka saling terbuka satu sama lain. Karena di masa – masa tersebut dirinya dan sahabatnya juga turut saling menceritakan atau mengungkapkan diri satu sama lain sehingga membuat mereka saling mengerti dan mendukung. Berikut ini penjelasan dari Informan 2:

*“Mungkin sama ya itungannya, aku terbuka ke sahabat dekat, ke keluarga gitu tentang hal – hal personal karena mereka juga biasanya ceritain pengalamannya ke aku. Dan aku juga terbuka di akun anonim. Tapi ketika aku ngomongin di akun anonim, aku lebih ngomongin bagaimana cara aku merasakan aja gitu. Kalau misalkan ke keluarga, aku lebih nyeritain ke apa yang terjadi gitu bukan apa yang aku rasakan.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

● Informan 2 menjelaskan bahwa dirinya akan lebih terbuka ● untuk mengungkapkan diri pada orang terdekatnya yang juga menceritakan pengalamannya. Namun Ia juga tetap terbuka di akun *anonymous* miliknya dan menceritakan perasaannya. Selain itu Informan 3 juga menanggapi sebagai berikut:

*“Oh, pasti ya. Karena dengan begitu kan jadi bisa membangun topik pembicaraan dan bisa lebih kenal satu sama lain gitu yaa.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 merasa dengan saling terbuka dan menceritakan tentang satu sama lain, bisa membuatnya meningkatkan kedekatan hubungan. Baginya sikap saling terbuka dapat memunculkan topik pembahasan baru yang mengarahkannya pada kedekatan hubungan antara dirinya dan orang lain. Begitupula dengan Informan 4 yang memberikan penjelasan sebagai berikut:

*“Iya bener. Aku bakal jauh lebih terbuka kalau orang juga ceritain pengalamannya karena obrolannya jadi semakin seru dan membuka kesempatan buat semakin kenal dengan orang itu juga. Bisa jadi dari situ malah jadi temen dekat kan, karena awalnya saling terbuka.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa Ia akan lebih terbuka dalam mengungkapkan diri jika lawan bicaranya juga turut mengungkapkan diri atau bercerita tentang dirinya. Menurutnya, sikap saling terbuka bisa merekatkan

hubungannya dengan seseorang dan membuka kesempatannya agar lebih mengenal lawan bicaranya lebih dalam.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa seluruh informan melakukan pengungkapan diri pada orang – orang yang juga turut mengungkapkan diri. Sesuai dengan penjelasan pada Bab 2, efek diadik memiliki definisi bahwa kecenderungan individu untuk mengungkapkan diri pada lawan bicara yang turut mengungkapkan diri pada dirinya (Wood, 2013). Pernyataan seluruh informan menekankan bahwa efek diadik benar memengaruhi pengungkapan dirinya. Efek diadik juga memungkinkan para informan untuk memunculkan topik pembicaraan baru hingga mengenal lebih dekat lawan bicaranya.

## 6. Kompetensi

Kompetensi adalah sebuah faktor yang memengaruhi *self disclosure* di mana seseorang akan lebih terbuka apabila berbicara terkait hal yang diunggulinya. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Iya bener, pasti sih ya. Hmm, aku tuh bakal banyak ngomong di hal yang aku passionate banget. Kalau misal topiknya bukan tentang yang aku passionate banget, ya aku paling gak mencoba untuk fit in kontribusi buat tetep ikutan ngobrol sih.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa ia akan cenderung lebih terbuka dan berbicara terkait hal yang disenanginya. Jika sedang membicarakan hal yang tidak begitu disenanginya, maka ia akan mencoba untuk tetap dalam perbincangan. Berikut ini penjelasan Informan 2:

*“Iya, semacamnya. Aku lebih banyak cerita tentang sesuatu yang udah pernah aku jalani lah gitu ya. Yang aku udah ketahui seluk beluknya, dibanding sesuatu yang baru aku baru pengen atau aku baru tahu. Misalnya kayak, pengalaman pertama kali naik transportasi umum gitu. Aku kan belum lama baru naik Transjakarta ya. Itu kan pengalaman baru buat aku, aku nggak seterbuka itu untuk cerita pengalaman itu. Dibandingkan cerita aku tentang naik KRL, karena hampir setiap hari aku naik KRL itu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menyatakan bahwa ia akan lebih banyak bercerita tentang hal – hal yang sudah pernah dilaluinya. Dengan menceritakan hal yang pernah ia lewati,

Informan 2 akan lebih terbuka dan lebih mengetahui hal tersebut dibandingkan dengan hal yang baru saja ia ketahui atau bahkan baru ia alami. Berikut ini penjelasan Informan 3:

*“Iya bener setuju. Balik lagi, karena kalau ada pengalaman yang banyak, true story lah ya, itu aku pasti lebih pede buat share ke temen – temen. Kalo yang belum pernah ada pengalaman di situ ya pasti gak familiar dan nggak menguasai yaa.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menceritakan bahwa jika ia telah mengalami banyak pengalaman, maka ia lebih percaya diri untuk menceritakan tentang pengalaman tersebut ke orang lain. Menurut penjelasannya, jika belum pernah mengalami sebuah hal maka akan sulit untuk bercerita karena tidak menguasai hal tersebut. Berikut ini penjelasan Informan 4:

*“Hmm. Misalnya kayak cerita kerjaan ya? Kayaknya iya setuju lebih terbuka yak arena aku kan berada di bidang itu, di industri itu, pastinya aku juga punya pengalaman lebih banyak dari pada yang nggak berkecimpung di situ. Jawabannya udah pasti aku lebih terbuka kalo soal itu.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menceritakan bahwa ia akan cenderung lebih terbuka perihal pekerjaan yang dilakukannya. Menurutnya, dengan memiliki pengalaman bekerja di bidang yang saat ini ia geluti, ia akan lebih mudah untuk mengungkapkan diri dan bercerita ke orang lain.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa seluruh informan melakukan pengungkapan diri pada hal – hal yang diketahuinya atau yang dikuasainya. Sesuai dengan penjelasan pada Bab 2, kompetensi adalah kecenderungan individu untuk terbuka karena memiliki kemampuan pada suatu hal (Wood, 2013). Dalam hal ini, kompetensi juga memengaruhi para informan untuk mengungkapkan diri. Kompetensi memengaruhi informan karena menurut pengalaman para informan, mereka bisa menceritakan banyak informasi dirinya tentang pengalaman yang telah ia lewati ataupun bidang yang sedang mereka geluti.

## **7. Kepribadian**



Kepribadian adalah sebuah faktor yang memengaruhi *self disclosure* di mana seseorang akan lebih terbuka apabila memiliki kepribadian ekstrovert, dan begitu sebaliknya pada introvert. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Sebenarnya, tergantung situasi ya. Kayak aku dulu susah banget buat bergaul, kalau ketemu orang baru kayak diem aja gitu tapi lately I’ve been trying to work on that dan merasa sedikit better lah. Tapi kalau misalnya aku ketemu sama orang baru dan dia juga suka cari topik atau respon baliknya enak, itu aku sih bakal merasa lebih gampang bergaul sama dia daripada sama orang yang diem – diem aja nggak terlalu cari bahan omongan atau apa itu pasti aku bakal jadi canggung gitu.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menyebutkan bahwa ia termasuk orang yang sulit untuk bergaul namun seiring berjalannya waktu, ia mencoba untuk menjadi orang yang lebih mudah terbuka atau mudah bergaul. Ia mengaku bahwa sikapnya akan tergantung dari bagaimana orang lain merespon percakapannya. Jika orang lain cenderung tertutup dengannya, maka ia akan melakukan hal yang sama. Begitu pula dengan sebaliknya. Berikut ini penjelasan Informan 2:

*“Aku merasa mudah bergaul sih ya. Tapi untuk membuka diri itu cukup lama sih. Jadi ngobrol basa – basi gitu aku merasa bisa, jago gitu tapi kalau misalkan kita harus dekat sampe bisa istilahnya deep talk gitu agak lama mungkin, butuh beberapa bulan prosesnya. Hmm, introvert sih merasanya.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menjelaskan bahwa ia merasa dirinya termasuk orang yang mudah bergaul namun tidak untuk membuka diri. Baginya, butuh waktu yang cukup lama untuk ia membuka diri pada orang lain seperti memulai untuk mengobrol lebih mendalam. Namun Informan 2 mengaku bahwa ia termasuk orang yang tertutup atau introvert. Berikut ini penjelasan Informan 3:

*“Cenderung mudah bergaul sih aku, ekstrovert lah ya.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menyebutkan bahwa ia termasuk orang yang mudah bergaul. Selain itu ia juga menyatakan bahwa dirinya tergolong orang ekstrovert atau orang yang terbuka. Berikut ini penjelasan Informan 4:

*“Aku sih ekstrovert ya hahaha. Aku senang kenal sama orang baru, cari temen baru, cari topik obrolan yang nyambung sama orang baru itu”.* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menceritakan bahwa ia senang jika bertemu dengan orang baru dan mencari teman baru hingga memunculkan topik obrolan baru. Menurut penjelasannya, Informan 4 merupakan orang yang ekstrovert atau mudah bergaul.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa seluruh informan memiliki latar belakang kepribadian yang berbeda. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, kepribadian adalah sebuah kecenderungan individu untuk mengungkapkan diri tergantung dari kepribadiannya yang terbuka ataupun tertutup (Wood, 2013). Dalam hal ini, kepribadian juga menjadi sebuah faktor yang memengaruhi seseorang dalam mengungkapkan diri. Pernyataan informan tentang kepribadiannya menunjukkan bahwa orang yang memiliki kepribadian ekstrovert cenderung lebih senang untuk berinteraksi dengan orang lain dan sebaliknya pada orang yang berkepribadian introvert.

## 8. Topik

Topik adalah sebuah faktor yang memengaruhi *self disclosure* di mana seseorang akan lebih terbuka dengan orang lain terkait hal yang disenanginya saja. Hal ini dirasakan oleh keempat informan, maka berikut ini penjelasan dari Informan 1:

*“Ya dua – duanya seimbang sih. Kayak aku senang gara – gara sesuatu pasti langsung tweet “Oh my god, this happened. So happy.” gitu. Tapi kalau misalnya yang sedih – sedih juga sering sih. Seimbang sih kayaknya, cuma mungkin emosi – emosi negative juga banyak di-tweet sih hahahah.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa ia mengungkapkan diri pada hal – hal yang disenangi dan tidak disenanginya. Ia mengungkapkan kesenangannya dengan ungkapan bahagia dan turut mengungkapkan kesedihan dan emosi negatifnya di Twitter. Berikut ini penjelasan Informan 2:

*“Semuanya sih, sedih marah juga diungkapin. Kalau buat ngeluarin emosi negative ya, aku menunjukkan aja gitu kalau aku nggak suka atau nggak setuju atau merasa nggak enak sama hal tersebut. Kalau senang ya biasanya aku cuma share aja pengalamannya “Aku habis ke tempat ini dan makanannya enak banget.” gitu. Sedangkan kalau sedih aku lebih mendetail sih, misal “Aku hari ini sedih banget karena berantem sama pacarku gara – gara A.” bahkan jelasin sampe siapa yang mulai duluan dan gimana dampaknya ke aku gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menceritakan bahwa ia mengungkapkan diri terkait hal yang disukai dan tidak disukainya. Ia akan bercerita tentang hal pengalaman yang disenangi dan tidak disenangnya. Bahkan ia cenderung terbuka dan menceritakan mendetail tentang hal yang dirasakannya di Twitter. Berikut ini penjelasan Informan 3:

*“Hmm, dua – duanya sih. Hal yang bikin saya senang dan nggak disenengin juga diceritain. Karena buat aku, Twitter tuh bener – bener tempat buat ngeluarin semua unek – unek aku. Udah gitu pandemic juga kan, jadi apa – apa ya kepikirannya up di medsos aja terutama Twitter.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menceritakan bahwa ia juga mengungkapkan diri pada hal – hal yang disenangi dan tidak disenangnya. Menurut penjelasannya, Twitter digunakan sebagai mediana untuk mengungkapkan diri dan mengeluarkan keluh kesahnya. Berikut ini penjelasan Informan 4:

*“Dua – duanya. Pengalaman buruk juga aku ngetweet walaupun mungkin jumlahnya lebih banyak Tweet tentang perasaan aku ya. Betul Archie kurang lebih gitu deh. Tetep aku banyak curhat soal hal yang bikin aku sedih juga di Twitter.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menyatakan bahwa ia menceritakan pengalaman baik dan juga buruk. Namun menurut penjelasannya, ia lebih banyak menceritakan hal yang membuatnya sedih dibandingkan dengan hal yang menyenangkannya.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa seluruh informan memiliki kecenderungan pemilihan topik yang berbeda antara satu sama lain. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, Topik berarti sebuah kecenderungan seseorang dalam memilih topik pembicaraan dan umumnya seseorang mengungkapkan topik yang disenangnya (Wood, 2013). Dalam hal ini topik menjadi sebuah pertimbangan pada saat mengungkapkan diri. Topik terkait hal yang dikuasai atau disenangi individu menjadi sebuah hal yang memengaruhi pengungkapan diri pada seluruh informan.

## **9. Jenis Kelamin**

Selain dari sikap saling terbuka, faktor jenis kelamin atau gender juga menjadi salah satu alasan keterbukaan seseorang. Berikut penjelasan dari informan 1:

*“Okay kalau menurut aku, perempuan itu memang cenderung lebih mudah untuk terbuka terkait dengan perasaan atau keluhan mereka dibandingkan laki – laki. Mungkin karena nilai – nilai mereka yang udah ditanemin gitu ya kepada laki – laki sejak mereka kecil. Kayak they have to be masculine there a lot of traits related to be masculine like being strong. Dan aku sering liat waktu kecil, laki – laki yang ada di peer group aku tuh selalu diajarin kalau mereka nggak boleh nangis dan menunjukkan kekurangan mereka gitu because it doesn’t make them look strong, it doesn’t make them masculine, it doesn’t make them a man. Dan dengan mereka mengungkapkan apa yang mereka sedang rasakan, nunjukin emosi mereka, jadi dipandang lebih feminim dan tidak laki. Pikiran kayak gitu selalu bikin aku kesel, karena pertama karena hal – hal yang diasosiasikan dengan femininitas dan perempuan sering dipandang buruk. Also jadinya banyak laki – laki from my observation based on around me, mereka jadi kurang bisa mengelola emosinya dengan baik and worst mereka turn it into violence.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa menurutnya perempuan cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan diri dibandingkan dengan laki – laki. Ia meyakini bahwa nilai yang selama ini tertanam di masyarakat sekitarnya membuat para laki – laki merasa kesulitan dalam mengungkapkan dirinya karena adanya tekanan bahwa laki – laki harus maskulin hingga anggapan bahwa laki – laki tidak boleh menangis. Selain itu pula anggapan bahwa mengutarakan perasaan sama dengan menunjukkan sisi femininitas seseorang membuat laki – laki enggan untuk terbuka. Sehingga hal tersebut berdampak pada kemampuan pengelolaan emosi yang kurang baik pada para laki – laki karena tidak bisa secara terus terang mengutarakan perasaannya. Sedangkan Informan 2 berpendapat sebagai berikut:

*“Menurutku sebagai perempuan ya, di lingkunganku memang laki-laki lebih sulit mengungkapkan ekspresinya dibanding perempuan. Itu juga terkait dengan gengsi, ekspektasi orang-orang terhadap laki-laki, dan perkara lainnya. Sementara sebagai perempuan, aku merasa di dunia nyata atau di dunia maya, aku lebih bisa ngungkapin diri apa adanya. Dan orang-orang juga lebih mudah terima itu gitu. Temen-temenku di real life atau RP juga kebanyakan perempuan juga ya, jadi lebih bisa relate dengan pengungkapan diriku.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menyatakan bahwa menurut pengalamannya, laki – laki di sekitarnya cenderung kesulitan untuk mengungkapkan ekspresinya dibandingkan dengan perempuan. Menurutnya, permasalahan gengsi atau harga diri serta ekspektasi orang lain terhadap laki – laki menjadi beberapa penyebabnya. Ia mengiyakan pertanyaan perempuan lebih terbuka daripada laki – laki karena Ia merasa bahwa dirinya pun mudah mengungkapkan diri secara terang – terangan

kepada orang – orang di sekitarnya. Pengaruh lingkungan sekitar yang mayoritas berjenis kelamin perempuan juga menurutnya bisa memengaruhi bahwa beberapa hal bisa lebih dimengerti oleh para perempuan. Berikut ini penjelasan dari Informan 3:

*“Iya benar, karena kalo cowok speak up ke temen yg dia percaya aja kadang masih malu dan cenderung tertutup atau prefer untuk simpan semuanya sedangkan cewe bisa dengan mudah mengungkapkan perasaan. That's why saya senang ada Twiter yang bisa dengan mudah mengutarakan pengalaman sama masalah yang saya rasakan. Iya benar, karena lebih nyaman dan terpercaya aja (jika cerita ke orang terdekat).” (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)*

Informan 3 juga setuju pada pernyataan bahwa laki – laki lebih tertutup dalam hal mengungkapkan diri. Baginya, laki – laki cenderung berani mengungkapkan diri hanya pada orang yang dipercayai olehnya saja. Sedangkan menurutnya perempuan jauh lebih terbuka akan hal itu. Sedangkan Informan 4 memiliki pandangan yang berbeda yakni sebagai berikut:

*“Menurut aku, perempuan gak bisa dibilang lebih mudah terbuka dibandingkan laki – laki. Karena kemauan seseorang perempuan untuk terbuka juga sesuai dengan situasi dan kondisi dari berbagai hal ya. Tergantung sama siapa dia cerita dan kondisi atau perasaan dari yang cerita juga. Sebagai laki-laki, aku merasa lebih suka dan memilih buat terbuka dengan orang – orang yang aku percaya tentunya. Karena dengan terbuka sama orang yang udah aku percaya, cerita atau rahasia yang aku omongin ke mereka pasti dijaga dengan baik.” (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)*

Informan 4 menjelaskan bahwa dirinya tidak sepaham dengan ketiga informan lainnya dalam hal ini. Menurutnya, jenis kelamin tidak berpengaruh pada sejauh mana mereka membuka dirinya. Baginya, perempuan juga mempertimbangkan kemauan serta kondisi dari berbagai macam faktor saat mengungkapkan diri ke orang lain terutama tentang perasaannya. Namun Ia mengiyakan pernyataan bahwa laki – laki cenderung terbuka pada orang yang dipercayainya saja karena orang terdekatnya dapat menjaga rahasianya dengan baik.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa mayoritas informan berpendapat bahwa jenis kelamin memengaruhi keterbukaan diri seseorang. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, jenis kelamin adalah sebuah faktor *self disclosure* yang menyatakan bahwa laki – laki cenderung lebih tertutup dibandingkan dengan

perempuan (Wood, 2013). Hal tersebut juga didukung pernyataan para informan yang menjelaskan bahwa keterbukaan diri pada perempuan lebih banyak dibandingkan dengan lelaki. Konstruksi sosial serta stereotipe masyarakat terhadap lelaki dianggap memengaruhi keterbukaan diri pada laki – laki.

## 10. Ukuran atau Jumlah

Ukuran atau jumlah adalah sebuah dimensi *self disclosure* yang dinilai berdasarkan dari frekuensi dan durasi seseorang dalam mengungkapkan diri. Dalam hal ini, informan menjelaskan seberapa sering dan seberapa lama mereka menggunakan Twitter untuk pengungkapan diri. Berikut penjelasan dari Informan 1:

*“Cukup sering sih, aku merasa kalau ada hal – hal kecil pun yang bikin aku sedih atau kesel, itu pasti aku ngomong di Twitter langsung. Kalau cerita sih mungkin, Hmm, 2 jam kali ya? Sisanya kayak scrolling – scrolling aja.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa ia cukup sering mengungkapkan diri di Twitter terlebih pada hal yang membuatnya sedih ataupun kesal. Namun jika diakumulasikan secara waktu, kurang lebih ia menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri selama 2 jam. Berikut penjelasan dari Informan 2:

*“Hmm, cukup sering ya hitungannya. Sekitar bisa tiga sampai empat kali sehari kalau dihitung dari jumlah tweet yang aku tulis. Mungkin maksimal lima jam ya. Tapi itu termasuk sama aku scrolling dan reply tweet orang lain juga sih. Kalau untuk di Twitter aku sendiri, paling satu dua jam ya paling lama waktunya.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 mengaku bahwa ia cukup sering menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri. Kurang lebih sekitar tiga sampai empat kali sehari ia mengungkapkan diri jika dihitung menggunakan Tweet yang ia unggah. Ia mengaku bahwa ia menggunakan Twitter selama 5 jam dalam sehari, namun waktu tersebut adalah hasil akumulasi dari menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri dan juga menggunakannya untuk memperoleh informasi. Berikut penjelasan dari Informan 3:



*“Sering, sering banget. Itu bisa misal sehari bisa 4 – 5 Tweet kali ya saking seringnya. Karena bolak-balik Twitter, cerita yang aku rasain terus keluar lagi gitu. Oh lagi sedih nih, aku langsung lari ke Twitter nge-tweet, cari yang trending juga di sana, sampe buang – buang waktu juga kayaknya di Twitter deh.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menyebutkan bahwa ia dapat dianggap sangat sering menggunakan Twitter untuk mengungkapkan diri. Dalam satu hari, ia bisa mengunggah 4 sampai 5 Tweet untuk mengungkapkan diri. Informan 3 mengaku bahwa ia secara spontan menuliskan perasaannya dan mengunggahnya di Twitter. Namun selain digunakan untuk mengungkapkan diri, Twitter juga dimanfaatkan baginya untuk memperoleh berita. Berikut penjelasan dari Informan 4:

*“Hmm, berapa lama ya tadi? Tiga jam sehari sih. Itu tapi belum termasuk sama scrolling cari informasi yaa. Tiga jam ya cerita, ngetweet tentang pikiran, perasaan aku aja.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa ia menggunakan Twitter selama tiga jam dalam sehari untuk mengungkapkan diri namun akumulasi tersebut belum termasuk dengan waktunya yang digunakan untuk mendapatkan informasi dari Twitter.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa mayoritas informan memiliki frekuensi dan durasi yang beragam pada saat mengungkapkan diri di Twitter. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, ukuran atau jumlah adalah sebuah ukuran seberapa sering dan seberapa lama seseorang melakukan *self disclosure* (Wood, 2013). Jumlah rata – rata para informan melakukan *self disclosure* adalah 3 – 5 jam.

## 11. Valensi

Valensi adalah sebuah dimensi *self disclosure* yang merupakan kecenderungan seseorang dalam mengungkapkan diri, apakah ungkapannya dianggap positif ataupun negatif. Dalam hal ini, informan menjelaskan kecenderungannya dalam mengungkapkan dirinya . Berikut penjelasan dari Informan 1:

*“Cukup seimbang sih yaa. (Antara ungkapan kesenangan, kekesalan maupun kesedihan)”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)



Informan 1 menyatakan bahwa kecenderungannya mengungkapkan diri melalui Twitter adalah seimbang. Ia menceritakan hal yang membuatnya bahagia dan membuatnya kesal. Berikut penjelasan dari Informan 2:

*“Seimbang sih. Walaupun aku bukan orang yang gampang ngeshare tentang perasaan aku, tapi aku cenderung lebih ceritain semuanya aja di akun anonim aku karena nggak bakal ada yang tau juga aku aslinya seperti apa, tinggal di mana dsb. kecuali aku kena doxing.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menyatakan bahwa ia juga memiliki kecenderungan pengungkapan diri yang seimbang. Menurut penjelasannya, ia menceritakan seluruh hal yang dialaminya di akun anonimnya tersebut sehingga ungkapan kebahagiaan dan kebenciannya cukup seimbang. Berikut penjelasan dari Informan 3:

*“Kebencian dan keluhan hahaha. Soalnya kalau happy – happy biasanya mungkin larinya lebih ke Instagram ya.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 juga menjelaskan bahwa ia memiliki kecenderungan pengungkapan diri pada hal yang ia benci atau kesali. Menurut penjelasannya, pengungkapan diri yang bentuknya membahagiakan cenderung diungkapkannya pada media sosial lainnya yakni Instagram. Berikut penjelasan dari Informan 4:

*“Hahaha dua – duanya deh. Aku pokoknya nge-tweet yang lagi aku rasain aja, apapun itu. Kalo ditanya lebih sering mana kayaknya lebih sering nge-tweet keluhan ya.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menyatakan bahwa ia memiliki kecenderungan pengungkapan diri yang seimbang. Menurutnya, ia cenderung mengungkapkan semua hal yang sedang dirasakannya. Sehingga tidak ada kecenderungan ungkapan positif maupun negatif.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa mayoritas informan memiliki kecenderungan arah pengungkapan diri positif atau negatif pada saat mengungkapkan diri di Twitter. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, valensi adalah kecenderungan individu dianggap mengungkapkan diri ke arah yang positif atau negatif (Wood, 2013). Dalam hal ini mayoritas informan cenderung

mengungkapkan diri pada hal – hal yang positif atau menyenangkan dan hal negative seperti ungkapan kekecewaan dan lain sebagainya. Namun adapula informan yang memiliki kecenderungan pengungkapan diri pada hal yang negatifnya.

## 12. Kecermatan dan Kejujuran

Kecermatan dan kejujuran adalah sebuah dimensi *self disclosure* yang merupakan ketelitian dan ketulusan hati seseorang dalam melakukan pengungkapan diri. Dalam hal ini, informan menjelaskan seberapa jujur dirinya dalam mengungkapkan diri menggunakan Twitter. Berikut penjelasan dari Informan 1:

*“Aku sih kadang kalau lagi ada sesuatu terjadi yang bikin kesel gitu, aku coba proses dulu di kepala, kayak sort of having an internal convo with myself. Kalau aku merasa perlu cerita aku pasti nge-tweet sih dan langsung yaa jujur aja langsung.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan bahwa dirinya akan memproses terlebih dahulu emosinya sebelum kemudian mengutarakannya melalui Tweet. Ia mengaku bahwa jika merasa perlu untuk menceritakan perasaan atau pikirannya maka Ia segera menuliskannya dengan jujur dalam bentuk Tweet. Berbeda dengan Informan 2, berikut ini penjelasannya:

*“Hmm. Kalau untuk emosi (negatif) seperti itu nggak langsung gamblang sih, biasanya aku menyensor beberapa hal gitu cuma untuk mengungkapkan emosi mungkin kalau aku marahnya siang, aku bakal baru nge-tweetnya malam. Pasti aku berusaha merasakan dulu baru aku nge-tweet, sekalipun itu akunnya anonim gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 mengaku bahwa dirinya tidak secara langsung menjelaskan secara gamblang terkait hal yang membuatnya kesal dan cenderung menutupi beberapa hal yang sekiranya tidak dapat diceritakan melalui Tweetnya. Ia menjelaskan bahwa perlu untuk merasakan emosinya terlebih dahulu sebelum mengunggahnya ke Twitter. Sedangkan Informan 3 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Iya, malah kalau bisa sebutin orangnya, ya aku mungkin udah sebutin ya hahaha. Sampe masalahnya aku mendetail banget ceritanya. Soalnya kadang temenku juga ada yang reply jadi seru aja ada yang menanggapi Tweet aku gitu lah ya kurang lebih. Dan dengan nulis secara spontan bagi aku langsung bikin lega hati gitu.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 merasa bahwa dirinya menuliskan cerita secara jujur dan mendetail jika berbicara terkait kekesalan atau kekhawatiran. Bahkan dirinya mengaku bahwa Ia bisa saja menyebutkan nama orang yang membuatnya kesal dalam Tweet-nya. Menurutnya, menulis secara spontan dapat membuatnya merasa lega. Selain itu Informan 4 memberikan penjelasan sebagai berikut:

*“Tentu aku terang – terangan banget. Ngapain ngumpet – ngumpet kan usernamenya juga bukan identitas asli gitu. Jadi enak bisa ngomong sepuasnya aja, gak banyak yang tau ini kan.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa Ia berterus terang dalam mengungkapkan kekesalan ataupun kekhawatirannya di Twitter karena baginya tidak ada nada yang mengetahui identitas aslinya di Twitter. Ia mengaku bisa mengungkapkan perasaan dan pikirannya sepuasnya tanpa khawatir akan ada yang tahu identitasnya.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa mayoritas informan telah berlaku dan betutur kata jujur pada saat mengungkapkan diri di Twitter. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, kecermatan dan kejujuran dinilai dari seberapa jujur dan seberapa teliti seorang individu dalam mengungkapkan diri (Wood, 2013). Dalam hal ini, seluruh informan mengaku telah berperilaku jujur pada saat mengungkapkan diri. Hal ini diakui oleh informan karena mereka mengungkapkan semua hal yang dialaminya di Twitter.

### **13. Tujuan dan Maksud**

Tujuan dan Maksud adalah sebuah dimensi *self disclosure* yang merupakan cara bagaimana seorang individu mengungkapkan *self disclosure* pada hal – hal yang dirasa tidak terlalu penting (peripheral) dan tidak berhubungan dengan dirinya (impersonal). Dalam hal ini, informan menjelaskan hal – hal apa saja yang diungkapkannya melalui Twitter. Berikut penjelasan dari Informan 1:

*“Kalau tujuan dan maksud, hmm. Tujuan aku ngungkapin perasaan di Twitter ya sebenarnya supaya merasa lega, memproses pikiran dan emosiku juga. Karena kan dengan aku banyak ngetweet soal apa yang aku rasain, hari – hariku, pasti aku jadi terbiasa untuk mengeluarkan emosi atau pendapat, jadi nggak lebih dipendam terus”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menjelaskan tujuan dan maksudnya untuk mengungkapkan diri di Twitter adalah agar merasa lega dan membantunya untuk memproses pikiran serta perasaannya. Menurutnya, dengan menuliskan dan mengunggah pikiran serta perasaannya di Twitter dapat membantunya untuk mengeluarkan emosinya. Sedangkan Informan 2 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Saya tujuan mengungkapkan diri sih untuk belajar lebih berani men-deliver perasaan aja. Karena di akun anon ini, saya merasa lebih bebas kan, jadi saya bisa ngomong apa aja di situ”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 mengaku bahwa tujuan dan maksudnya dalam mengungkapkan diri di Twitter adalah sebagai medianya untuk belajar agar lebih berani dalam mengungkapkan perasaannya kepada orang lain. Sedangkan Informan 2 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Tujuan aku ngungkapin diri di Twitter, hmm. Mungkin sebenarnya lebih karena aku nggak bisa ceritain semua ke orang jadi aku ungkapinnya di Twitter, itu sih.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menyatakan bahwa tujuan dan maksudnya untuk mengungkapkan diri melalui Twitter adalah untuk menceritakan hal – hal yang tidak bisa diceritakan secara langsung kepada orang di sekitarnya. Sehingga dalam hal ini Twitter digunakannya untuk mengungkapkan hal yang tidak bisa diceritakan pada orang lain. Sedangkan Informan 2 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Apa ya? Tujuanku lebih ke biar dikeluarin aja perasaannya, terutama emosi marah atau kesel ya. Soalnya kalau dipendam kadang bikin mood gak enak dan lain sebagainya.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menjelaskan bahwa tujuan dan maksudnya mengungkapkan diri melalui Twitter adalah untuk mengeluarkan perasaannya terutama pada perasaan marah. Menurutnya, jika ia memendam perasaannya maka akan memengaruhi perasaan hatinya. Sehingga ia perlu untuk mengeluarkan perasaannya.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa mayoritas informan memiliki tujuan serta maksud yang berbeda – beda pada saat mengungkapkan diri di Twitter. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, tujuan dan maksud memiliki definisi sebagai bagaimana individu mengungkapkan maksud serta hal yang ditunjukkan dalam mengungkapkan diri (Wood, 2013). Secara umum, para informan memiliki tujuan yakni agar melegakan hatinya karena telah mengungkapkan pikirannya serta sebagai media belajar mereka agar lebih berani dalam mengungkapkan opininya.

#### 14. Keintiman

Keintiman adalah sebuah dimensi *self disclosure* yang merupakan cara bagaimana seorang individu mengungkapkan *self disclosure* pada hal – hal yang dirasa tidak terlalu penting (*peripheral*) dan tidak berhubungan dengan dirinya (*impersonal*). Dalam hal ini, informan menjelaskan hal – hal apa saja yang diungkapkannya melalui Twitter. Berikut penjelasan dari Informan 1:

*“Iya, iya. Secara umum misalnya bisa dibilang hal – hal yang terjadi sama aku, bisa dianggap beberapanya tuh rahasia sih. Biasanya lebih banyak aku omongin aja di tweet sih.”* (Nisa Amalia, Hasil Wawancara, 4 Mei 2022)

Informan 1 menyatakan bahwa beberapa hal yang sudah ia alami di hidupnya dianggap sebagai rahasia. Namun menurut penjelasannya, ia tetap mengungkapkan hal – hal penting tersebut dalam unggahan Tweet. Sedangkan Informan 2 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Hmm, mungkin bisa dibilang iya. Tapi kadang aku nulisnya ditutup – tutupin sedikit seolah rahasianya bukan punyaku gitu.”* (Nada Salsabila, Hasil Wawancara, 10 Mei 2022)

Informan 2 menjawab bahwa ia tidak sepenuhnya mengungkapkan diri terkait hal – hal yang penting baginya di Twitter. Jika ia mengungkapkannya maka akan ada beberapa hal yang disembunyikan olehnya dan menuliskan unggahan Tweet tersebut seolah tidak sedang mengungkapkan hal yang penting atau rahasia. Sedangkan Informan 3 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Sometimes pernah. Tapi gak aku jelasin mendetail banget. Aku sebenarnya lebih ngungkapin ke hal – hal yang nggak terlalu berarti sih, kalo yang penting banget tuh kadang gak semuanya aku ungungkapin aja.”* (MK, Hasil Wawancara, 27 April 2022)

Informan 3 menjelaskan bahwa beberapa kali ia pernah mengungkapkan hal – hal yang menurutnya penting. Namun menurut penjabarannya, ia tidak terlalu menjelaskan hal tersebut secara mendetail. Ia lebih sering mengungkapkan diri terkait hal yang tidak begitu penting baginya. Sedangkan Informan 4 memiliki penjelasan sebagai berikut:

*“Kayaknya secara gak sadar aku juga ngelakuin itu ya. Karena saking udah apa aja aku ceritain, hal yang aku rasain langsung aku tuang lewat Tweet, ya mungkin aku juga ngungkapin hal rahasia itu juga.”* (ZI, Hasil Wawancara, 29 April 2022)

Informan 4 menyatakan bahwa mungkin saja secara tidak sadar ia telah mengungkapkan hal – hal yang terbilang penting baginya. Karena ia cenderung mengungkapkan semua hal yang ia rasakan melalui Tweet di Twitter.

Berdasarkan dari penjelasan informan, didapati bahwa mayoritas informan memiliki kadar keintiman yang beragam pada saat mengungkapkan diri di Twitter. Sesuai dengan yang tertulis pada Bab 2, keintiman dinilai dari hal yang penting dan tidak terlalu penting baginya untuk dibagikan kepada orang lain (Wood, 2013). Dalam hal ini, pengungkapan diri dilakukan dengan mengungkapkan hal – hal penting dan tidak penting bagi informan.

Dalam penerapan *self disclosure* yang dilakukan oleh para informan, terbukti bahwa banyak dari faktor yang memengaruhi dan dimensi *self disclosure* dilakukan oleh para informan. Pada segi jendela informasi pengungkapan diri Johari Window, seluruh informan mengaku bahwa mereka telah melakukan pengungkapan diri kepada orang lain bahkan merasa senang, puas hingga lega pada saat setelah melakukan pengungkapan diri. Selain itu, seluruh informan juga memiliki rahasia yang tidak diungkapkan oleh mereka dengan alasannya masing – masing. Dalam hal ini berarti seluruh informan melakukan keterbukaan diri pada *open area* dan *hidden area* yang mana terdapat informasi dirinya yang diketahui oleh orang lain dan tidak sama sekali diketahui oleh orang lain

Sedangkan untuk faktor yang memengaruhi *self disclosure*, seluruhnya benar terbukti memengaruhi keterbukaan diri pada seseorang. Para informan menjelaskan bahwa salah satu faktornya yakni **Besaran Kelompok** terbilang memengaruhi keterbukaannya. Mayoritas informan menjelaskan bahwa mereka lebih memilih untuk terbuka pada kelompok bicara yang kecil karena terasa lebih personal dan dapat secara langsung melihat respons dari para lawan bicaranya saat mengungkapkan diri. Sedangkan pada **Perasaan Suka**, mayoritas informan juga menyatakan bahwa mereka cenderung terbuka pada orang – orang di sekitarnya yang ia senangi seperti sahabat, keluarga ataupun kekasihnya.

Adapun **Efek Diadik** yang juga memengaruhi pengungkapan diri mayoritas informan penelitian. Menurut para informan, Efek Diadik jelas berperan pada keterbukaan diri seseorang dengan orang lain karena dapat membuka kesempatan bagi informan dan lawan bicaranya untuk saling terbuka dan mengenal satu sama lain. Dapat disimpulkan bahwa saling keterbukaan antar lawan bicara dapat membuat seseorang membangun hubungan dekat dengan orang lain melalui topik pembicaraan tertentu. Sehingga Efek Diadik benar memengaruhi *self disclosure* atau keterbukaan diri pada seseorang. Hal ini membuktikan pernyataan pada faktor yang memengaruhi *self disclosure* yakni Efek Diadik yang dapat menyebabkan seorang individu cenderung lebih mengungkapkan diri jika lawan bicaranya juga turut mengungkapkan dirinya.

Selain itu **Kompetensi dan Kepribadian** juga turut menjadi faktor yang memengaruhi keterbukaan diri seseorang. Mayoritas informan setuju bahwa mereka akan lebih mudah terbuka dan bercerita kepada orang lain jika merasa bahwa mereka unggul dalam sebuah hal contohnya adalah pada bidang pekerjaan yang digelutinya. **Kepribadian** juga menjadi salah satu pengaruh besar pada keterbukaan diri karena pada informan yang memiliki kepribadian terbuka, mereka lebih senang untuk berkenalan dan bertemu dengan orang lain serta menceritakan informasi pribadinya dibandingkan dengan informan yang memiliki kepribadian lebih tertutup.

**Topik** juga menjadi faktor yang penting dalam pengungkapan diri. Mayoritas informan memiliki kecenderungan untuk memilih topik pengungkapan diri yang ia ingin bicarakan. Seluruh informan mengaku bahwa mereka cenderung



terbuka pada topik apapun mulai dari hal yang disenangi hingga yang tidak disenanginya. Selain itu, **Jenis Kelamin** juga menjadi faktor yang amat memengaruhi *self disclosure*. Dalam penjelasan terkait jenis kelamin, laki – laki dianggap lebih tertutup dalam mengungkapkan diri dibandingkan dengan perempuan. Namun ternyata hal tersebut dibenarkan oleh mayoritas informan. Hampir semua informan setuju pernyataan tersebut adalah benar adanya. Hanya satu informan saja yang menjawab bahwa keterbukaan diri tidak tergantung dari jenis kelamin, melainkan keinginan atau kemauan individunya untuk mengungkapkan diri. Penjelasan di atas membuktikan bahwa tujuh faktor yang memengaruhi *self disclosure* benar adanya memengaruhi para informan untuk lebih terbuka ataupun tidak lebih terbuka pada saat melakukan pengungkapan diri kepada orang lain.

Selain daripada faktor yang memengaruhi, dimensi juga menjadi hal yang dipertimbangkan oleh seseorang pada saat melakukan pengungkapan diri. **Ukuran dan Jumlah** merupakan penjelasan seberapa sering dan seberapa lama informan melakukan pengungkapan diri. Dalam hal ini, para informan memiliki latar belakang yang berbeda dalam mengatur frekuensi dan durasinya dalam mengungkapkan diri. Namun seluruh informan mengaku bahwa mereka cukup sering melakukan *self disclosure*. Selain itu, **Valensi** atau kecenderungan pengungkapan diri berupa positif atau negatif juga menjadi dimensi pada *self disclosure*. Mayoritas informan menjawab bahwa berdasarkan pengalamannya, mereka melakukan bentuk ungkapan yang seimbang antara ungkapan positif dan negatif.

Dalam dimensi *self disclosure* juga terdapat **Kecermatan dan Kejujuran**. Salah satu dimensi *self disclosure* yang juga penting dalam pengungkapan diri adalah Kecermatan dan Kejujuran. Menurut Morton, pengungkapan diri harus didasari sikap jujur saat menyampaikan informasi dirinya. Jika seseorang berbohong atau tidak mengatakan yang sebenarnya pada saat menceritakan dirinya maka tindakan tersebut bukan termasuk dalam *self disclosure*. Para informan menjelaskan bahwa mayoritasnya telah jujur dalam melakukan pengungkapan diri.

Dalam **Tujuan dan Maksud** serta **Keintiman**, para informan penelitian menyatakan bahwa latar belakang mereka dalam melakukan *self disclosure* pada

akun anonim adalah berbeda – beda. Namun jika dibuat kesimpulan, mayoritasnya memanfaatkan akun anonim tersebut untuk menceritakan keluh kesahnya dan meluapkan perasaan hatinya. Sedangkan pada **Keintiman**, mayoritas informan juga mengungkapkan diri terkait hal yang penting dan tidak penting baginya. Dalam hal ini berarti mayoritas informan mengungkapkan hampir semua hal yang dirasakannya. Penjelasan di atas memperlihatkan bahwa kelima dimensi *self disclosure* ini menjadi hal yang juga dilakukan oleh semua informan pada saat melakukan pengungkapan diri.

Tabel 4.7 Penerapan *Self Disclosure*

Deskripsi	Informan 1 (Nisa Amalia)	Informan 2 (Nada Salsabila)	Informan 3 (MK)	Informan 4 (ZI)
<b>Open Area</b>	Merasa terbuka kepada orang terdekatnya dan tergantung dari respons lawan bicaranya	Merasa terbuka, senang dan puas saat mengungkapkan diri ke orang lain	Merasa puas dan senang ketika menceritakan tentang dirinya ke orang lain	Merasa lega jika menceritakan bebannya kepada orang lain
<b>Hidden Area</b>	Memiliki rahasia	Memiliki rahasia	Memiliki rahasia	Memiliki rahasia
<b>Besaran Kelompok</b>	Kelompok kecil	Kelompok kecil	Kelompok besar dan kecil	Kelompok kecil
<b>Perasaan Suka</b>	Mengungkapkan diri pada sahabatnya	Mengungkapkan diri pada pacar, keluarga, sahabat	Mengungkapkan diri pada orang terdekat namun lebih banyak mengungkapkan melalui Twitter	Mengungkapkan diri pada sahabatnya
<b>Efek Diadik</b>	Mengungkapkan diri jika ada orang yang turut mengungkapkan dirinya	Mengungkapkan diri jika ada orang yang turut mengungkapkan dirinya	Mengungkapkan diri jika ada orang yang turut mengungkapkan dirinya	Mengungkapkan diri jika ada orang yang turut mengungkapkan dirinya
<b>Kompetensi</b>	Mengungkapkan hal yang dikuasainya	Mengungkapkan hal yang dikuasainya	Mengungkapkan hal yang dikuasainya	Mengungkapkan hal yang dikuasainya
<b>Kepribadian</b>	Introvert	Introvert	Ekstrovert	Ekstrovert
<b>Topik</b>	Terbuka akan hal yang disenangi dan tidak disenangi	Terbuka akan hal yang disenangi dan tidak disenangi	Terbuka akan hal yang disenangi dan tidak disenangi	Terbuka akan hal yang disenangi dan tidak disenangi
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki – laki lebih terbuka dibanding perempuan	Laki – laki lebih terbuka dibanding perempuan	Laki – laki lebih terbuka dibanding perempuan	Laki – laki tidak lebih terbuka dibanding perempuan, Keterbukaan

				bergantung pada kemauan individu
<b>Ukuran atau Jumlah</b>	Sering mengungkapkan diri, kurang lebih 2 jam	Sering mengungkapkan diri, kurang lebih 4 jam termasuk mencari informasi di Twitter	Sering mengungkapkan diri, sehari mengunggah 4 – 5 Tweet ungkapan diri	Sering mengungkapkan diri, kurang lebih 3 jam termasuk mencari informasi di Twitter
<b>Valensi</b>	Seimbang antara ungkapan positif dan negatif	Seimbang antara ungkapan positif dan negatif	Ungkapan negatif	Seimbang antara ungkapan positif dan negatif
<b>Kecermatan dan Kejujuran</b>	Merasa jujur dalam mengungkapkan diri	Merasa jujur dalam mengungkapkan diri kecuali pada emosi negatif	Merasa jujur dalam mengungkapkan diri	Merasa jujur dalam mengungkapkan diri
<b>Tujuan dan Maksud</b>	Untuk memproses pikiran dan perasaan	Sebagai mediana untuk belajar lebih berani mengungkapkan perasaan	Untuk menceritakan hal yang tidak bisa diungkapkan secara langsung	Untuk meluapkan perasaannya terutama perasaan kesal
<b>Keintiman</b>	Mengungkapkan hal yang penting dan tidak penting	Mengungkapkan hal yang penting dan tidak penting namun ada yang disembunyikan	Lebih mengungkapkan hal yang tidak penting	Mengungkapkan hal yang penting dan tidak penting

Sumber: Olahan Peneliti

#### Temuan Menarik:

1. Seluruh informan melakukan informasi *self disclosure* Johari Window dalam area terbuka dan area tertutup, masing – masing informan mengungkapkan diri dan memiliki rahasia yang tidak diketahui oleh orang lain.
2. Tidak semua informan memilih untuk mengungkapkan diri pada kelompok besar.
3. Mayoritas informan setuju bahwa laki – laki lebih tertutup daripada perempuan.
4. Mayoritas informan memiliki kecenderungan seimbang dalam mengungkapkan diri terkait hal yang positif dan negatif.
5. Seluruh informan jujur dalam mengungkapkan diri di Twitter.

6. Masing – masing informan memiliki tujuan dan maksud yang berbeda pada saat memutuskan untuk mengungkapkan diri di Twitter.



