

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Fenomena maraknya kemunculan akun *anonymous* di media sosial menjadi sebuah perhatian di kalangan warganet. Tercatat sebanyak 170 juta penduduk di Indonesia merupakan pengguna aktif media sosial (Hootsuite, 2021). Akun *anonymous* ialah sebuah akun pengguna media sosial yang tidak menampilkan identitas aslinya pada *profile*-nya. Akun tersebut seringkali dimanfaatkan oleh individu yang ingin merahasiakan diri agar aktivitas bermedia sosialnya tidak diketahui oleh orang lain. Sama halnya dengan individu yang memilih untuk menampakkan “wajah” aslinya, para pengguna akun *anonymous* ini juga tentunya memiliki hak untuk memilih dan menentukan kebebasan identitasnya pada saat bermedia sosial. Hal ini didukung dengan pernyataan bahwa setiap orang memiliki hak untuk memilih identitas mana yang ingin mereka tampilkan di media sosial. Layaknya akun beridentitas asli pada umumnya, akun *anonymous* tersebut juga tentunya digunakan untuk berkomunikasi dengan pengguna lainnya serta beropini di media sosial. Tidak jarang pula dijumpai akun – akun *anonymous* yang memiliki pengikut banyak seperti akun milik seseorang yang beridentitas asli.

Akun *anonymous* tersebut umumnya dimanfaatkan untuk bermedia sosial seperti biasa, begitu pula dengan akun beridentitas lainnya. Namun kerap kali orang – orang juga memiliki tujuan berbeda saat menggunakan akun *anonymous* seperti alasan untuk mengikuti akun lain yang tidak pantas atau layak diikuti oleh akun beridentitas asli ataupun alasan untuk meluapkan sifat aslinya yang tidak bisa diungkapkan di akunnya yang beridentitas demi menjaga *image* baiknya. Hal ini berarti, individu yang menggunakan akun *anonymous* akan cenderung lebih banyak memperlihatkan tentang dirinya, apa yang dirasakannya hingga pikiran atau opininya.

Memilih untuk menjadi akun *anonymous* dinilai dapat melindungi privasi individu tersebut dari penyalahgunaan identitas serta ancaman kejahatan siber yang sering terjadi saat seseorang beropini di media sosial. Yang mana hal ini menunjukkan bahwa orang – orang di balik akun *anonymous* merasa lebih aman dalam bermedia sosial karena merasa tidak takut untuk disalahgunakan identitasnya. Sehingga para pengguna akun *anonymous* tersebut sering kali memanfaatkan akunnya sebagai media untuk menampilkan hal yang disukainya (*guilty pleasure*) (Rini, 2020).

Aktivitas yang dilakukan oleh pemilik akun *anonymous* di media sosial menggambarkan bahwa peran akun *anonymous* memiliki kontribusi besar dalam memberikan kesempatan ruang untuk berekspresi serta berinteraksi. Mereka (akun *anonymous*) cenderung lebih berani dalam menyuarakan pendapatnya karena mereka menganggap bahwa tidak akan ada orang lain yang mengetahui identitas aslinya selain dirinya sendiri. Selain itu, orang – orang yang memiliki akun *anonymous* sering kali terlihat lebih menampilkan karakter asli dirinya jika dibandingkan dengan akun beridentitas asli pada umumnya (Rini, 2020). Hal ini menarik perhatian peneliti untuk mengkaji lebih dalam tentang orang – orang dibalik akun *anonymous* di Twitter dan bagaimana mereka memanfaatkan kebebasan mengungkapkan diri tanpa ada orang yang mengetahui identitas aslinya.

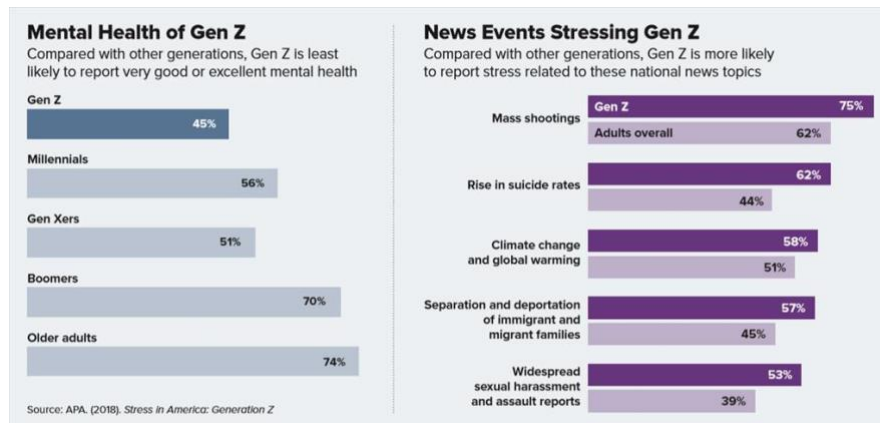
Mengacu dari hasil pra-penelitian yang telah dilakukan, pemilik akun *anonymous* menyatakan dirinya lebih berani mengungkapkan dirinya melalui akun tersebut.

*“Aku punya akun (anonymous) di Twitter buat ngeluapin emosi, pikiran, atau yang lain supaya lebih lega karena aku punya latar belakang depresi juga. Nggak berani dan sungkan buat upload keluh kesah di main account takut orang risih atau kelihatan depresi banget.” (RC, Hasil Wawancara, 2 Maret 2022)*

Pernyataan informan tersebut sejalan dengan fakta yang menyatakan bahwa seseorang kerap kali mengungkapkan perasaan hatinya dalam bermedia sosial. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Times of India, sebanyak tujuh dari sepuluh orang memanfaatkan media sosial sebagai tempat untuk mencurahkan isi hatinya.

*Self disclosure* atau pengungkapan diri merupakan sebuah proses menghadirkan diri yang diwujudkan melalui kegiatan membagi perasaan serta informasi dengan orang lain. *Self disclosure* bisa bersifat deskriptif artinya individu menceritakan berbagai fakta tentang dirinya yang belum diketahui oleh pendengar lain. Selain itu bisa juga bersifat evaluatif, tentang pendapat ataupun perasaan pribadinya misalnya hal yang disukainya atau dibenci olehnya. Pengungkapan diri tersebut digambarkan dengan berbagai hal seperti informasi pribadi, perasaan, keinginan, motivasi hingga ide yang ada dalam diri seseorang lain (Hidayat, 2012). Hal ini menunjukkan bahwasannya seseorang telah memutuskan untuk membuka diri terkait identitasnya, pendapatnya, perasaannya terhadap sesuatu yang dikaitkan dengan hal yang dilakukannya atau dengan hal yang sedang terjadi. Selain terdapat jenis orang yang senang membagikan ceritanya di media sosial, adapula orang yang merasa bahwa ceritanya hanya dapat diluapkan pada orang atau melalui media tertentu saja seperti pernyataan informan pra-penelitian di atas.

*Self disclosure* yang dilakukan oleh informan peneliti memiliki kaitan yang erat dengan latar belakang gangguan mental yang dialaminya. Selain itu, alasan umur dan kategori generasi juga terbukti dapat memengaruhi kondisi mental seseorang. Artikel yang ditulis oleh American Psychological Association berjudul “*Gen Z more likely to report mental health concern*” menegaskan bahwa 9 dari 10 atau 91% dari Gen Z dewasa telah mengalami setidaknya salah satu dampak berupa kondisi fisik atau emosional yang disebabkan oleh stress seperti depresi atau merasa sedih (Bethune, 2019). Salah satu hal yang terbukti berdampak pada kesehatan mental para Gen Z adalah media sosial. Beberapa riset dan penelitian menyatakan bahwa media sosial terbukti dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang atau bisa dikatakan sebagai penyebab depresi karena dapat memunculkan opini keliru terhadap orang lain.



Gambar 1.1. Diagram Kesehatan Mental Generasi Z (APA, 2018)

Kesehatan mental diartikan sebagai keadaan seseorang yang stabil dan bisa memahami dirinya sendiri mulai dari kemampuan memecahkan masalah, hingga kontribusinya pada kelompok masyarakat (Karim, 2020). Setiap tahunnya, tanggal 10 Oktober ditetapkan sebagai Hari Kesehatan Mental Sedunia. Dan pada tahun 2020 lalu, World Health Organization (WHO) merayakan hari tersebut dengan tema “*an opportunity to kick-start a massive scale-up investment in mental health*” yang diharapkan dapat memberikan semangat pada masyarakat terkait dampak pandemi Covid-19 terhadap kebiasaan dan kesehatan mental masyarakat. Pandemi Covid terbukti berpengaruh pada kesehatan mental masyarakat dunia. Sebanyak kurang lebih 1 miliar penduduk dunia mengalami *mental illness* bahkan setiap 40 detik terdapat 1 orang yang meninggal akibat bunuh diri (Kemenkes RI, 2021).

Fakta dari penelitian tersebut juga mendukung adanya istilah – istilah baru yang muncul di kalangan masyarakat khususnya Gen Z seperti Generasi *Anxiety*, *Mental Breakdown*, *Kena Mental* dan lain sebagainya. Dalam hal ini, Gen Z ialah mereka – mereka yang lahir di antara tahun 1995 sampai 2010 (Brown, 2020). Ungkapan atau istilah tersebut muncul begitu saja dalam obrolan maya antar warganet di media sosial. Hal yang melatarbelakangi peneliti dalam mengkaji penelitian ini adalah karena Gen Z merupakan generasi yang cenderung lebih mudah depresi berdasarkan dari penjelasan di atas. Perasaan depresi tersebut kemudian memicu perilaku, kebiasaan maupun istilah baru yang lahir akibat ungkapan depresinya seperti contoh di atas yakni istilah “*Kena Mental*, *Mental*

*Breakdown*” dan lain sebagainya. Namun di samping fakta bahwa Gen Z memiliki latar belakang mental yang lebih buruk dibandingkan dengan generasi sebelumnya, tidak sedikit pula dari mereka yang mengaku – ngaku seolah dirinya mengalami *mental illness*.

Istilah yang tepat untuk menggambarkan individu yang menganggap dan mengaku dirinya mengalami gangguan mental tanpa bukti keterangan medis adalah *self-diagnosed*. 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. Faktanya tidak semudah itu mendeteksi dan menyimpulkan seseorang sedang benar – benar terkena gangguan mental atau tidak. Bahkan psikiater pun butuh waktu untuk mendiagnosa dan menyatakan bahwa seseorang sedang mengalami gangguan mental.

Sayangnya fenomena maraknya pembicaraan tentang kesehatan mental justru dilihat sebaliknya oleh para Gen Z, beberapa darinya bahkan menganggap hal ini sebagai sebuah tren yang tidak bisa dilewatkan olehnya. Padahal perilaku *self diagnosed* ini bisa berdampak buruk karena mereka akan kesulitan untuk melihat perbedaan antara penyakit asli dan yang dibuat – buat. Hal tersebut juga bisa membuat mereka *overthinking* atau memikirkan atau mengkhawatirkan hal terlalu berat yang dapat mengganggu kesehatan mentalnya yang sebenarnya baik – baik saja.

Istilah dan ungkapan seperti *Anxiety*, *Mental Breakdown*, atau Kena Mental yang lahir akibat dari ramainya gangguan mental tersebut pertama kali muncul di internet. Kini mayoritas masyarakat telah mengandalkan internet sebagai media utamanya untuk memperoleh informasi salah satunya melalui media sosial. Kini Internet dan media sosial membuat segala hal di dalamnya terlihat bias, tak lagi ada batasan ruang, waktu, dan jarak. Semua orang yang terkoneksi dengan jaringan internet dapat memanfaatkan internet untuk kepentingannya seperti mencari informasi berita hingga bersosialisasi melalui media sosial. Internet sangat memudahkan penggunaanya karena hanya dengan hitungan detik saja mereka dapat

mendapatkan informasi yang dibutuhkannya tanpa harus pergi ke tempat tertentu untuk memperoleh informasi (Holmes, 2012).

Media sosial merupakan sebuah bentuk media daring yang menyuguhkan penggunaannya untuk berjejaring, berbagi dan berkreasi membuat suatu hal yang nantinya dapat dijadikan sebagai bahan untuk berinteraksi antar penggunaannya (Cahyono, 2016). Beberapa ragam media sosial yang umumnya digunakan di Indonesia diantaranya adalah Youtube, Whatsapp, Instagram, Facebook, Twitter, LINE, LinkedIn, Tiktok dan lain – lain. Lahirnya media sosial di masyarakat menciptakan banyak perubahan pada aspek sosial.

Twitter merupakan salah satu bentuk media sosial berupa *microblogging* yang kini banyak digunakan oleh warga Internet. Twitter masuk pada urutan ke lima besar sebagai platform media sosial yang paling sering digunakan oleh masyarakat Indonesia dengan presentase 85,5% per Januari 2021 (Hootsuite, 2021). Seperti halnya media sosial lainnya, Twitter digunakan sebagai tempat bagi para penggunanya untuk membagikan pesan kepada pengguna lainnya yang dikenal dengan istilah Tweet. Pesan yang dibagikan tersebut kemudian menjadi media untuk penggunanya berkomunikasi dan berjejaring saling membentuk interaksi. Twitter dianggap memiliki banyak kelebihan dibandingkan media sosial lainnya karena memiliki tampilan sederhana, banyak menampilkan hal yang sedang populer dibicarakan, hingga dianggap menjadi *online diary* atau buku harian daring bagi para penggunanya untuk meluapkan emosinya melalui Tweet tersebut (Widi, 2019). Selain mayoritas masyarakat Indonesia menggunakan Twitter, hal ini juga menunjukkan bahwa kebanyakan orang menggunakannya sebagai tempat berkomunikasi dan tempat mencurahkan isi hatinya.

Dalam bersosialisasi melalui Twitter, terdapat beberapa istilah populer tentang jenis – jenis akun yang diciptakan seiring berjalannya waktu oleh para penggunanya. Jenis akun tersebut diantaranya adalah *Personal Account* (PA), *Cyber Account* (CA), *Fan Account* (FA), *Business Account* (BA), *Roleplay Account* (RP) yang beberapa darinya termasuk pada kategori Akun *Anonymous* (Anon) (Junia, 2020). Berbagai jenis akun tersebut kemudian bersatu dalam Twitter dan saling berinteraksi satu sama lain. Penelitian ini akan berfokus pada orang – orang

yang memiliki akun anonim dengan jenis Anonimitas Sosial (*Social Anonymity*) yang berarti orang lain menganggap bahwa orang (yang memiliki akun *anonymous*) tersebut tidak teridentifikasi identitas aslinya karena mereka menampilkan informasi yang sedikit. Selain itu penelitian ini juga memfokuskan pada orang pengguna media sosial Twitter yang lebih suka mengungkapkan dirinya pada akun *anonymous* miliknya.

Proses komunikasi yang dilakukan oleh informan peneliti memanfaatkan teknologi sehingga memungkinkan untuk berkomunikasi atau mengungkapkan dirinya secara daring. Proses pengungkapan diri berupa informasi pribadi yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain melalui media sosial merupakan bentuk dari konsep *Computer Mediated Communications* (CMC). Konsep ini didefinisikan sebagai sebuah komunikasi yang termediasi atau dibantu atau melalui perantara komputer. Dengan kata lain, *Computer Mediated Communications* (CMC) memberi kesempatan bagi seseorang untuk melakukan komunikasi dengan alat berbasis komputer yang terkoneksi dengan Internet tanpa bertemu langsung dengan orang yang ingin dikomunikasikan dengan bantuan aplikasi pendukung pesan singkat seperti Whatsapp, LINE ataupun Telegram. Hal ini memungkinkan setiap orang untuk mendapatkan informasi secara cepat, dan mudah untuk bersosialisasi hingga bermain *game* virtual di internet.

Konsep turunan dari *Computer Mediated Communications* (CMC) yang digunakan untuk mengkaji penelitian ini adalah dari empat keterampilan yang digunakan dalam CMC yaitu *Attentiveness* (Perhatian), *Composure* (Ketenangan), *Coordination* (Koordinasi), dan *Expressiveness* (Ekspresi). Pada saat seseorang melakukan sebuah komunikasi melalui media sosial, pastinya setiap orang akan membuat label identitas pada profil media sosialnya tersebut. Setiap pengguna media sosial diberikan kebebasan untuk memilih identitas daring yang ingin mereka tampilkan, mulai dari memutuskan untuk menunjukkan identitas aslinya hingga tidak menunjukkan identitas aslinya sama sekali. Sehingga pada fenomena yang peneliti temukan, terdapat upaya penggunaan *Computer Mediated Communications* (CMC) yang dilakukan oleh para pengguna media sosial Twitter yang dilakukan secara *anonymous*.



Pada penelitian serupa yang juga membahas seputar *self disclosure* pada media sosial berjudul “*Self Disclosure Pada Media Sosial (Studi Deskriptif Pada Media Sosial Anonim LegaTalk)*” yang ditulis oleh Widyana Ningsih dari Universitas Sultan Ageng Tirtayasa pada tahun 2015, menyatakan bahwa para pengguna yang melakukan *self disclosure* yang dilakukan di media sosial anonim ini mengatakan bahwasannya mereka merasa lebih nyaman untuk mengungkapkan informasi dirinya di media tersebut. Selain itu peneliti juga mengungkapkan bahwa terdapat dimensi – dimensi yang terjadi dalam proses pengungkapan dirinya yang dipengaruhi oleh aspek frekuensi (seberapa sering informan menggunakan media sosial tersebut) dan durasi (seberapa lama informan mengakses media sosial tersebut). Dalam penelitian ini, *self disclosure* berfungsi sebagai media ekspresi bagi para informannya. Penelitinya menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi.

Dalam artikel yang berjudul “*Millenials and Generation Z are more likely to quit their jobs over mental-health issues*” dijelaskan bahwa berdasarkan survei yang dilakukan di hari kesehatan mental dunia pada kurang lebih 1,5000 orang, sebanyak 20% responden tercatat telah meninggalkan pekerjaannya karena alasan kesehatan mental. Selain itu, sembilan dari sepuluh orang Gen Z menyatakan telah mengalami gejala fisik dan emosional yang disebabkan oleh stress seperti perasaan depresi atau sedih, kehilangan minat, motivasi maupun tenaga. Hanya setengah dari Gen Z yang merasa bahwa mereka cukup bisa mengatur stressnya (Bethune, 2019). Pernyataan – pernyataan tersebutlah yang menarik perhatian peneliti karena fakta tersebut menunjukkan bahwa gangguan mental merupakan sebuah isu penting yang banyak diperbincangkan di Internet.

Permasalahan yang ingin peneliti kaji adalah tentang bagaimana faktor – faktor dan dimensi *self disclosure* diterapkan oleh akun *anonymous* yang melakukan pengungkapan diri berupa unggahan konten Tweet tentang *mental illness* di Twitter. Dengan ini peneliti ingin melihat bagaimana *self disclosure* dilakukan oleh akun *anonymous* tersebut menggunakan teori dan konsep komunikasi yakni *Computer Mediated Communication (CMC)*, *Hyperpersonal*



*Communication* dan *Self Disclosure* yang berfokus pada konten Tweet serta pernyataan informan tentang pengungkapan diri yang diharapkan dapat menjadi referensi kajian ilmu komunikasi serta memberikan dampak positif pada para pengguna Twitter agar bisa memanfaatkan media sosial secara bijak.

### **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah dijabarkan, peneliti kemudian mendapatkan rumusan masalah menjadi “Bagaimana faktor – faktor dan dimensi *self disclosure* diterapkan oleh akun *anonymous* terkait *mental illness* pada saat mengungkapkan diri di Twitter?”.

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat penerapan faktor – faktor dan dimensi *self disclosure* yang dilakukan oleh pemilik akun *anonymous* terkait *mental illness* di Twitter.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Akademis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran atau referensi bagi penelitian lainnya terkait dengan bidang Ilmu Komunikasi khususnya yang berkaitan dengan *self disclosure* pada media sosial untuk peneliti selanjutnya. Terkhusus pada penelitian yang menggunakan metode wawancara dengan konsep menggunakan akun *anonymous* yang mengunggah konten tentang ungkapan *mental illness* di media sosial sebagai objek penelitiannya dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumbangan kajian pada teori komunikasi yakni *Computer Mediated Communication* (CMC), dan teori Komunikasi Interpersonal pada bagian konsep *Self Disclosure*.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Peneliti juga berharap agar penelitian ini bisa dijadikan bacaan bagi publik untuk menambah wawasan para pembacanya mengenai *self disclosure* atau ungkapan *mental illness* yang dilakukan oleh akun *anonymous* terutama pada media sosial Twitter. Selain itu diharapkan penelitian ini juga dapat berdampak pada pengguna Twitter agar bisa memanfaatkan media sosial Twitter dengan lebih bijak.