

# BAB I

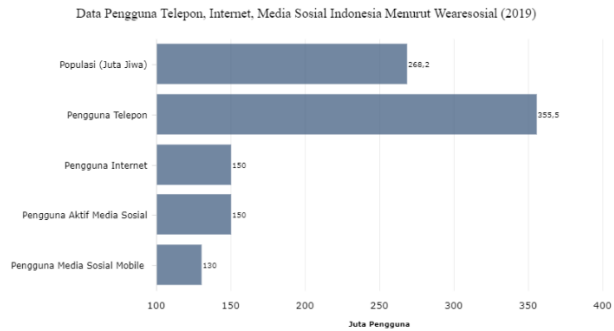
## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Seperti yang kita semua ketahui bahwa setiap manusia dilahirkan sebagai makhluk sosial atau makhluk yang bermasyarakat. Makhluk sosial sendiri berarti manusia yang tidak dapat hidup sendiri, Manusia sebagai makhluk sosial tentunya memerlukan orang lain dengan cara berinteraksi. Setiap individu manusia juga memiliki kebutuhan sosial untuk hidup berkelompok dengan orang lain untuk memenuhi kepentingan masing-masing individu, yang dimana pemenuhan hal tersebut dapat dilakukan dengan cara berkomunikasi.

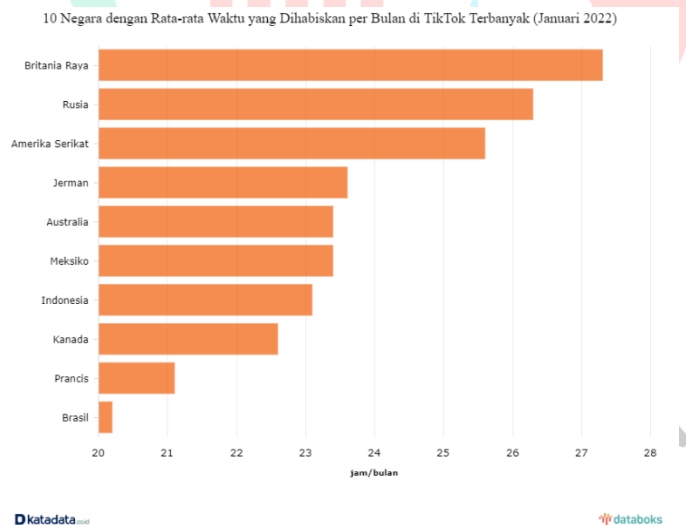
- Hingga saat ini, kemajuan sebuah teknologi juga masih berkembang secara terus menerus, begitupun kemajuan teknologi dalam bidang komunikasi yang hingga saat ini sudah memiliki banyak kemajuan dalam media komunikasi yang dapat dipergunakan oleh para komunikator dan komunikan untuk melakukan sebuah komunikasi. Adanya kemunculan dari berbagai macam teknologi di bidang komunikasi seperti media sosial saat ini tentunya juga memberikan banyak kemudahan bagi setiap individu manusia untuk dapat memenuhi kebutuhannya dalam berkomunikasi dan berinteraksi.

Dari hasil data riset yang dilakukan WeAreSocial pada tahun 2019 terdapat sebanyak 150 juta pengguna yang merupakan pengguna aktif media sosial di Indonesia dan terdapat 130 juta pengguna media sosial *mobile* di Indonesia.



**Gambar 1. 1 Data Pengguna Telepon, Internet, Media Sosial Indonesia Menurut Wearesosial (2019).**  
(Sumber : Katadata.com)

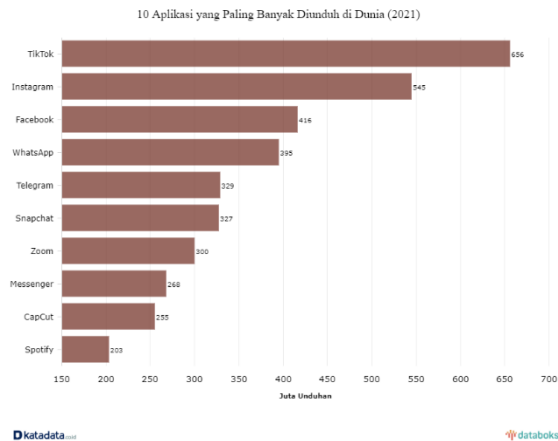
Hal ini dapat terlihat dari hasil riset WeAreSocial HootSuite yang dirilis pada Januari 2019 mengenai berapa jumlah pengguna media sosial yang ada di Indonesia, yang dimana dari data ini di dapatkan hasil bahwa terdapat sebanyak 150 Juta atau sebesar 56% dari total populasi yang ada di Indonesia. Hingga saat ini, sudah cukup banyak media sosial yang tercipta seperti TikTok, Instagram, WhatsApp, Facebook, Twitter dan lainnya.



**Gambar 1. 2 10 Negara dengan Rata-rata Waktu yang Dhabiskan per Bulan di TikTok Terbanyak (Januari 2022).**  
(Sumber : Katadata.com)

Dan dari berbagai macam media sosial yang ada saat ini, media sosial TikTok merupakan sebuah media sosial yang memiliki banyak pengguna aktif di Indonesia. Yang dimana hal ini dapat kita lihat dari hasil survey yang telah

dilakukan oleh We Are Social pada 26 Januari 2022 yang dimana didapatkan sebuah hasil bahwa TikTok merupakan sebuah aplikasi media sosial yang digemari oleh para anak muda di seluruh dunia. Dalam data ini ditunjukkan bahwa Indonesia menempati peringkat ketujuh dengan kurun waktu rata-rata masyarakat di Indonesia menghabiskan waktu di media sosial TikTok sebanyak 23,1 jam/bulan.



**Gambar 1. 3 10 Aplikasi yang Paling Banyak Diunduh di Dunia (2021).  
(Sumber:Katadata.com)**

Dari hasil data riset yang telah dilakukan oleh Apptopian pada tahun 2021 terkait TikTok yang merupakan sebuah media sosial yang paling banyak digunakan. Media sosial TikTok merupakan sebuah bentuk aplikasi media sosial yang berhubungan erat dengan musik, video, dan konten yang kreatif serta inovatif dan informatif. TikTok sendiri merupakan sebuah aplikasi media sosial yang berasal dari negara China yang menghadirkan berbagai macam efek spesial sehingga dapat menarik dan mudah untuk digunakan oleh para penggunanya dalam menciptakan atau membuat sebuah konten video yang kreatif dengan cara yang mudah. TikTok juga memungkinkan para penggunanya untuk dapat secara cepat dan mudah membuat sebuah video pendek yang berdurasi dari per sekian detik bahkan hingga tiga menit untuk selanjutnya dapat diunggah dan dapat disebarakan kepada para teman-teman dan juga seluruh pengguna TikTok.

Dari data yang peneliti dapatkan dari Databoks, terdapat sebanyak 16,4 juta pengguna aktif bulanan TikTok yang berasal dari negara Indonesia pada 26 Juli 2021, yang dimana dalam data ini juga menjelaskan bahwa Indonesia merupakan pasar kedua terbesar bagi media sosial TikTok di dunia pada tahun 2020. Peneliti

juga mendapatkan informasi dari Kompas.Com bahwa terdapat 42 persen pengguna aktif media sosial TikTok yang merupakan generasi muda atau remaja dengan rentang usia 18 sampai 24 tahun . Media sosial TikTok memiliki pengguna aktif yang semakin banyak perbulannya yang dimana hal ini dikarenakan media sosial TikTok saat ini telah menjadi sebuah media sosial baru yang dimana seseorang dapat memberikan konten video terkait pengalaman, informasi seputar pribadi, informasi terkait hal terbaru, dan bahkan media sosial TikTok juga menjadi sebuah wadah untuk para remaja saling memberikan dukungan, memberikan isi hatinya kepada orang lain melalui video pendek dan membiarkan para remaja untuk dapat terbuka terkait diri pribadi serta sebagai wadah komunikasi untuk terjalinnya sebuah hubungan antar individu.

Media sosial sendiri merupakan sebuah media atau wadah yang umumnya digunakan oleh para individu untuk menjalankan proses komunikasi secara dua arah dengan waktu yang singkat dan bahkan tidak terbatas oleh jarak. Van Dijk menyatakan bahwa media sosial merupakan sebuah *platform* media yang memfokuskan kepada eksistensi dari pengguna yang memfasilitasi para pengguna untuk dapat beraktifitas maupun berkolaborasi. Dari kedua pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa media sosial merupakan sebuah wadah, medium atau fasilitator yang dapat digunakan secara online untuk dapat membentuk, membangun, menguatkan dan meningkatkan hubungan atau relasi antar para penggunanya dan bahkan dapat memunculkan sebuah komunitas dan ikatan sosial yang dimana komunikasi terbentuk secara dua arah yang dimana komunikasi tersebut dapat berbentuk tulisan, audio , visual maupun audiovisual.

Oleh karena itulah media sosial menjadi sebuah bentuk cara baru yang dilakukan oleh para masyarakat untuk melakukan interaksi dan komunikasi serta untuk mengungkapkan informasi diri para penggunanya yang dimana hal ini juga membuat kehadiran dari media sosial sendiri menjadi sebuah media yang memberikan dampak yang besar kedalam kehidupan para masyarakat. Namun sayangnya masih banyak para remaja yang tidak berani untuk melakukan pengungkapan diri melalui media sosial yang dimana hal ini juga terjadi karena cukup banyak faktor seperti rasa trauma, *feedback* yang tidak sesuai dengan ekspektasi para remaja saat mereka mengunggah konten yang bersifat pengungkapan

diri tersebut, kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, remaja tersebut terlalu introvert, dan lain sebagainya.

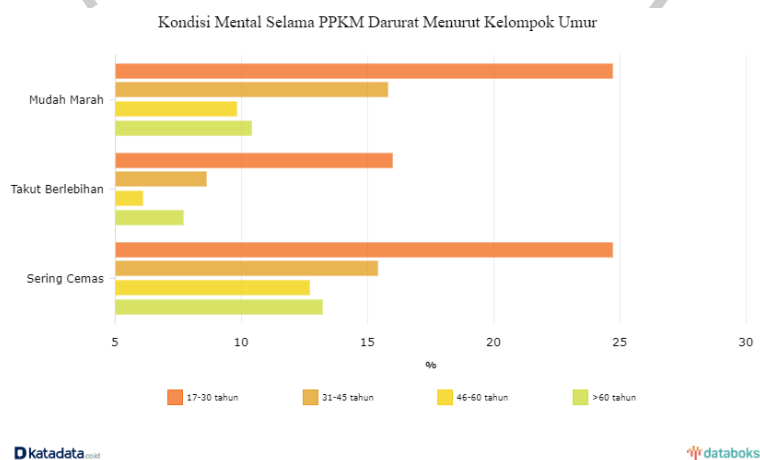
Namun perlu diketahui juga bahwa untuk melakukan interaksi dengan orang lain maka kita memerlukan adanya keterbukaan atau pengungkapan mengenai diri sendiri agar hubungan yang terjalin dapat semakin dekat nantinya. Pengungkapan diri atau *self disclosure* merupakan sebuah bentuk tindakan yang dilakukan oleh seseorang dengan mengungkapkan sebuah informasi mengenai diri sendiri atau pribadi seperti hobi, harapan, ketakutan, perasaan, pikiran dan pengalaman yang dirinya rasakan dengan membagikannya kepada orang lain. (Yawan, 2018)

Umumnya, tiap individu manusia akan memulai *self disclosure* nya pada masa remaja yang dimana hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa dimana seorang anak mulai mengalami perubahan atau perkembangan hormon dan kematangan fisik yang dapat mempengaruhi peningkatann segi emosional para remaja dengan sangat cepat. Peningkatan emosional secara cepat ini dapat membuat kebanyakan remaja merasa lebih mudah untuk mulai mengungkapkan informasi terkait dirinya seperti hobi, harapan, perasaan, emosional dan apa yang mereka pikirkan kepada orang lain disekitarnya maupun orang yang belum mereka kenal. Menurut Edward remaja ingin mencapai tujuannya, memiliki rasa ingin dikenal, menonjol dan terlihat keren, adanya kebutuhan akan rasa simpati dan adanya rasa keinginan untuk mengomentari sikap orang lain. Sebagaimana instagram adalah tempat untuk berbagi cerita, foto dan video yang disertai dengan kolom komentar pada hal-hal yang disebarluaskan tersebut (Yawan, 2018). Remaja yang memiliki kesehatan mental yang baik maka umumnya akan cenderung lebih dapat mengatasi permasalahan-permasalahannya.

Permasalahan yang dialami oleh para remaja ini tidak jarang diceritakan oleh mereka di media sosial dengan tujuan untuk mendapatkan dukungan dari teman-teman maupun untuk mendapatkan jalan keluar. Oleh karena itulah, pengungkapan diri pada masa remaja merupakan hal yang penting, karena dengan pengungkapan diri ini lah para remaja dapat menjalin hubungan dengan orang lain. Namun pada kenyataannya, para remaja tidak memiliki keberanian yang besar untuk melakukan pengungkapan diri yang dimana hal ini biasanya terjadi karena beberapa faktor yaitu para remaja takut untuk mendapatkan *feedback* yang negatif

dari para orang yang ada disekitar lingkungan remaja tersebut, adanya trauma yang menimbulkan pengalaman negatif dan memunculkan isu Kesehatan mental, tidak adanya dukungan dari para orang-orang disekitar remaja tersebut.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Chikmah pada tahun 2019 yang mengungkapkan bahwa remaja dengan masalah kesehatan mental cenderung dapat mengalami hambatan saat melakukan pengungkapan diri, hal tersebut dikarenakan munculnya reaksi yang ada pada masyarakat, dan oleh karena itu remaja dengan kesehatan mental kurang baik akan cenderung melakukan pengungkapan diri atau self disclosure kepada orang-orang terdekat.



**Gambar 1. 4 Kondisi Mental Selama PPKM Menurut Kelompok Umur.**  
(Sumber: Katadata.com)

Kondisi mental para masyarakat Indonesia dinilai memburuk terutama setelah PPKM dijalankan. Hal ini dapat dilihat dari hasil survei Badan Pusat Statistik (BPS) diatas yang menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 24,7% kelompok usia 17 hingga 30 tahun yang mudah marah, 16% takut berlebihan, dan 24,7% sering merasa cemas. Menurut kementerian kesehatan Indonesia, kesehatan mental yang baik adalah kondisi seseorang yang berada dalam kondisi ketika batinnya dalam keadaan yang tenang dan tentram yang dimana individu tersebut hingga dapat atau mampu untuk menikmati dan menghargai hidupnya dan dapat menghargai orang-orang yang berada di sekitarnya. Individu yang memiliki Kesehatan mental yang baik lebih mampu untuk menggunakan kemampuan serta potensi yang dimiliki oleh dirinya dengan cara yang maksimal, terutama dalam menghadapi tantangan hidup yang ada, sementara sebaliknya yang dimana jika

seseorang dengan kesehatan mental yang kurang atau terganggu justru memungkinkan seorang individu tersebut mengalami gangguan seperti suasana hati yang tentunya dapat mengganggu kemampuan berpikir dan emosinya, sehingga dapat mengarah pada perilaku yang buruk. Alasan para remaja saat ini menggunakan media sosial sebagai bentuk platform media pengungkapan diri juga disebabkan oleh adanya perasaan yang ragu untuk dapat menceritakan permasalahan yang sedang dialami dan atau memberikan informasi pribadi mengenai hal yang berkaitan dengan dirinya kepada orang lain adalah karena jika mereka menceritakan apapun terkait informasi pribadi takut tidak adanya batasan privasi yang menyebabkan semua informasi pribadi diketahui oleh orang banyak dan menjadi bahan pembicaraan yang membuat seakan dirinya memiliki kehidupan yang buruk dimata orang lain jika melakukan pengungkapan diri secara langsung sehingga cara untuk mencurahkan perasaan yaitu melalui media sosial.

- Menurut Leary (Karina dan Suryanto, 2012) penerimaan sosial artinya adalah munculnya sebuah sinyal dari individu lain yang ingin ikut menyertakan individu lainnya untuk dapat ikut tergabung dalam suatu relasi, komunitas atau kelompok sosial. Penolakan seperti ejekan ataupun yang lebih dikenal sebagai *bullying* terhadap siswa dalam melakukan pengungkapan diri ini dapat menimbulkan keraguan dan munculnya perasaan seseorang terkait dirinya yang kurang diterima di lingkungan sosial sehingga akhirnya individu tersebut memilih untuk memendam perasaan dan masalah yang dialaminya. (Yuliati, 2014)

Selain itu, seorang remaja juga dapat menganggap bahwa fitur seperti *like*, *comment*, dan fitur terbaru yang ada pada sebuah aplikasi media sosial merupakan sebuah hal yang dapat membuat seorang remaja merasa diterima oleh orang lain. Ketika seorang individu sudah dapat menemukan sebuah cara untuk dapat mengungkapkan perasaannya maka perilaku tersebut akan berjalan secara berulang dan terjadi secara terus menerus. Hendroyono (Yuliati, 2014) mengungkapkan bahwa hal ini akan menyebabkan seseorang lebih mudah menjadi pecandu jejaring sosial di internet apabila seseorang mempunyai kebutuhan yang besar akan perhatian, penghargaan diri dan pengakuan akan eksistensi diri. Oleh karena itulah, saat ini sudah mulai banyak para remaja yang merasa berani untuk melakukan pengungkapan diri melalui media sosial yang ada yang dimana hal ini juga

dikarenakan saat ini terdapat beberapa orang yang memiliki banyak followers atau pengikut pada akun media sosial miliknya yang juga melakukan kegiatan pengungkapan diri baik mengenai kehidupan mereka ataupun mengenai pengalaman diri pribadi mereka.

Salah satunya adalah akun yang bernama @Rsjsuvivor ini merupakan sebuah akun dari seorang remaja mahasiswi Universitas Indonesia Bernama Yova. Yova merupakan seorang remaja yang mengalami isu Kesehatan mental karena dirinya mendapatkan perlakuan negatif dan memiliki pengalaman-pengalaman buruk dalam kehidupannya yang membuat dirinya harus masuk Rumah Sakit Jiwa karena Kesehatan mental yang buruk. Kesehatan mental yang dialami oleh Yova ini juga dikarenakan dirinya tidak mampu untuk menceritakan pengalamannya dan apa yang dirinya rasakan terhadap orang lain yang dapat mengerti kehidupan Yova hingga akhirnya Yova bangkit dan mulai menceritakan kehidupannya melalui media sosial yaitu TikTok dengan akun @RSJsuvivor.

Dalam setiap konten yang ada dalam TikToknya, Yova memberikan informasi terkait pengalaman, emosi, keadaan hati, hobi, bahkan penyakit mental yang dirinya rasakan hingga Yova harus dirawat di sebuah Rumah Sakit Jiwa. Dalam akun TikToknya, Yova juga mengkategorikan kontennya dalam beberapa kategori yaitu hal-hal yang juga terkait dengan bagaimana caranya untuk dapat mengungkapkan diri seperti perasaan seperti dalam kategori Opini, Story, UI, RSJ Story dan @pasti.id yang merupakan akun media sosial Instagram yang dibuat oleh Yova untuk melakukan kegiatan kampanye serta seminar terkait dengan mental illness. Peneliti memilih periode dengan jangka waktu 1 tahun yang dimana Yova dalam akunnya selama 1 tahun yaitu 2021 bulan Januari hingga 2022 Januari memiliki sebanyak 131 konten video yang dimana 131 video ini menjadi populasi yang peneliti dapatkan untuk nantinya dilakukan analisis sehingga mendapatkan jumlah video yang sesuai dengan aspek *self disclosure* yang akan menjadi sampel peneliti, Yova memiliki 85,2 ribu dan terdapat 9,1 juta orang yang menyukai konten yang diunggah oleh Yova ini sendiri. Peneliti memilih jangka waktu 1 tahun yang dimulai sejak 1 Januari 2021 hingga 1 Januari 2022 dikarenakan Yova mulai membuat konten video yang terkait dengan pengungkapan diri sejak 1 Januari 2021 tersebut hingga Yova mulai lebih aktif lagi dalam mengunggah konten yang terkait



dengan pengungkapan diri di bulan-bulan selanjutnya hingga akhirnya konten yang Yova unggah masuk ke dalam golongan FYP atau *For Your Page* di tampilan TikTok dan Yova punu dikenal oleh para audiensinya.

Yova menggunakan media sosial TikTok sebagai media pengungkapan dirinya dengan harapan orang lain dapat memahami isu Kesehatan mental dan dapat ikut berjuang untuk melakukan pengungkapan diri agar dapat mengurangi faktor dari isu Kesehatan mental tersebut. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana bentuk aspek *Self Disclosure* yang ada pada konten akun TikTok @RSJsuvivor, peneliti juga meneliti akun Yova ini karena Yova merupakan salah satu remaja yang mengalami *mental illness* karena adanya pengalaman buruk selama hidup hingga akhirnya melakukan pengungkapan diri melalui akun TikTok, dan peneliti lebih memilih akun TikTok Yova dibandingkan akun Instagramnya karena Yova lebih sering melakukan pengungkapan diri melalui akun TikTok dibandingkan akun Instagram dirinya.

Selain itu peneliti juga memilih akun Yova dikarenakan kontennya yang dapat dikatakan sering masuk kategori For Your Page di laman TikTok dan jumlah pengikut yang sangat banyak yaitu 85,2 ribu dan terdapat 9,1 juta yang menyukai konten dari Yova, yang dimana hal ini juga terbukti saat peneliti melakukan riset skala kecil kepada 5 orang yang remaja terkait bagaimana mereka mengetahui akun Yova dan ke 5 orang tersebut menjawab bahwa mereka mengetahui akun Yova melalui FYP. Peneliti juga memilih Yova karena Yova dapat melakukan pengungkapan diri yang membuat dirinya dikenal cukup banyak masyarakat bahkan hingga terdapat beberapa media yang mengangkat cerita Yova sebagai bahan berita mereka, yang dimana salah satunya adalah media Kumparan.com dengan judul berita “Kisah Inspiratif Gadis Eks ODGJ Jadi Mahasiswa UI, Sempat Ditolak 4 Kampus ” ini menceritakan bagaimana Yova bisa pulih dari penyakit mental hingga akhirnya Yova masuk Universitas Indonesia. Pada berita tersebut juga terdapat ungkapan Yova yaitu “Pertama itu dari SD aku jadi korban perceraian orang tua. SMP aku di-bully dan dikatain wajah aku mirip kuda. Sampai sekarang aku nggak tahu kenapa bully-an itu ke aku. Kemudian aku masuk SMA negeri, akhirnya aku nggak kuat” (Kumparan.com, 2021).

Dalam melakukan penelitian ini peneliti menggunakan 3 referensi yang di dapat dari dari jurnal yang memiliki topik yang relevan dengan judul yang peneliti buat.yang bertujuan agar peneliti lebih mudah untuk melihat teori dan konsep apa saja yang digunakan oleh peneliti terdahulu dan menjadi referensi untuk penelitian ini dimana yang pertama adalah penelitian dengan judul “Eksistensi Sosial Remaja Dalam Instagram” yang diteliti oleh Bimo Mahendra pada tahun 2017 yang membahas mengenai pengaruh Sistem sosial di dalam Instagram adalah dengan mengikuti (*following*) akun pengguna lainnya, atau memiliki pengikut (*followers*) akun Instagram dan Eksistensi untuk remaja memang penting dalam pergaulan (Mahendra, 2017). Yang kedua adalah penelitian dengan judul “Pengungkapan Diri Siswa Di Media Sosial Instagram (Studi Deskriptif Terhadap Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Kuningan Tahun Ajaran 2017/2018) ” yang diteliti oleh Vincensia Ririn Indriyani pada tahun 2018 yang membahas mengenai seberapa tinggi tingkat pengungkapan diri siswa di sebuah media sosial yaitu Instagram dengan metode penelitian deskriptif yang dimana peneliti menggunakan survey untuk mendapatkan data. (Indriyani, 2018). Yang ketiga adalah penelitian dengan judul “Keterbukaan Diri (Self-Disclosure) Di Media Sosial ( Studi Korelasi Aktivitas Menggunakan Media Sosial Instagram Dengan Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Pada Anggota Kesatuan Aksi. Mahasiswa Muslim Indonesia Shollahuddin Al-Ayyubi UNS” yang diteliti oleh Marista Puspita Sari dan Widodo Muktiyo pada tahun 2018 yang membahas *self disclosure* yang sebelumnya dilakukan melalui tatap muka namun dengan adanya kemajuan teknologi saat ini membuat sarana pengungkapan diri bermunculan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas menggunakan media sosial terutama Instagram dan motivasi menggunakan Instagram dengan pengungkapan diri. Penelitian kuantitatif ini dilakukan dengan menggunakan metode survei dengan membagikan kuesioner. (Sari, 2018).

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang ada diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini dapat diturunkan sebagai berikut :

1. ” Berapa banyak jumlah konten yang mengandung Aspek Self Disclosure pada akun @RSJsuvivor selama Januari 2021 hingga Januari 2022 ?”
2. “Topik apa saja yang muncul dalam Self Disclosure pada konten di akun @RSJsuvivor ?”
3. “Berapa lama durasi konten yang mengandung Self Disclosure pada konten di akun @RSJsuvivor ?”
4. “Berapa jumlah konten yang mengandung Aspek Kedalaman pada konten di akun @RSJsuvivor ?”
5. “Berapa jumlah konten yang mengandung Aspek Keluasan pada konten di akun @RSJsuvivor ?”

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini dapat diturunkan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui berapa banyak jumlah konten yang mengandung Aspek Self Disclosure pada akun @RSJsuvivor selama Januari 2021 hingga Januari 2022.
2. Untuk mengetahui topik apa saja yang muncul dalam Self Disclosure pada konten di akun @RSJsuvivor.
3. Untuk mengetahui berapa lama durasi konten yang mengandung Self Disclosure pada konten di akun @RSJsuvivor.
4. Untuk mengetahui berapa jumlah konten yang mengandung Aspek Kedalaman pada konten di akun @RSJsuvivor.
5. Untuk mengetahui berapa jumlah konten yang mengandung Aspek Keluasan pada konten di akun @RSJsuvivor.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1. Manfaat Akademis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan dalam Ilmu Komunikasi dan menggambarkan pengaruh dari sebuah media sosial seperti *TikTok* serta diharapkan dapat memberikan pengetahuan lebih terkait teori *Self Disclosure* .

##### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada seluruh remaja di Indonesia untuk lebih memperhatikan apa saja kategori bentuk *self disclosure* atau pengungkapan diri yang dapat terjadi pada seorang remaja melalui media sosial *TikTok*.