

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecemasan Sosial

2.1.1 Definisi Kecemasan Sosial

Brecht (2000) mendefinisikan kecemasan sosial yakni perasaan khawatir akan penilaian orang lain saat berada di keramaian sehingga individu tersebut akan merasa lebih baik jika sendirian. La Greca dan Lopez (1998) mendefinisikan kecemasan sosial yaitu sebuah rasa takut yang ada pada individu terhadap situasi atau lingkungan sosial yang memiliki hubungan dengan performa diri individu tersebut. Kedua definisi di atas masih belum spesifik kepada kecemasan sosial pada penggunaan media sosial. Alkis et al. (2017) mendefinisikan kecemasan sosial secara spesifik pada penggunaan media sosial sebagai ketakutan yang berlebih serta adanya perasaan tertekan terhadap lingkungan sosial.

Berdasarkan uraian tentang kecemasan sosial di atas, penelitian ini menggunakan definisi dari Alkis et al. (2017) karena teori tersebut sudah spesifik yaitu untuk individu yang menggunakan media sosial. Selain itu, penelitian yang menggunakan teori ini sudah banyak digunakan, salah satu contoh di Indonesia yaitu *Social Anxiety on Instagram Second Account User* yang dilakukan oleh Ilma et al. (2020) dengan menggunakan subjek usia 15-25 tahun kepada pengguna Instagram *second account*.

2.1.2 Dimensi Kecemasan Sosial

Alkis et al. (2017) menyatakan bahwa terdapat empat dimensi kecemasan sosial, yaitu:

1. *Shared content anxiety* (Kecemasan dalam membagikan konten)

Salah satu kecemasan sosial yang berasal dari konten yang dibuat dan atau dibagikan di media sosial oleh orang lain maupun individu itu sendiri.

2. *Privacy concern anxiety* (Kecemasan dalam privasi)

Salah satu kecemasan sosial yang timbul akibat adanya kemungkinan informasi pribadi individu dibagikan atau diungkapkan di media sosial oleh orang lain.

3. *Interaction anxiety* (Kecemasan dalam berinteraksi)

Salah satu kecemasan sosial yang muncul dari adanya interaksi dengan orang lain di sosial media.

4. *Self-evaluation anxiety* (Kecemasan dalam menilai diri)

Salah satu kecemasan sosial yang muncul dari cara individu melihat serta menilai dirinya di sosial media.

2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Kecemasan Sosial

Leary (sebagaimana dikutip dalam Alkis et al., 2017) menyatakan beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan sosial, yaitu:

1. Masalah Privasi (*Privacy Concern*)

Timbulnya perasaan cemas saat orang lain memberikan atau menyebarkan informasi pribadi individu dibagikan atau diungkapkan melalui media sosial.

2. Evaluasi diri (*self-evaluation*)

Individu dengan *self-evaluation* yang baik, ia cenderung tidak akan membandingkan diri mereka terhadap orang lain serta merasa cukup akan dirinya. Sebaliknya, individu yang memiliki *self-evaluation* yang tidak baik cenderung akan membandingkan diri mereka terhadap orang lain.

3. Rasa takut akan penilaian negatif (*Fear of Negative Evaluation*)

Individu dengan rasa takut akan penilaian negatif yang baik, ia cenderung tidak akan merasa cemas akan penilaian negatif dari orang lain. Sebaliknya, individu yang memiliki *fear of negative evaluation* yang tidak baik cenderung akan merasa cemas dengan penilaian negatif dari orang lain.

2.2 Kerangka Berpikir

Kecemasan sosial dewasa awal pengguna Instagram cenderung tinggi. Hal tersebut dapat disebabkan karena individu dewasa awal cenderung berada dalam tahap eksplorasi diri yang kemudian menjadikan media sosial sebagai salah satu media atau wadah dalam menyalurkan ekspresinya tersebut. Kecemasan sosial didefinisikan sebagai ketakutan yang berlebih serta adanya perasaan tertekan terhadap lingkungan sosial (Alkis et al. 2017). Aspek yang terdapat dalam kecemasan sosial yaitu *Shared Content Anxiety* yaitu kecemasan sosial akibat berbagi konten oleh individu dan orang lain di media sosial, *Privacy Concern Anxiety* timbul akibat adanya informasi pribadi individu yang mungkin akan dibagikan atau diungkapkan di media sosial oleh orang lain, *Interaction Anxiety* yaitu kecemasan sosial yang muncul akibat berinteraksi dengan orang lain di media sosial, dan *Self-evaluation Anxiety* yaitu kecemasan sosial yang muncul dari cara individu memandang dan menilai dirinya sendiri di media sosial.

Hal tersebut dapat disebabkan oleh adanya beberapa faktor yang dapat mempengaruhi, seperti *Privacy Concern* (masalah privasi), *Self-evaluation* (evaluasi diri), dan *Fear of Negative Evaluation* (rasa takut akan penilaian negatif). *Privacy concern* yaitu timbulnya perasaan cemas saat orang lain menyebarkan informasi pribadi di media sosial. Dalam menggunakan media sosial, individu yang memiliki *online privacy concern* yang tinggi cenderung menyukai interaksi secara anonim untuk menghindari resiko terjadinya pengungkapan informasi pribadi oleh orang lain (Taddei sebagaimana dikutip dalam Shaughnessy et al., 2017), serta mereka dapat memproses serta memilih informasi pribadi mana yang akan mereka bagikan di media sosialnya secara hati-hati. *Self-evaluation* yaitu penilaian diri individu tersebut di media sosial. Saat individu menggunakan media sosialnya, tentu saja mereka dapat melihat konten dari orang lain yang menurut mereka lebih bagus dari apa yang diri mereka sendiri bagikan di media sosialnya. Bukan hal yang tidak mungkin kalau individu tersebut kemudian membandingkan dirinya dengan orang lain yang kemudian menimbulkan perasaan cemas. *Fear of Negative Evaluation* yaitu rasa

takut yang muncul akan penilaian negatif dari orang lain di media sosial (Leary sebagaimana dikutip dalam Alkis et al., 2017). Saat individu mengunggah konten di media sosialnya, muncul perasaan cemas akan penilaian negatif serta harapan orang lain akan mengevaluasi negatif dirinya (Shabani sebagaimana dikutip dalam H. M. Putri, 2015). Hal ini dapat disebabkan oleh adanya faktor kepribadian, genetik, dan pengalaman individu tersebut (H. M. Putri, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Irwinsyah (2021) menghasilkan bahwa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang memiliki kecemasan sosial cenderung sedang dan kecemasan akan lingkungan sosialnya tersebut disebabkan oleh adanya pandemi COVID-19. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti ingin melihat gambaran kecemasan sosial dewasa awal pengguna Instagram, karena penelitian sebelumnya mengambil fenomena pandemi yang menyebabkan intensitas penggunaan media sosial tinggi.



2.3 Hipotesis Penelitian

H_0 : Pengguna Instagram dewasa awal memiliki kecemasan sosial cenderung rendah.

H_a : Pengguna Instagram dewasa awal memiliki kecemasan sosial cenderung tinggi.