

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Berdasarkan laporan yang didapatkan dari *We Are Social* dalam website DataIndonesia.id mengungkapkan bahwa jumlah pengguna media sosial yang aktif di Indonesia berjumlah 167 juta orang pada Januari 2023. Adapun kalkulasi pengguna internet di Indonesia tercatat sebanyak 212,9 juta hingga Januari 2023. Berbeda dengan media sosial, jumlah pengguna internet pada awal tahun ini masih lebih tinggi, dan dari jumlah tersebut diketahui bahwa rerata pengguna di Indonesia dapat mengakses internet dengan durasi 7 jam 42 menit pada tiap harinya.¹ Berdasarkan data tersebut, maka dapat terlihat bahwa banyak dari masyarakat di Indonesia yang memang menghabiskan waktunya untuk berselancar di media sosial di luar dunia nyata yang sedang dihadapi.

Dewasa ini, media sosial bukan hanya dijadikan sarana untuk hiburan semata, namun dipergunakan juga untuk keperluan usaha dan media sosial menjadi sarana yang sangat informatif terkait berbagai hal yang banyak diperbincangkan. Dengan adanya media sosial ini, para penggunanya dimudahkan dalam meramban segala informasi yang dicari dengan lebih mudah. Beberapa aplikasi yang sering digunakan ialah Instagram, Facebook, Tiktok, Telegram, Youtube, WhatsApp, Wechat dan

¹ Shilvina Widi. "Pengguna Media Sosial di Indonesia Sebanyak 167 Juta pada 2023", DataIndonesia.id, 3 Februari 2023, <https://dataindonesia.id/Digital/detail/pengguna-media-sosial-di-indonesia-sebanyak-167-juta-pada-2023>.

lainnya. Semua aplikasi memiliki kelebihan serta kekurangannya masing-masing, Facebook pun yang dulu menjadi media sosial paling diminati akhirnya lambat laun mulai tergeser perlahan oleh berbagai aplikasi lainnya. Terutama kawula muda yang semakin meninggalkan aplikasi tersebut dan beralih pada aplikasi terbaru.

Kemudian pada pandemi covid-19 lalu, aplikasi Tiktok menjadi aplikasi paling diminati sebagai sarana hiburan karena memiliki daya tarik yang cukup memikat banyak penggunanya dengan berbagai macam terobosan dalam satu aplikasi hingga hampir menggeser beberapa aplikasi terdahulu. Tiktok yang merupakan sebuah jejaring sosial dan platform video musik yang berasal dari Tiongkok yang diluncurkan pada September 2016. Aplikasi ini adalah aplikasi pembuatan video pendek dengan didukung musik yang hampir menggeser Instagram. Namun di antara aplikasi tersebut, aplikasi bernama Instagram masih menjadi aplikasi yang memiliki daya pikatnya tersendiri.

Instagram memiliki daya pikat dan peminatnya sendiri, karena aplikasi ini mampu mempermudah untuk menjangkau orang yang tidak kenal atau bahkan deretan artis papan atas yang biasa hanya kita lihat di layar TV menjadi semakin terasa dekat. Meski memiliki daya saing yang tinggi dengan aplikasi lain, pengguna setia Instagram tidak berpaling bahkan semakin menyukai aplikasi ini untuk menjadi sarana hiburan, sarana informatif dengan berbagai terobosan terbaru yang membuat aplikasi ini semakin nyaman untuk digunakan. Aplikasi Instagram sendiri merupakan

aplikasi berbagi foto dan video secara instan, namun dengan kecanggihannya yang ada di Instagram dapat menjadi wadah bagi berbagai jenis kebutuhan.

Berdasarkan data dari *We Are social dan Hootsuite* dalam GoodStats menyebutkan bahwa Instagram kini menempati urutan ketiga aplikasi dengan pengguna terbanyak hingga Januari 2023. Instagram sendiri dikenal luas setelah facebook yang memang tetap menjadi aplikasi nomor 1 dengan pengguna terbanyak.² Instagram dapat digunakan oleh siapa saja, baik kawula muda hingga orang berumur sekalipun. Namun ternyata mayoritas dari para pengguna Instagram yaitu remaja³, remaja akan memiliki kecenderungan yang baik atau bahkan merugikan, karena masa remaja yaitu masa-masa menentukan jati diri untuk membentuk identitas diri mereka, hal ini akan menggambarkan konsep dari pikiran mereka. Para remaja sering kali memandang diri mereka dengan cara orang lain memandang mereka seperti apa.⁴

Berdasarkan asal kata namanya, Instagram bisa secara instan dapat membagikan potret dan juga video dengan menggunakan berbagai macam fitur pendukung di dalamnya. Bahkan dalam unggahan yang dibagikan bisa disertai dengan teks pelengkap dan menciptakan interaksi sederhana seperti *likes* atau *share* yang dapat memudahkan seseorang untuk mengakses informasi yang dibutuhkan di Instagram. Karena banyaknya fitur dalam

² Nada Naurah. "Daftar Platform Media Sosial yang Paling Banyak Digunakan 2023, Facebook Juaranya", GoodStats, 14 Februari 2023, <https://goodstats.id/article/daftar-platform-media-sosial-yang-paling-banyak-digunakan-2023-facebook-juaranya-BHY8q>

³ Agnes Z. Yonatan. "Pengguna Instagram Berdasarkan Rentang Usia 2023", GoodStats, 29 Mei 2023, <https://data.goodstats.id/statistic/agneszefanyayonatan/pengguna-instagram-berdasarkan-rentang-usia-2023-MEdzz>

⁴ Bulan Cahya Sakti, Much Yulianto, Penggunaan Media Sosial Instagram Dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro. Vol, 6 No. 4, 2018.

Instagram yang memang banyak dibutuhkan orang, Instagram menjadi salah satu platform media sosial yang paling diminati. Hal itu dapat terlihat dari jumlah pengguna Instagram di dunia diperkirakan sebanyak 1,32 miliar per Januari 2023.

Selain itu penggunaan Instagram sendiri dapat digunakan oleh berbagai jenis usia dan gender. Indonesia berada pada posisi keempat dengan 89,15 juta pengguna Instagram.⁵ Meskipun semakin banyak aplikasi serupa dengan Instagram, namun di *Play Store* sendiri Instagram menempati urutan pertama dalam kategori sosial dan aplikasi gatis-populer. Dalam penggunaan Instagram, tanpa disadari penggunanya melakukan pengungkapan diri secara suka rela berkaitan dengan kehidupannya di dunia nyata, baik secara verbal maupun nonverbal yang ditunjukkan agar interaksi antar para penggunanya dapat terbentuk dengan baik. Hal tersebut dapat terlihat ketika seseorang mengunggah *Instastory* ataupun *feed* Instagram lalu setelahnya mendapatkan tanggapan dari pengguna yang lain seperti *likes* atau komentar, hal ini bisa disebut juga dengan Pengungkapan diri.

Hargie sendiri mendefinisikan bahwa Pengungkapan diri merupakan suatu bentuk dan proses yang mana individu dapat berkomunikasi baik secara verbal maupun nonverbal kepada individu lainnya terkait dengan hal-hal yang bersifat informatif berkaitan dengan hal pribadi yang sebelumnya tidak diketahui.⁶ Pada saat usia remaja mereka akan memiliki daya ingin

⁵ Sarnita Sadya. "Pengguna Instagram RI Terbesar Keempat di Dunia pada Awal 2023", DataIndonesia.id, 23 Februari 2023, <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-instagram-ri-terbesar-keempat-di-dunia-pada-awal-2023>.

⁶ Elintia Devi and Rini Indryawati, "KEPERCAYAAN INTERPERSONALDAN SELF-DISCLOSURE PADA REMAJA PUTRI PENGGUNA INSTAGRAM," *Jurnal Psikologi* 13, no. 2 (2020): hal. 119-120.

tahu yang cukup besar, mereka akan memiliki fungsi yang sangat penting dalam hubungannya dengan masyarakat, karena masa remaja merupakan masa dimana mereka dapat belajar untuk memanfaatkan kemampuan-kemampuan yang dimiliki; untuk menerima serta memberi, dalam hubungannya dengan orang lain. Sesuai dengan tahap perkembangannya, remaja diharapkan dapat lebih belajar dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang luas serta majemuk⁷, salah satunya yaitu interaksi yang dilakukan di media sosial dalam *platform* Instagram.

Pengungkapan diri yang dilakukan di Instagram dapat dilakukan oleh remaja kepada orang lain baik keluarga, teman sebaya, bahkan dengan orang yang belum dikenalnya secara pribadi namun hanya saling kenal di dunia maya. Pengungkapan diri yang dilakukan oleh pengguna di Instagram dapat berupa pemberian yang berkaitan informasi melalui sikap, opini, minat, dan juga berbagai hal lainnya yang ada dalam diri individu. Perkembangan pada remaja menjadikan adanya perubahan fungsi secara psikologis yang bersifat kualitatif, yaitu perubahan yang dapat terlihat melalui kemampuannya dalam bertingkah laku dalam lingkup sosial, emosional, moral maupun intelektual, secara lebih matang dan responsif terhadap segala sesuatunya, baik yang melekat pada diri individu atau yang berasal dari luar dirinya sendiri.

Karena memang pada dasarnya perubahan yang terjadi pada diri individu merupakan suatu proses yang berkesinambungan⁸ serta

⁷ KAYYIS FITHRI AJHURI, *PSIKOLOGI PERKEMBANGAN Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Yogyakarta: Penebar Media Pustaka, 2019), hal. 97.

⁸ *Ibid.*, hal. iii.

berkelanjutan, akibatnya perkembangan serta perubahan pada tahap kehidupan yang sebelumnya dapat memengaruhi perkembangan periode setelahnya. Pengungkapan diri memiliki peranan penting bagi individu untuk berinteraksi dengan orang lain, karena tanpa adanya keterbukaan maka interaksi tidak akan berjalan dengan baik dan cenderung hanya berjalan satu arah. Semakin banyak teman di media sosial maka akan semakin banyak pula seseorang melakukan Pengungkapan diri, dengan mengambil risiko menunjukkan informasi diri secara suka rela untuk mendapatkan hal yang serupa dari orang lain.

Mahendra juga menjelaskan bahwasanya selain dapat menyampaikan suatu informasi, Pengungkapan diri yang dilakukan di Instagram juga dapat berdampak pada hal negatif bagi remaja putri, dikarenakan Pengungkapan diri yang mereka lakukan kurang tepat. Dampak negatif tersebut seperti adanya penyalahgunaan informasi, pelanggaran privasi, penipuan, dan bahkan dapat mengakibatkan masalah kesehatan mental yang cukup serius.⁹ Terdapat empat hal yang menjadi faktor yang dapat berpengaruh terhadap Pengungkapan diri yaitu *Needs* atau kebutuhan, *Secure Attachment*, Harga diri, dan Jenis Kelamin. Selain itu, Pengungkapan diri juga erat kaitannya dengan *interpersonal trust* atau kepercayaan interpersonal.

Penelitian yang dilakukan oleh Elintia Devi dan Rini Indryawati menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara *Trust* dan Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna

⁹ Devi and Indryawati, "Kepercayaan interpersonal Dan Self-Disclosure Pada Remaja Putri Pengguna Instagram," hal. 120.

Instagram.¹⁰ Menurut Rotterbag Kepercayaan atau *trust* merupakan harapan yang dimiliki oleh individu atau kelompok bahwa pernyataan secara verbal dalam bentuk kata-kata, janji, maupun dalam bentuk tertulis dari kelompok atau orang lain dapat diandalkan dan dipercaya. Ketika seseorang mengunggah konten di media sosial, hal tersebut disebabkan karena adanya kepercayaan terhadap pengguna lain akan memberikan respon yang baik, padahal sering kali yang ditemukan ketika kita mengunggah konten di media sosial justru respon negatif.¹¹

Tapi tidak bisa dipungkiri, unggahan atau konten yang sudah dibagikan di media sosial maka hal tersebut bukan lagi hanya milik pribadi, melainkan sudah menjadi konsumsi publik. Karena adanya kepercayaan itulah yang membuat banyak dari pengguna Instagram akhirnya melakukan Pengungkapan diri dengan suka rela dengan berpegang pada kepercayaan yang dimilikinya, dengan anggapan orang lain akan menyukainya. Kepercayaan interpersonal juga dapat menjadi tahapan psikologis dimana individu akan menerima adanya kemungkinan untuk dapat terluka atas perilaku orang lain berdasarkan ekspektasi bahwa orang lain akan melakukan hal yang sama untuk dirinya seperti yang biasa dilakukan kepada orang lain. Pada nyatanya, ekspektasi itu terjadi karena tidak memikirkan kemungkinan bahwa individu tidak dapat mengontrol dan memprediksi apa yang akan dilakukan oleh individu lain.¹²

¹⁰ Ibid., hal. 128.

¹¹ Pradana Yitami Boer dan Mario Pratama, Hubungan antara *Trust* dengan *Self Disclosure* pada Remaja Putri Pengguna Tiktok, *Jurnal Psikologi Jambi*: Vol. 07, No. 02, Oktober 2022. Hal. 33

¹² NAIFAH MANSYUR PATTA, “Skripsi: *Kepercayaan interpersonal Sebagai Prediktor terhadap Self-Disclosure pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual*”, (Makassar: Universitas Bosowa, 2020, Hal. 37

Kepercayaan interpersonal dapat terbentuk karena adanya kesamaan, misalnya adanya kesamaan kelompok yang disebut sebagai *category-based trust*. *Categorybased trust* merupakan rasa percaya yang dibentuk berdasarkan kelompok dimana individu berada dan menjadi bagian di dalamnya (*in group*) dan kelompok dimana individu tidak menjadi bagian di dalamnya (*out group*)¹³, individu akan berperilaku berbeda kepada orang-orang yang berada dalam *in group* dibandingkan dengan orang-orang yang berada di dalam *out group*. Kepercayaan interpersonal juga tidak dapat dikatakan sebagai suatu hal yang datang dan terbentuk begitu saja, melainkan harus dipelajari dan terbentuk berdasarkan pengalaman yang dimiliki seseorang.

Apabila dihubungkan dengan *body dissatisfaction*, tidak sedikit dari mereka yang mengalaminya mengingat bahwa banyak dari pemakaian utama Instagram ialah untuk mengunggah dan berbagi potret diri atau hal lain, para penelitian terdahulu juga telah menyatakan bahwasanya Instagram memiliki akibat lebih merugikan karena dapat membangun kekhawatiran terhadap penampilan wanita daripada platform media sosial lain. Hal tersebut sesuai dengan adanya fenomena di Instagram itu sendiri, yang mana terdapat tren untuk menampilkan gambar-gambar orang yang memiliki postur tubuh yang proposional dari seluruh penjuru dunia.¹⁴ Selain gambar, orang-orang juga sering memposting konten dan komentar terkait

¹³ Kim Dan Jong, "Self-Perception-Based Versus Transference-Based Kepercayaan interpersonal Determinants in Computer-Mediated Transactions: A Cross-Cultural Comparison Study", *Journal of Management Information Systems / Spring*, Vol. 24, No. 4 (2008): hal. 19

¹⁴ Salma Maimunah, "Hubungan Media Sosial dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa Perempuan Di Kota Surabaya," *Jurnal Penelitian Psikologi* Vol. 08 No. 02 (2021), hal 226.

penampilan seseorang di media sosial, yang juga dapat memengaruhi seperti apa perasaan serta persepsi tentang bagaimana penampilannya. Hal tersebutlah yang dapat menjadi faktor meningkatnya *body dissatisfaction* di media sosial.

Pada dasarnya *body dissatisfaction* atau yang sering dikenal dengan ketidakpuasan terhadap citra tubuh banyak dirasakan oleh perempuan, mereka yang memiliki citra terhadap tubuh yang negatif terhadap dirinya bahkan melakukan berbagai macam cara agar dapat memperbaiki citra tubuhnya di hadapan orang lain dan merasa diterima. *Body dissatisfaction* terjadi pada siapapun tanpa memandang usia dan *body dissatisfaction* sendiri memiliki sejumlah konsekuensi yang cenderung negatif terhadap diri dan lingkungannya.¹⁵ Dari berbagai penelitian yang sudah dilakukan, diketahui bahwa *body dissatisfaction* mempunyai kecenderungan yang negatif dan menjadi salah satu penyebab permasalahan mental yang serius. Terlebih pada masyarakat milenial yang hidupnya berdampingan dengan teknologi, dan juga media sosial dipergunakan untuk berkomunikasi.

Media sosial digunakan sebagai alat komunikasi bukan hanya sekadar dengan saling bertukar kabar menggunakan pesan teks atau pesan suara, namun media sosial dapat digunakan sebagai alat komunikasi dengan membagikan gambar atau video, sehingga meski tidak saling bertukar kabar tetapi tetap dapat mengetahui update terbaru kehidupan seseorang yang dijalani berdasarkan unggahan yang ia bagikan. Seiring semakin merambahnya penggunaan media sosial, sering kali dari kita harus

¹⁵ Ibid., 227

mengetahui tren terbaru dan *ter-update* mengenai kehidupan di dunia maya. Terlebih ketika fase remaja yang akan menginjakkan kaki di bangku perkuliahan ataupun dunia kerja, remaja dengan insting beradaptasi yang dimilikinya akan cenderung mengikuti lingkungan yang ditempati. Masa remaja ini merupakan fase dimana mereka akan memasuki dewasa awal yang mana mereka akan memiliki peran serta tanggungjawab yang lebih besar kepada dirinya sendiri terutama untuk kehidupan di masa depan daripada usia sebelumnya.¹⁶

Oleh sebab itu peneliti melakukan wawancara dalam menggali informasi dan data awal, didapati bahwa Instagram menjadi salah satu platform digital yang sering digunakan dalam mengunggah kehidupan secara lebih tertata dan menjaga *image* diri dengan hanya mengunggah hal positif dan lebih cenderung serius.¹⁷ Platform Instagram juga menjadi media portofolio yang mana profil dan unggahan ditata sedemikian rupa sesuai dengan keinginan penggunanya dibandingkan dengan aplikasi lain yang cenderung terlihat serampangan dan tidak terkonsep. Instagram menjadi platform digital yang digunakan hanya untuk sesuatu yang terlihat sempurna, maka Instagram menjadi platform yang menambah tingkat *insecure* seseorang karena ia tidak bisa seperti orang lain yang dikenalnya baik secara langsung ataupun di media sosial tersebut.

Lokasi penelitian yang akan dilakukan dipilih berdasarkan standar kategori dalam menentukan subjek penelitian yaitu remaja putri pengguna

¹⁶ Salma Maimunah dan Yohana Wuri Satwika, "Hubungan Media Sosial dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswi di Kota Surabaya" 2021: hal. 225

¹⁷ Hasil wawancara awal dengan salah satu subjek pada tanggal 30 Maret 2023.

Instagram kelas XII yang sedang mempersiapkan diri untuk memasuki jenjang perkuliahan. Setelah diamati dan dipertimbangkan berdasarkan pengamatan peneliti maka dipilihlah MAN 1 SERANG sebagai lokasi penelitian ini, yang mana terdapat fenomena kurangnya kepercayaan diri remaja putri dalam mengungkapkan dirinya dengan hal yang berkaitan dengan *body dissatisfaction* di media sosial yang ia miliki. Hal tersebut disebabkan karena budaya berpakaian yang ada di sekolah, yang membudayakan berpakaian dengan menggunakan baju dan kerudung dengan ketentuan tertentu. Sehingga hal tersebut membuat sebagian siswi yang merasa kurang percaya diri dengan menggunakan budaya berpakaian itu akhirnya melanggar peraturan dengan menggunakan pakaian yang sesuai dengan keinginannya.

Pada penelitian terdahulu oleh Maryam menunjukkan bahwa keterbukaan diri antara laki-laki dan perempuan dalam setiap kebudayaan berbeda satu dengan yang lain.¹⁸ Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor salah satunya budaya. Remaja putri lebih suka berbagi lewat media sosial dan menceritakan tentang dirinya dibandingkan laki-laki, karena Perempuan merasa lebih mendapatkan perhatian dan dukungan dari orang lain terutama di media sosial. Berbeda dengan laki-laki yang lebih sering memberikan informasi daripada mengungkapkan perasaan mereka secara gamblang.¹⁹ Oleh sebab itu peneliti hanya berfokus

¹⁸ Maryam B. Gainau, Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling. Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri (STAKPN) Papua, 2009. hal. 12.

¹⁹ Pradana Yitami Boer dan Mario Pratama, Hubungan antara *Trust* dengan *Self Disclosure* pada Remaja Putri Pengguna Tiktok, Jurnal Psikologi Jambi: Vol. 07, No. 02, Oktober 2022. Hal. 33

pada perempuan, karena seperti apa yang sudah dipaparkan di atas bahwa perempuan cenderung lebih banyak melakukan pengungkapan diri dan lebih memerhatikan penampilannya dibandingkan dengan laki-laki, sedangkan laki-laki lebih cenderung puas terhadap tubuhnya dibandingkan dengan perempuan. Peneliti akan menggunakan pengguna aktif Instagram sebagai responden karena remaja erat kaitannya dengan media sosial terlebih Instagram.

Faktor lain yang dapat memicu pengungkapan diri seperti Kepercayaan interpersonal dan *Body dissatisfaction* penting untuk diteliti lebih lanjut karena dari beberapa penelitian terdahulu diketahui terdapat hubungan yang positif antara Pengungkapan diri dengan *trust*, karena itu peneliti ingin melakukan penelitian lanjutan disertai dengan variabel lain yaitu *body dissatisfaction*. Penelitian ini dikhususkan dengan menggunakan subjek remaja perempuan dikarenakan belum ada penelitian yang menguji pengaruh terkait kedua variabel tersebut terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri. Oleh sebab itu, penelitian ini diberikan judul **“Pengaruh Kepercayaan Interpersonal dan *Body Dissatisfaction* terhadap Pengungkapan Diri pada Remaja Putri Pengguna Instagram Kelas XII di MAN 1 Serang”**.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang sudah dibuat maka rumusan masalah yang disusun, yaitu:

1. Bagaimana pengaruh Kepercayaan interpersonal terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG?
2. Bagaimana pengaruh *Body dissatisfaction* terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG?
3. Bagaimana pengaruh Kepercayaan interpersonal dan *Body dissatisfaction* secara simultan terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG?

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasar pada rumusan masalah yang sudah disusun di atas, maka penulis menyimpulkan tujuan dari penelitian, yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh Kepercayaan interpersonal terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG
2. Untuk mengetahui pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG
3. Untuk mengetahui pengaruh Kepercayaan interpersonal dan *Body Dissatisfaction* secara simultan terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan harapan dapat memberikan beberapa manfaat, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menjadi sokongan untuk perkembangan dalam teori bidang Psikologi, terkhusus pada Psikologi Klinis dan Perkembangan. Serta mampu memberikan informasi bagi penelitian-penelitian yang selanjutnya dalam bidang serupa, sehingga dapat membantu peneliti dalam menyusun landasan teori pada penelitian tersebut.

2. Manfaat Praktis

a. Subjek

Manfaat bagi subjek sendiri yaitu remaja putri menjadi paham mengenai bagaimana cara bersikap yang baik terhadap media sosial yang menjadi sarana bagi banyaknya aktivitas nyata dan juga maya.

b. Sekolah

Manfaat bagi tempat penelitian yaitu menjadi bahan rujukan untuk membuat rancangan intervensi pada remaja yang akan memasuki bangku perkuliahan dalam memandang dirinya dan interaksinya terhadap kehidupan nyata dan juga maya.

c. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi sumbangsih untuk perkembangan dalam teori bidang Psikologi, terkhusus pada

Psikologi Klinis dan Perkembangan. Serta mampu memberikan informasi bagi penelitian-penelitian yang selanjutnya dalam bidang serupa, sehingga dapat membantu peneliti dalam menyusun landasan teori pada penelitian tersebut.

E. HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis adalah sebuah harapan-harapan yang sudah dinyatakan oleh peneliti terkait dengan hubungan antar variabel dalam masalah suatu penelitian. Jadi dapat diketahui bahwa hipotesis merupakan suatu pernyataan masalah yang paling khas.²⁰ Namun hipotesis hanya bersifat sementara, maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. H_{a_1} : Terdapat pengaruh yang positif antara Kepercayaan interpersonal terhadap Self disclosure pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG
 H_{o_1} : Tidak terdapat pengaruh yang positif antara Kepercayaan interpersonal terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG
2. H_{a_2} : Terdapat pengaruh yang positif antara *Body Dissatisfaction* terhadap Self disclosure pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG

²⁰²⁰²⁰ Tukiran Taniredja and Hidayati Mustafidah, *PENELITIAN KUANTITATIF (Sebuah Pengantar)* (Bandung: ALFABETA, 2011), hal. 24.

Ho₂ : Tidak terdapat pengaruh yang positif antara *Body Dissatisfaction* terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG

3. Ha₃ : Terdapat pengaruh yang positif antara Kepercayaan interpersonal dan *Body Dissatisfaction* terhadap Pengungkapan diri pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG

Ho₃ : Tidak terdapat pengaruh yang positif antara Kepercayaan interpersonal dan *Body Dissatisfaction* terhadap Pengungkapan diri secara simultan pada remaja putri pengguna Instagram kelas XII di MAN 1 SERANG

F. PENELITIAN TERDAHULU

1. Ana Suryani, dan Desi Nurwidawati, *Self Disclosure dan Trust* pada Pasangan Dewasa Muda yang Menikah dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh, Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Surabaya, 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *self-disclosure* dan kepercayaan pada pasangan dewasa muda yang menikah dan dalam hubungan jarak jauh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara keterbukaan diri dengan kepercayaan pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh. Persamaannya ada pada variabel *Kepercayaan interpersonal* dan

Pengungkapan diri. Perbedaannya terletak pada subjek, dan juga lokasi penelitian.²¹

2. Diani Alifah Putri, Rini Indryawati, *Body Dissatisfaction* dan Perilaku Diet pada Mahasiswi, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan ketidakpuasan tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswi. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada mahasiswi pada penelitian ini. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin besar rasa ketidakpuasan tubuh maka semakin besar pula keinginan untuk melakukan diet pada mahasiswi. Persamaannya ada pada variabel Body Dissatisfaction. Perbedaannya terletak pada subjek, dan juga lokasi penelitian.²²
3. Salma Maimunah, Hubungan Media Sosial dengan *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswa Perempuan di Kota Surabaya, Universitas Kota Surabaya, Tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara media sosial dengan Body Dissatisfaction pada mahasiswa Universitas Surabaya. Penelitian ini menghasilkan hubungan positif antara terjadinya ketidakpuasan bentuk tubuh dengan intensitas penggunaan media sosial. Kesamaan ini terdapat pada

²¹ Ana Suryani, and Desi Nurwidawati, "Pengungkapan diri Dan Kepercayaan interpersonal Pada Pasangan Dewasa Muda Yang Menikah Dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh," *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* Vol. 7, No. 1, 9-15 (2016).

²² Diani Alifah Putri and Rini Indryawati, "Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi," *Jurnal Psikologi* 12 No.1 (June 2019).

variabel *Body Dissatisfaction* dan Sosial Media. Perbedaannya terletak pada subjek, dan juga lokasi penelitian.²³

4. Elintia Devi dan Rini Indryawati, *Trust dan Self-Disclosure* pada Remaja Putri Pengguna Instagram, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, Tahun 2020. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan analisis korelasi satu sisi Spearman diketahui terdapat pengaruh positif yang sangat signifikan pengaruh terhadap hubungan Kepercayaan dan Pengungkapan Diri pada remaja putri pengguna Instagram dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < .01$) dan koefisien korelasi (R) sebesar 0,713. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *Kepercayaan interpersonal* maka semakin tinggi pula *Pengungkapan diri*. Selain itu, koefisien korelasi (R) yang diperoleh menunjukkan bahwa hubungan positif yang dihasilkan adalah erat atau kuat. Persamaannya ada pada variabel *trust* dan *Self-Disclosure* serta subjek yaitu Remaja Putri. Perbedaannya terletak pada variabel *body dissatisfaction* dan lokasi penelitian.²⁴
5. Andika Galuh Kumalasari dan Dinie Ratri Desiningrum, Hubungan antara Dukungan Sosial Guru dengan *self disclosure* (Pengungkapan diri) pada Remaja, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial guru dengan keterbukaan diri pada remaja. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, $r_{xy} = 0,30$ ($p < 0,001$) artinya ada hubungan

²³ Salma Maimunah, "Hubungan Media Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa Perempuan Di Kota Surabaya," *Jurnal Penelitian Psikologi* Volume 08 Nomor 02 (2021).

²⁴ Elintia Devi and Rini Indryawati, "Kepercayaan interpersonal Dan Self-Disclosure Pada Remaja Putri Pengguna Instagram," *Jurnal Psikologi* Volume 13 No.2 (Desember 2020).

positif dan signifikan antara dukungan sosial guru dengan pengungkapan diri remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif dukungan sosial guru yang dirasakan remaja maka semakin tinggi keterbukaan diri remaja. Persamaannya ada pada variabel *Pengungkapan diri* dan juga subjek serupa yaitu remaja. Perbedaannya terletak pada variabel *Kepercayaan interpersonal* dan *Body Dissatisfaction* serta lokasi penelitian.²⁵

6. Happy Yuanita dan Monique Elizabeth Sukamto, *Fenomena Body Dissatisfaction* pada Perempuan Anggota Fitness Centre, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan ketidakpuasan tubuh anggota Women Fitness Center ditinjau dari obesitas tingkat dan tahapan perkembangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan ketidakpuasan tubuh pada anggota fitness center wanita ditinjau dari tahapan perkembangan ($\chi^2 = 34.799$, $\text{sig.} = .000 (< .05)$) dan tingkat obesitas ($\chi^2 = 32.134$, $\text{sig.} = .000 (< 0,05)$) Terdapat kesamaan pada variabel *Body Dissatisfaction*, perbedaannya terletak pada subjek dan juga lokasi penelitian.²⁶
7. Dila Septiani, Putri Nabilla Azzahra, Sari Nurul Wulandari, Ardian Renata Manuardi, *Self Disclosure* dalam Komunikasi Interpersonal: Kesetiaan, Cinta, dan Kasih Sayang, Prodi Bimbingan dan Konseling

²⁵ Andika Galuh Kumalasari and Dinie Ratri Desiningrum, "HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL GURU DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI (PENGUNGKAPAN DIRI) PADA REMAJA," *Jurnal Empati* Volume 5(4) (Oktober 2016).

²⁶ Happy Yuanita and Monique Elizabeth Sukamto, "FENOMENA BODY DISSATISFACTION PADA PEREMPUAN ANGGOTA FITNESS CENTRE," *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 4, no. 1 (August 19, 2013): 12.

IKIP Siliwangi, 2019. Pengungkapan diri dalam komunikasi interpersonal sangat berpengaruh tidak hanya dalam kehidupan sehari-hari ini tetapi juga di masa depan. Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat menggantungkan hidupnya sendiri, bahkan manusia memiliki kodrat tersendiri yang diciptakan oleh Tuhan, seperti kesetiaan, cinta dan kasih sayang. Melalui komunikasi individu dapat memenuhi kebutuhan emosional dan meningkatkan kesehatan mental. Belajar memaknai apa itu kesetiaan, cinta dan kasih sayang juga sangat diperlukan karena seseorang dapat mengalami berbagai kualitas perasaan dan membandingkan perasaan dengan orang lain. Persamaannya ada pada variabel *self disclosure*. Perbedaannya terletak pada subjek, dan metode penelitian.²⁷

G. DEFINISI OPERASIONAL

1. Kepercayaan Interpersonal

Secara harfiah, kepercayaan interpersonal memiliki arti kepercayaan yang berkaitan dengan hubungan antar individu. Kepercayaan interpersonal dapat melibatkan dua orang atau lebih dan berlangsung dalam kurun waktu yang lama. Penerapan hubungan yang interpersonal terhadap kepercayaan interpersonal ialah ketika saat perilaku *truster* dapat memengaruhi pihak *trustee*, yang mana pengaruh tersebut bisa memberikan keuntungan ataupun kerugian. Serta prasangka menjadi ciri

²⁷ Dila Septiani et al., "PENGUNGKAPAN DIRI DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL: KESETIAAN, CINTA, DAN KASIH SAYANG," *FOKUS* Vol. 2, No. 6 (November 2019).

dari adanya *trust* atau kepercayaan, yang mana kepercayaan interpersonal dapat terlihat pada saat adanya kecenderungan positif dan memiliki minat pada orang yang dianggapnya serupa, pandangan yang positif tersebutlah yang menjadi alasan seorang individu dapat dipercaya atau tidak.

2. *Body Dissatisfaction*

Body dissatisfaction merupakan bentuk suatu ketidakpuasan seseorang terhadap citra tubuh pada dirinya, dan hal tersebut banyak dirasakan oleh perempuan. Hal tersebut terjadi karena perbandingan dirinya terhadap orang lain, dikarenakan perbedaan persepsi ideal tubuh individu dengan yang lainnya. Tidak sedikit dari mereka yang memiliki citra tubuh yang negatif terhadap dirinya sendiri kemudian melakukan berbagai macam cara agar memperbaiki citra tubuhnya di hadapan orang lain. *Body dissatisfaction* terjadi tanpa memandang usia, dengan sejumlah konsekuensi negatif terhadap diri dan lingkungannya, menjadikan *body dissatisfaction* yaitu salah satu penyebab permasalahan mental yang serius.

3. Pengungkapan Diri

Pengungkapan diri merupakan bentuk pembukaan mengenai diri yang ditunjukkan untuk mengungkapkan, menyampaikan hal yang berkaitan dengan dirinya sebagai suatu bentuk informasi terhadap orang lain. Pengungkapan diri atau bisa disebut juga dengan *Self Disclosure*

merupakan suatu bentuk komunikasi dalam upayanya menyampaikan informasi berkaitan dengan dirinya sendiri kepada orang lain yang memang belum pernah diutarakan sebelumnya. Keterbukaan diri ini juga dapat disebut sebagai bentuk membagikan perasaan yang dimiliki pribadi dan menjadikannya informasi secara akrab terhadap orang lain.