

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Di era digital saat ini, media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Mahasiswa, terutama mereka yang berada pada tingkat akhir studi, seringkali menggunakan platform ini untuk berbagai keperluan, mulai dari hiburan hingga berkomunikasi dengan teman dan keluarga. Begitu pula dengan mahasiswa tingkat akhir di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, di mana para mahasiswa tingkat akhir memanfaatkan media sosial dalam kehidupan akademis dan personal mereka. Bagi mahasiswa tingkat akhir, media sosial juga menjadi wadah untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, serta pengalaman pribadi mereka dalam kehidupan sehari-hari.

Proses ini dikenal sebagai *self disclosure*, yang merupakan tindakan membagikan informasi pribadi dengan orang lain. *Self disclosure* di media sosial dapat menjadi efektif untuk membangun hubungan, mendapatkan dukungan emosional, serta memperkuat ikatan. Untuk saat ini, *self disclosure* di media sosial menjadi topik yang perlu diperhatikan, terutama di kalangan mahasiswa tingkat akhir. *Self disclosure* di media sosial itu sendiri memiliki artian dimana suatu tindakan mengungkapkan pendapat, perasaan, maupun pengalaman pribadi secara sukarela, dengan media sosial sebagai perantaranya.

Self disclosure di media sosial memiliki dampak yang kompleks dan bervariasi tergantung pada berbagai konteks, jenis informasi yang dibagikan, serta audien yang menerima informasi tersebut. Etika dan tanggung jawab dalam *self disclosure* juga menjadi perhatian penting. Pengguna media sosial diharapkan memiliki kesadaran akan dampak dari informasi yang mereka bagikan. Menurut Joinson (2001), edukasi mengenai dampak dan resiko *self disclosure* dapat membantu keputusan yang lebih bijak tentang informasi yang mereka bagikan secara *online*.

Self disclosure di media sosial juga memiliki resiko. Informasi yang terlalu pribadi dapat disalahgunakan atau digunakan untuk menilai seseorang secara negatif. Menurut penelitian oleh Krasnova, dkk (2017), *self disclosure* yang berlebihan dapat menyebabkan konsekuensi negatif seperti pelanggaran privasi dan peningkatan kerentanan terhadap serangan siber atau pelecehan online. Selain itu, terdapat perbedaan cara pria dan wanita mengungkapkan diri mereka di media sosial. Penelitian oleh Tifferet dan Vilnai-Yavetz (2014) menunjukkan bahwa wanita cenderung lebih sering melakukan *self disclosure* yang emosional dan pribadi dibandingkan pria, yang lebih mungkin mengungkapkan informasi yang bersifat faktual dan kurang emosional.

Self disclosure di media sosial dapat memberikan dampak positif pada kesehatan mental pengguna. Misalnya, berbagi perasaan dan pengalaman pribadi dapat membantu individu merasa lebih terhubung dan didukung oleh jaringan sosial mereka. Di sisi lain, *self disclosure* yang berlebihan dapat membawa resiko serius terhadap privasi dan keamanan. Informasi yang dibagikan di media sosial dapat disalahgunakan oleh pihak ketiga untuk tujuan negatif, seperti pencurian identitas atau penipuan.

Menurut Widodo (2019) menyatakan bahwa banyak pengguna media sosial yang kurang menyadari potensi bahaya ini, yang dapat berujung pada konsekuensi serius, termasuk kerugian finansial dan pelanggaran privasi. Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk memahami dan mengelola batasan informasi yang mereka bagikan secara publik. Pemahaman tentang *self disclosure* di media sosial sangat penting karena keterbukaan diri dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Self disclosure* yang sehat dapat memperkuat hubungan sosial dan mendukung perkembangan pribadi, sementara *self disclosure* yang berlebihan atau tidak tepat dapat menyebabkan stres dan masalah privasi.

Altman dan Taylor (1973) mengembangkan teori penetrasi sosial yang menjelaskan *self disclosure* sebagai proses bertahap di mana hubungan interpersonal berkembang dari tingkat permukaan ke tingkat yang lebih intim melalui pengungkapan informasi pribadi secara berkelanjutan. Sedangkan

menurut Setiawan (2016) mendefinisikan *self disclosure* sebagai proses komunikasi di mana individu mengungkapkan informasi pribadi yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain, yang dapat mempengaruhi dinamika hubungan interpersonal. Di media sosial, *self disclosure* mencakup berbagai aspek seperti frekuensi, kedalaman, dan konteks pengungkapan.

Altman dan Taylor (1973) mengemukakan ada 5 aspek dalam *self disclosure* meliputi ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, kedalaman dan keluasan. Sedangkan menurut Devito (2011) terdapat 5 aspek di dalam *self disclosure*, yaitu *amount* (kuantitas), *valence* (valensi), *accuracy/honesty* (ketepatan/kejujuran), *intention* (keluasan), *intimacy* (keakraban). Sehingga *self disclosure* di media sosial berbeda dengan di kehidupan nyata karena adanya aspek anonimitas dan audien yang lebih luas. Selain itu, ada juga beberapa faktor yang mempengaruhi *self disclosure* di media sosial antara lain kepribadian, norma sosial, tingkat kenyamanan dengan platform, dan pengalaman masa lalu.

Menurut Devito (2011) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *self disclosure* yaitu besar kelompok, perasaan menyukai, efek diadik, kompetensi, kepribadian, topik, dan dukungan sosial. *Self disclosure* di media sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor yang mendorong individu untuk berbagi informasi pribadi. Salah satu faktor terpenting adalah dukungan sosial, terutama yang diperoleh melalui interaksi di media sosial. Dukungan ini mencakup pemberian dukungan emosional, validasi, dan rasa diterima, yang semuanya penting untuk kesejahteraan psikologis.

Dukungan sosial adalah salah satu faktor utama yang mempengaruhi *self disclosure*. Mahasiswa merasa yang merasa mendapat dukungan dari teman, keluarga, dan komunitas *online* cenderung lebih terbuka dalam berbagi informasi pribadi mereka. Media sosial sendiri dapat menjadi sumber dukungan sosial yang signifikan, mengingat interaksi yang terjadi di *platform* ini dapat memberikan rasa keterhubungan dan pengakuan.

Dukungan sosial adalah bantuan dan perlindungan yang diberikan oleh orang lain, yang bisa berwujud emosional, instrumental, informatif, dan

evaluatif. Menurut Sarason et al. (1983), dukungan sosial adalah persepsi individu terhadap ketersediaan orang-orang yang dapat diandalkan dalam situasi tertentu. Sedangkan menurut Sarafino (2014) menyebutkan dukungan sosial bisa disebut sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan diri, atau pertolongan yang diterima seseorang dari individu atau kelompok lain.

Dukungan sosial dari media sosial adalah bentuk bantuan dan dukungan yang diperoleh individu melalui interaksi di *platform* media sosial. Menurut Nasrullah (2015), dukungan sosial dari media sosial adalah interaksi positif yang terjadi di *platform* digital di mana individu dapat berbagi pengalaman, menerima nasihat, dan mendapatkan dukungan emosional dari jaringan sosial mereka. Sedangkan menurut Widjaja (2018) menjelaskan bahwa dukungan sosial dari media sosial mencakup berbagai bentuk bantuan yang dapat diberikan oleh pengguna lain melalui *platform* seperti *Facebook*, *Instagram*, dan *Twitter*. Ini bisa berupa kata-kata penyemangat, saran praktis, atau hanya dengan memberikan like dan komentar positif pada postingan seseorang, yang semuanya berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis individu.

Dukungan sosial menurut House (1983) terdiri dari 4 kategori utama yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan evaluatif. Sedangkan menurut Sarafino (2014) menyatakan dukungan sosial mencakup 4 aspek, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Di media sosial, dukungan ini dapat terwujud melalui komentar, *likes*, *shares*, dan pesan pribadi.

Dukungan sosial dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti hubungan interpersonal, keaktifan di media sosial, kualitas interaksi, dan struktur jaringan sosial. Mahasiswa yang aktif dan memiliki hubungan yang baik dengan teman dan keluarga cenderung mendapatkan dukungan sosial yang lebih besar. Menurut Cohen (1985) ada 6 faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu pemberian dukungan sosial, jenis dukungan sosial, penerimaan dukungan, permasalahan yang sedang terjadi, waktu pemberian, dan lamanya pemberian dukungan.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Galuh dan Desiningrum (2016) menunjukkan bahwa semakin banyak dukungan sosial yang diterima remaja dari guru, semakin besar kemungkinannya mereka mengungkapkan diri. Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni dan Radjito (2017) menunjukkan bahwa adanya pengaruh dukungan sosial terhadap *self disclosure* pada Peserta Didik Program Kesetaraan Paket B. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Widodo (2013) menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dan pengungkapan diri yang dapat diterima.

Penelitian ini relevan dalam konteks pendidikan maupun teknologi dan komunikasi. Dalam dunia pendidikan, penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang dinamika hubungan interpersonal di kalangan mahasiswa tingkat akhir. Hal ini semakin relevan karena dapat membantu universitas dalam memahami kebutuhan sosial dan emosional mahasiswa di media sosial. Sedangkan dalam konteks teknologi dan komunikasi, penelitian ini dapat memberikan pemahaman tentang bagaimana pengguna teknologi digital mempengaruhi pola komunikasi dan interaksi sosial, terutama di kalangan mahasiswa. Saat ini setiap individu tidak perlu lagi merasa bingung untuk berinteraksi dan mengungkapkan segala informasi pribadi mereka. Media digital telah menjadi bagian penting dari keseharian.

Fenomena ini menjadi sangat penting dalam lingkup mahasiswa tingkat akhir dikarenakan, bagaimana pemahaman mahasiswa tingkat akhir dalam memahami dukungan sosial yang mereka terima dapat mempengaruhi cara mereka melakukan *self disclosure* di media sosial. Sehingga, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Self Disclosure* di Media Sosial Pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan informasi yang diberikan di latar belakang, ditemukan bahwa ada masalah dengan ”Hubungan Dukungan Sosial dengan *Self*

Disclosure di Media Sosial pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”. Hal ini dikarenakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang melakukan pengerjaan tugas akhir sering merasakan rasa tidak percaya diri dikarenakan banyaknya tuntutan dari lingkungan sekitar, contohnya saja dengan banyaknya pertanyaan mengenai proses pengerjaan tugas akhir sudah sampai mana, apakah sudah selesai dan kapan wisuda. Selain itu, adanya kendala saat proses pengerjaan tugas akhir itu sendiri contohnya seperti ada kendala pada saat mencari sumber referensi yang sulit untuk di akses, dosen pembimbing yang sulit untuk ditemui, serta banyaknya pengeluaran yang harus di keluarkan untuk biaya pengerjaan tugas akhir.

Hal ini menjadikan mahasiswa sering menutup diri dan enggan untuk bersosialisasi di media sosial seperti biasanya. Namun, dengan adanya dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir dari teman, keluarga, bahkan orang terdekat sekalipun, menjadikan mereka memiliki rasa percaya diri untuk melakukan *self disclosure* di media sosial. Dengan merujuk pada konteks yang telah diuraikan sebelumnya, penulis mempertimbangkan berbagai faktor. Karena adanya batasan waktu dan keterbatasan kapasitas penulis, penelitian ini akan difokuskan pada korelasi antara self disclosure dan dukungan sosial.

1.3 Rumusan Masalah

Pada kajian ini, fokus yang diambil berikut adalah gambaran penelitiannya:

1. Apakah ada korelasi signifikan antara tingkat dukungan sosial dan tingkat *self disclosure* di media sosial yang diterima mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Seberapa besar tingkat *self disclosure* mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung dalam lingkup digital?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah sebelumnya, fokus penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui korelasi signifikan antara tingkat dukungan sosial dan tingkat *self disclosure* yang diterima mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Mengetahui seberapa besar tingkat *self disclosure* mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung dalam lingkup digital.

1.5 Manfaat Penelitian

Harapannya, studi ini bisa memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan pendekatan terhadap hubungan dukungan sosial dan *self disclosure* di media sosial pada mahasiswa tingkat akhir, serta memberikan dampak positif pada pengembangan pribadi dan kesejahteraan mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, manfaat secara teoritis dan praktis dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat membantu dalam mengembangkan teori tentang dukungan sosial dan *self disclosure* dalam konteks digital, memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana interaksi manusia berubah di era digital. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan baru dalam literatur ilmiah tentang komunikasi interpersonal dan penggunaan media sosial, dengan memberikan wawasan baru tentang hubungan antara dukungan sosial dan *self disclosure*. Penelitian ini dapat membantu dalam menguji validitas teori-teori yang ada tentang dukungan sosial dan *self disclosure*, serta memberikan pemahaman lebih dalam tentang bagaimana teori-teori tersebut berlaku dalam konteks mahasiswa tingkat akhir di media sosial.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini, kita bisa mendapatkan pemahaman yang lebih dalam mengenai institusi pendidikan, khususnya UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, dalam mengembangkan strategi untuk meningkatkan dukungan sosial di antara mahasiswa tingkat akhir melalui pemanfaatan media sosial. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana dukungan sosial mempengaruhi self disclosure, institusi pendidikan dapat mengembangkan program-program kesejahteraan yang lebih efektif untuk mahasiswa tingkat akhir, khususnya dalam hal penggunaan teknologi dan media sosial. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pembentukan kebijakan dan pedoman di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas interaksi sosial mahasiswa di media sosial.