

Hubungan antara *Self Disclosure* dan *Loneliness* pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Kota Palembang

Pradana Ayif Ramadhan*, Farida Coralia

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*pradanaayifr@gmail.com, coralia_04@yahoo.com

Abstract. Self disclosure and loneliness arise in emotional and cognitive reactions, where individuals feel dissatisfied with social life because of unfulfilled expectations and lack of social relationships available to them. Based on the results of previous studies, it was found that self-disclosure and loneliness do not show a positive relationship between students who use Instagram. This study aims to obtain empirical data and determine the strength of the relationship between self-disclosure and loneliness on Instagram users in Palembang City. This research uses a quantitative approach with a correlational research design. In this study, a sample of 97 students using Instagram in Palembang City used purposive sampling technique. The measuring instrument used in this research is the self-disclosure scale which refers to the dimensions of the revised self-disclosure scale (RSDS) by Wheelless and the loneliness scale used by the UCLA loneliness scale version 3 which was adapted into Indonesian by Alifiananda. Pearson's product moment correlation results show that Signifikansi. $Of = .004 < a = .005$. This shows that there is a relationship between self-disclosure and loneliness for Instagram users in Palembang City. Thus, the hypothesis of this research can be accepted.

Keywords: *Self Disclosure, Loneliness, Instagram Users Student.*

Abstrak. *Self disclosure* dan *loneliness* muncul dalam reaksi emosional dan kognitif di mana individu merasa tidak puas dengan kehidupan sosial karena harapan yang tidak terpenuhi dan kurangnya hubungan sosial yang tersedia bagi mereka. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa *self disclosure* dan *loneliness* tidak menunjukkan hubungan yang positif antara mahasiswa yang menggunakan *instagram*. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empiris dan mengetahui kekuatan hubungan antara *self disclosure* dengan *loneliness* pada pengguna *instagram* di Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Dalam penelitian ini sampel sebanyak 97 mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self disclosure* yang mengacu pada dimensi *revised self disclosure scale* (RSDS) oleh Wheelless dan skala *loneliness* yang digunakan oleh UCLA *loneliness scale version 3* yang diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh Alifiananda. Hasil korelasi *product moment pearson* menunjukkan bahwa Signifikansi. sebesar $= .004 < \alpha = .005$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self disclosure* dan *loneliness* pada pengguna *instagram* di Kota Palembang. Dengan demikian bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima.

Kata Kunci: *Self Disclosure, Loneliness, Mahasiswa Pengguna Instagram.*

A. Pendahuluan

Saat ini masyarakat hidup dalam dunia era informasi digital (Chahyani, 2021). Menurut Azmiarni & Arifmiboy (2021) perubahan dalam cara berkomunikasi, yang awalnya berkomunikasi dengan tatap muka secara langsung sekarang menggunakan bantuan teknologi. Salah satunya dengan perpaduan antara penggunaan teknologi komunikasi dengan internet. Menurut Stephanie (2021) Indonesia dengan jumlah penduduk 274,9 juta jiwa dimana jumlah jejaring sosial pada pengguna aktif meraih 170 juta jiwa yang berarti jumlah jejaring sosial pada pengguna di Indonesia pada Januari 2021 setara dengan 61,8% dari total populasi, jumlah ini akan terus bertambah menjadi 10 juta atau lebih dan akan terus meningkat sekitar 6,3% dari tahun sebelumnya.

Aprilia et al (2020) kehadiran media sosial kini menghubungkan ruang *private* dengan publik. Saat ini sering kita jumpai berbagai jenis media sosial yang mempercepat layanan bagi mereka, seperti *facebook*, *instagram*, *tiktok*, *youtube* dan lainnya (Angraini 2021). Saat ini, yang banyak digunakan sebagai tempat orang berkomunikasi dengan banyak orang ialah jejaring sosial, karena didalamnya bisa berupa keluhan, tentang kejadian sehari-hari yang disampaikan oleh pemilik jejaring sosial untuk mengekspresikan perasaan pemilik jejaring sosial itu tanpa ragu-ragu. Rizaty (2021) mengatakan Indonesia menduduki negara ke 4 dalam pengguna *instagram* di seluruh dunia dengan 93 juta pengguna, berikut adalah data menarik tentang *instagram* di Indonesia sebesar 97% pengguna merespons dan secara teratur menandai teman mereka di komentar, 97% menggunakan pencarian untuk menemukan informasi lebih detail dan 89% pengguna *instagram* di Indonesia rentang usia 18 hingga 34 tahun lalu 63% adalah wanita dan Waktu rata-rata yang digunakan untuk mengakses media sosial *instagram* perharinya sebanyak 3 jam 26 menit (Riyanto, 2020). Cara membagikan foto dan video pada *instagram* dapat dengan cara memposting di *feeds*, *snapstory*, *reels*, *direct message* (chat pribadi/grup) dan dapat menambahkan caption sesuai yang diinginkan (Hardiansyah 2021).

Taylor Nelson Sofres Institute mengatakan bahwa alasan masyarakat Indonesia sering menggunakan media sosial *instagram* untuk mencari inspirasi, membagi pengalaman travelling, membagi kegiatan sehari-hari dan mengikuti trend yang ada serta membagikan foto, video dan curhatan untuk mendapatkan perhatian berupa *like* dan komentar dari orang lain (Yusra, 2016). Fenomena yang terjadi inilah disebut dengan *self disclosure*, dimana pesan atau hal apapun terkait dengan dirinya yang dikomunikasikan Wheelless and Grotz (1976) menyatakan bahwa pesan yang diungkapkan adalah pribadi tentang penulis, yang dapat menjadi perasaan, pengalaman, atau pemikiran. Wheelless dan Grotz (1976) menemukan bahwa ada lima dimensi yaitu : *Amount*, *Control of Depth*, *Honesty*, *Valency*, dan *Intent*. Seidman (2015) menyatakan ketika *self disclosure* terbuka dengan cara yang positif, pada saat yang tulus, bijaksana, mendalam dan dengan frekuensi yang tepat, di mana informasi tentang hal-hal yang positif dan juga dapat diterima lingkungan saat pengungkapan mengenai diri dilakukan. Dalam praktiknya, banyak orang terlibat dalam *self disclosure* yang tidak setuju dengan tujuan *self disclosure*.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), bahwa Provinsi Sumatera Selatan termasuk dalam 10 kota terbesar di Indonesia dengan aktivitas pengguna internet. Jumlah pengguna internet di wilayah Pulau Sumatera yaitu Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2020 ada pada urutan teratas kedua dengan jumlah pengguna internet sebesar 6,9. Suarasumsel.id (2020) menyebutkan bahwa terjadi peningkatan setiap tahunnya pada pengguna internet di wilayah Provinsi Sumatera Selatan, dimana penggunaan internet meningkat dari tahun 2017 sebesar 25,65% kemudian di tahun 2018 sekitar 33,35% dan di tahun 2019 sekitar 38,14%.

Data yang di peroleh bahwa diketahui siswi yang sedang viral di Indonesia dimana ketika siswi ini membagikan curhatan lewat *instagram* terkait pembelajaran online, siswi tersebut merupakan siswi asal Kota Palembang yang sudah kelelahan dengan banyaknya tugas sekolah yang ia peroleh, dengan cara mengirimkan video berupa dirinya yang sedang mengeluhkan dampak dari pembelajaran online kepada Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) yaitu Nadiem Makarim. Siswi ini ingin mencurahkan isi hatinya dan mendapatkan rasa iba namun diluar dugaan ia malah mendapatkan banyak komentar negatif dari banyak orang diluar sana (Utami, 2021). Santrock (2011) menyatakan bahwa rata – rata masa dewasa awal

berkisar antara 18 hingga 25 tahun dan Mahasiswa masuk di kategori dewasa awal. Menurut data yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (2021), penduduk pada kelompok usia 18 hingga 25 tahun adalah 44.777,6. Usia ini ada pada tahap masa dewasa awal, sebelum fase *intimacy* dan *isolation*.

Dalam dunia psikologi kegiatan berbagi data pribadi pada orang lain itu disebut *self disclosure*. Konsep *self disclosure* merupakan cara memberi tahu siapa diri kita dan mengekspresikan kebutuhan kita (Leung, 2002). Menurut DeVito (2011) *Self disclosure* selain di media sosial, *self disclosure* juga diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Seperti *self disclosure* kepada, pasangan, teman, sahabat, bahkan orang yang baru dikenal.

Hasil prasurvei yang dilakukan dengan 10 mahasiswa pengguna *instagram*, menyatakan bahwa mereka sedih dan takut membuat orang lain menjadi muak dengan *self disclosure* yang dilakukan secara berlebihan. Hal ini akan membuat subjek berharap bahwa akan ada yang merespon story nya. Namun terkadang kondisi yang ada tidak sesuai dengan kenyataannya. *American Journal of Preventive Medicine* mengatakan orang yang menghabiskan banyak waktu di sosial media lebih dari 2 jam sehari lebih berpeluang terisolasi dan merasa *loneliness* dikarenakan melihat sisi dari kehidupan orang lain yang ditampilkan di media sosial dapat menimbulkan kecemburuan dan mengarah pada keyakinan bahwa orang memiliki kehidupan yang membuat frustrasi dan gelap dibandingkan dengan orang lain (Ratnasari, 2017).

Loneliness muncul dari tidak terpenuhinya kebutuhan keintiman dari orang-orang terdekat yang tidak memadai, ada kesenjangan hubungan sosial yang diinginkan dan hubungan sosial yang berhasil dikembangkan dan tidak ada hubungan sosial yang dianggap memuaskan dari munculnya rasa *loneliness*. Seperti pada kasus istri pelaku penganiaya Perawat RS Siloam Palembang dan juga siswi yang viral di Indonesia, dari hal yang mereka lakukan, mereka ditolak oleh teman-teman dan rombongannya sehingga kebutuhannya akan keintiman tidak terpenuhi, maka terjadi pula kesenjangan dalam/hubungan sosial yang diharapkan dari istri pelaku penganiaya perawat RS Siloam Palembang Budi (2021), *loneliness* juga dapat mempengaruhi orang setiap saat, terlepas dari lokasi atau situasi. Selain itu, menurut sebuah survei oleh Yayasan Kesehatan Mental, *loneliness* umumnya lebih banyak terjadi pada orang berusia 18 sampai 34 tahun dibandingkan dengan orang di atas usia 55.

Menurut Martin (2003), ada dua kemungkinan tentang *loneliness* & internet. Yang pertama adalah bahwa internet menjadikan orang *loneliness*. *Loneliness* akan meningkat sejalan dengan penggunaan sosial media, Individu yang kurang memiliki kontrol terhadap impulsnya akan cenderung menggunakan sosial media secara berlebihan. Hal ini, sejalan dari hasil studi pendahuluan yang dikerjakan oleh peneliti dari beberapa subjek meliputi, BI, AF, MT, CA mengatakan bahwa alasan melakukan *self disclosure* untuk mengatasi rasa *loneliness* yang ada pada diri subjek dan ingin mendapat perhatian dari orang lain. Artinya semakin sering penggunaan media sosial maka semakin tinggi *loneliness* yang dirasakan seseorang (Cahyanti & Neviyarni, 2022). Blachnio et al (2016), individu mengungkapkan informasi pribadinya di jejaring sosial media akibat mereka mengalami perasaan *loneliness* dan individu yang merasa sendiri memberikan lebih banyak informasi di jejaring media sosial daripada individu lain yang tidak merasa hal yang sama yaitu perasaan *loneliness*.

Berdasarkan pada penjelasan mengenai uraian diatas mengenai *self disclosure* dan *loneliness* dengan media sosial *instagram* dapat dilihat bahwa terdapat beberapa perbedaan terkait pada penelitian ini di mulai dari tempat penelitian, variabel x dan y dan juga subjek penelitiannya. Akhirnya, peneliti tertarik akan melakukan penelitian terhadap kedua variabel tersebut. Judul yang diambil adalah “Hubungan Antara *Self Disclosure* dan *Loneliness* Pada Mahasiswa Pengguna *Instagram* di Kota Palembang”.

1. Bagaimana gambaran *self disclosure* pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang ?
2. Bagaimana gambaran *loneliness* pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang?
3. Seberapa erat hubungan *self disclosure* dan *loneliness* pada pengguna *instagram* di Kota Palembang?

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini ialah memakai *non probability sampling* atau *non random sampling* dengan model teknik *sampling* yang akan dipakai ialah *purposive sampling* diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 97 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan kuesioner. Pengukuran yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan Alat Ukur *Self Disclosure* yang dikonstruksi oleh tokoh Wheless & Grotz adalah *revised self disclosure scale (RSDS)* dan Alat Ukur *Loneliness* yang juga dikonstruksi oleh tokoh Rusell & Peplau adalah *UCLA loneliness scale version 3*. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasional *pearson product moment* dan telah memenuhi uji klasik berupa : Uji Normalitas, Uji Koefisien Korelasi.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Data Demografis Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-laki	34	35.1
Perempuan	63	64.9
Total	97	100.0

Dari hasil tabel 4.1 terdapat 97 responden pengguna *instagram* yaitu ada 34 orang laki-laki (35.1%) dan 63 orang perempuan (64.9%).

Tabel 2. Data Demografi Berdasarkan Durasi Penggunaan Instagram

Durasi Penggunaan Instagram	Frekuensi	%
< 5 Jam Perhari	62	62
5 Jam – 10 Jam Perhari	31	31
>10 Jam Perhari	7	7
Total	97	100.0

Dari tabel diatas bisa dilihat sebanyak 97 mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang terdiri dari lamanya durasi dalam penggunaan *instagram* oleh seluruh mahasiswa di Kota Palembang dengan durasi < 5 jam perhari sebanyak 62 orang (62%), durasi 5 Jam – 10 jam perhari sebanyak 31 orang (31%) dan dengan durasi > 10 jam perhari sebanyak 7 orang (7%).

Tabel 3. Tabulasi Silang Data Demografi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	<i>Self Disclosure</i>		Jumlah	<i>Loneliness</i>		Jumlah
	Rendah	Tinggi		Rendah	Tinggi	
Laki-laki	14	20	34	17	17	34
	14.40%	20.60%	35.10%	17.50%	17.50%	35.10%
Perempuan	34	29	63	28	35	63
	35.10%	29.90%	64.90%	28.90%	36.10%	64.90%
Total	48	49	97	45	52	97
	49.50%	50.50%	100.00%	46.40%	53.60%	100.00%

Berdasarkan tabel diatas, jenis kelamin yang memiliki *self disclosure* tinggi terbanyak

yaitu perempuan sebesar 29 orang dengan persentase 29.9% dan yang memiliki tingkat *loneliness* terendah yaitu laki-laki sebanyak 17 orang dengan persentase 17.5%.

Tabel 4. Tabulasi Silang Data Demografi Durasi Penggunaan Instagram

Durasi	<i>Self Disclosure</i>		Jumlah	<i>Loneliness</i>		Jumlah
	Rendah	Tinggi		Rendah	Tinggi	
< 5 Jam	31	29	60	29	31	60
	32.00%	29.90%	61.90%	29.90%	32.00%	61.90%
5 Jam – 10 jam	14	16	30	12	18	30
	14.40%	16.50%	30.90%	12.40%	18.60%	30.90%
>10 Jam	3	4	7	4	3	7
	3.10%	4.10%	7.20%	4.10%	3.10%	7.20%
Total	48	49	97	45	52	97
	49.50%	50.50%	100.00%	46.40%	53.60%	100.00%

Berdasarkan tabel diatas, untuk variabel durasi penggunaan *instagram* yang memiliki *self disclosure* tinggi terbanyak yaitu pada mahasiswa yang menggunakan *instagram* dengan durasi < 5 Jam dan untuk durasi penggunaan *instagram* yang memiliki *loneliness* terendah yaitu pada mahasiswa yang menggunakan *instagram* dengan durasi > 10 Jam.

Tabel 5. Data Deskriptif *Self Disclosure*

Keterangan	Frekuensi	Persen
Positif	48	49.5%
Negatif	49	50.5%
Total	97	100%

Dari tabel diatas data yang di peroleh bahwa dari 97 mahasiswa pengguna *instagram* dapat dilihat bahwa sebanyak 48 orang (49.5%) menjelaskan bahwa untuk variabel *self disclosure* masuk dalam kategori negatif sedangkan sebanyak 49 orang (50.5%) menjelaskan bahwa untuk variabel *self disclosure* masuk dalam kategori positif. Maka dapat disimpulkan rata-rata mahasiswa pengguna *instagram* untuk variabel *self disclosure* di Kota Palembang masuk dalam kategori positif.

Tabel 6. Data Deskriptif *Loneliness*

Keterangan	Frekuensi	Persen
Rendah	45	46.4%
Tinggi	52	53.6%
Total	97	100%

Pada tabel diatas bahwa diketahui 97 mahasiswa pengguna *instagram*, bahwa sebanyak 45 orang (46.4%) menjelaskan variabel *loneliness* masuk dalam kategori rendah sedangkan sebanyak 52 orang (53.6%) menjelaskan bahwa variabel *loneliness* masuk dalam kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan rata-rata mahasiswa pengguna *instagram* untuk variabel *loneliness* di Kota Palembang masuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan data yang diperoleh dari 97 responden dengan hasil analisis deskriptif pada penelitian ini yang dilakukan pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang terdapat 35.1% pengguna *instagram* laki-laki dan 64.9% pengguna *instagram* perempuan, sesuai dengan data bahwa pengguna *instagram* di Indonesia mayoritas ialah wanita (Napoleoncat, 2021). Hal ini merupakan faktor *self disclosure* yaitu gender (jenis kelamin) sebagian besar penelitian menunjukan bahwa secara umum perempuan lebih sering melakukan *self disclosure* (Devito,

2011), karena perempuan mengharapkan mampu menolong dan menyenangkan orang lain dan hal inilah yang membuat perempuan lebih meningkatkan *self disclosure* (Jourard, 1964). Hasil yang diperoleh pada penelitian yang dilaksanakan sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Daryati (2019) bahwa wanita lelaki *self disclosure* yang tinggi atau positif dibandingkan dengan pria.

Data demografis juga menunjukkan bahwa responden yang menggunakan *instagram* kurang dari 5 jam perhari sebanyak 62%, yang menggunakan *instagram* lebih dari 5 jam – 10 jam sebanyak 31% dan lebih dari 10 jam perhari sebanyak 7%. Selaras dengan survei dari *we are social* (2020), dimana pengguna media sosial aktif untuk mengakses *instagram* perharinya sebanyak 3 jam 26 menit. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Fauzia et al (2019) yaitu mahasiswa memiliki akses ke *instagram* lebih dari 3 jam sehari. Data demografis tabulasi silang pada jenis kelamin yang memiliki *self disclosure* tinggi terbanyak yaitu perempuan sebesar 29 orang dengan persentase 29.9% dan yang memiliki tingkat *loneliness* terendah yaitu laki-laki sebanyak 17 orang dengan persentase 17.5%. Menurut Borys dan Perlman, Brehm (1992) membuat pria lebih sulit mengungkapkan *loneliness* secara terbuka daripada wanita. Hal ini diakibatkan stereotipe peran gender dalam masyarakat yang mendominasi. Berdasarkan stereotip peran gender, ekspresi emosional kurang sesuai untuk pria daripada wanita (Deaux et al., 1993). Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang dikerjakan oleh Al Khatib (2012) yaitu perempuan memiliki tingkat *loneliness* lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Data demografis tabulasi silang pada durasi juga menunjukkan untuk variabel durasi penggunaan *instagram* yang memiliki *self disclosure* tinggi terbanyak yaitu pada mahasiswa yang menggunakan *instagram* dengan durasi < 5 jam dan untuk durasi penggunaan *instagram* yang memiliki *loneliness* terendah yaitu pada mahasiswa yang menggunakan *instagram* dengan durasi > 10 Jam.

Self Disclosure pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang didapatkan hasil penelitian dari kuesioner terhadap 97 responden, sesuai dengan hasil penelitian menggunakan SPSS version 23 terhadap variabel *self disclosure* yang sebagian besar menjelaskan bahwa variabel ini masuk dalam kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa di Kota Palembang banyak melakukan *self disclosure* pada sosial media *instagram* untuk mendapatkan perhatian dan disukai dari orang lain, dengan cara upload di *snapstory* berupa kegiatan sehari – hari yang dilakukan, posting foto dan video di *feeds* maupun *reels* dan saling berkomentar ataupun berbalas pesan melalui *direct message*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riangga D Mahardika (2019) tujuan seseorang melakukan *self disclosure* bukan hanya untuk bercerita isi hati, namun juga ada alasan lain yaitu untuk mendapatkan timbal balik dari apa yang telah dilakukan di media sosial *instagram* dimana seseorang mendapatkan kepuasan perasaan pada saat bercerita dan rasa bahagia, hal inilah yang membuat seseorang makin aktif dalam menggunakan sosial media *instagram*. *Loneliness* pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang didapatkan hasil penelitian dari kuesioner terhadap 97 responden, sesuai dengan hasil penelitian menggunakan SPSS version 23 terhadap variabel *loneliness* yaitu kebanyakan dari mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang menjelaskan bahwa untuk variabel ini masuk dalam kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan rata-rata mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang masuk dalam kategori tinggi dimana mahasiswa bermain *instagram* tidak mendapatkan timbal balik yang sesuai diharapkan yaitu tidak dapat *like*, *comment* dari apa yang telah di *snapstory*/posting *feeds* nya dan tidak banyak yang mengikutinya atau melihat apa yang telah di postingnya, hal ini yang membuat seseorang merasa bahwa tidak ada seorangpun memahami dengan baik, merasa terisolasi dan tidak memiliki siapapun di saat membutuhkan atau saat individu mengalami stress. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Brian Primack (2017) orang yang mendapat pengalaman negatif di media sosial akan meningkatkan potensi *loneliness* atau terisolasi pada dirinya bahkan bisa mengalami depresi.

Data yang didapat melalui *google form* dengan pernyataan yang dikirimkan oleh responden. *Google form* berisi 50 pernyataan dan pertanyaan yang harus diisi oleh responden. Data survei meliputi data variabel *self disclosure* dan *loneliness* pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang. Sampel sebanyak 97 responden, terdiri dari mahasiswa pengguna

instagram di Kota Palembang. Hasil pengujian untuk mendeskripsikan dan menguji pengaruh variabel *x* terhadap variabel *y*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa analisis data menggunakan SPSS version 23 memakai korelasi *pearson product moment* dengan hasil perhitungan *signifikansi* sebesar $0.04 < \alpha = 0.05$ berarti terdapat korelasi antara hubungan *self disclosure* dan *loneliness* pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang. Ini bertentangan dengan hasil penelitian sebelumnya dari Akbar & Abdullah (2021) yang mengatakan hubungan antara *loneliness* dengan *self disclosure* masuk pada kategori tinggi atau kuat. Penelitian ini menggunakan seluruh aspek dalam variabel *self disclosure* dan *loneliness*, hal inilah yang menyebabkan nilai korelasi atau *r* nya tinggi atau kuat. Penelitian yang dilakukan Blachnio (2016) menunjukkan Orang yang *loneliness* melakukan lebih banyak *self disclosure* di jejaring sosial mereka, karena mereka merasakan *loneliness*.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan pada pengujian bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang memiliki *self disclosure* tinggi.
2. Tingkat *loneliness* pada mahasiswa pengguna *instagram* di Kota Palembang berada pada kategori tinggi.
3. Korelasi antara *self disclosure* dan *loneliness* pada mahasiswa pengguna *instagram* itu signifikan tapi lemah atau korelasinya lemah.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Akbar, S. K., Abdullah, E. S. P. S. (2021). Hubungan Antara Kesepian (*Loneliness*) dengan *Self Disclosure* Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa yang Menggunakan Sosial Media (*Instagram*).
- [2] Al Khatib, S. A. (2012). Exploring the relationship among loneliness, self-esteem, self-efficacy and gender in United Arab Emirates College Students. *Europe's Journal of Psychology*, 8 (1), 159–181. <https://doi.org/10.5964/ejop.v8i1.301>
- [3] Anggraeni, N. dan Uun, Z. (2018). Hubungan kesepian dan pengungkapan diri di *instagram* pada dewasa yang belum menikah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. JIPT, Vol 6 No 2, 245-259. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i2.7144>
- [4] Anggraini, M. (2021). 10 Jenis – Jenis Media Sosial yang Sering Digunakan, Cocok untuk Kembangkan Bisnis.
- [5] Aprilia, R., Sriati, A., Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Journal of Nursing Care*, Vol 3 No 1. <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i1.26928>
- [6] Atmoko, Bambang. D. (2012). *Instagram Handbook Tips Fotografi Ponsel*. Media Kita : Jakarta
- [7] Aulia, D. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kesepian Pada Lansia Janda atau Duda di Kabupaten Sleman.
- [8] Azka, F., Firdaus, D. F., Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol 5 No 2, 201-2010. Doi:10.15575/psy.v5i2.3315
- [9] Azmiarni. Arifmiboy. (2021). Efektifitas Penggunaan Microsoft Teams 365 Pada Pembelajaran PAI di Tengah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Vol 4 No 2, 1-11.
- [10] Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [11] Baron, R. (2005). Psikologi sosial. Jakarta: Erlangga
- [12] Budi, C., S. (2021). Curhat Melisa, Istri Pelaku Penganiaya Perawat RS Siloam

- Palembang, Merasa Dipojokkan. Kompas.com.
- [13] Blachnio, A., Przepiorka, A., Balakier, E., & Boruch, W. (2016). *Who discloses the most on facebook?*. Journal Computers in Human Behavior, 55, 664-667
- [14] Brehm, S. S. (1992). (2nd ed.). McGraw-Hill Book Company.
- [15] Candra, D. A. (2017) Kesepian dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa
- [16] Cahyanti, D., Neviyarni. (2022) Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan *Loneliness* Pada Siswa SMP. Jurnal Pendidikan Tambusai, Volume 6 (1), 1998-2005.
- [17] Chahyani, M. N. (2021, Juli 17). Hidup Di Era Digital Dengan Kehidupan Beragam Manfaat. Digitalbisa.id.
- [18] Christanda. (2020). Sikap Mahasiswa Terhadap Berita dan Hoaks di Media Sosial.
- [19] Dancey, C., Reidy, J. (2017). *Statistics Without Maths for Psychology, 7th Edition*. University of East London.
- [20] Daryati, H. (2019). Religiusitas dan Keterbukaan Diri Pada Dewasa Awal di *Instagram*
- [21] Deaux, K., Dane, F. C., & Wrightsman, L. S. (1993). *Social psychology in the '90* (6th ed.). Pacific Grove: Brooks/Cole Publishing Company.
- [22] Derlega, Valerian J., & John H. Berg. (1987). *Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy*. New York: Plenum Press.
- [23] Devito, J. A. (2011). Komunikasi antar manusia: edisi ke 5. Tangerang Selatan: Karisma Publishing
- [24] Elko, M. R. B. (2022, Maret 05). Heboh Pria di Palembang Siaran Langsung Bunuh Diri *Instagram*. Diri *Instagram*. Medcom.id.
- [25] Fauzia, A. Z., Maslihah, S., & Ihsan, H. (2019). Pengaruh Tipe Kepribadian Terhadap *Self-Disclosure* Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial *Instagram* di Kota Bandung.
- [26] Feist, J., & Feist, G. J. (2006). *Theories of Personality Sixth Edition*. United States: McGraw-Hill Companies. Inc
- [27] Ghozali, I. (2016) Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS *version 23*. Edisi 8. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- [28] Hardiansyah, Z. (2021, Desember 21). Cara Membagikan Postingan Foto/Video di Feed *Instagram* ke IG Stories. Kompas.com.
- [29] Hargie, O. (2011). *Skilled interpersonal communication: research, theory and practice-5th ed.* New York: Routledge
- [30] Imron, I. (2019). Analisa pengaruh kualitas produk terhadap kepuasan konsumen menggunakan metode kuantitatif pada CV Meubele Berkah Tangerang. IJSE, 5(1). 19-28
- [31] Irawan, A. W., Yusufianto, A., Agustina, D., Dean, R. (2020, November 09). Buletin APJII. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- [32] Jourard, S. M., (1964). *The Transparent Self: Self-Disclosure and Well-being*
- [33] Leung, L. (2002). *Loneliness, Self-Disclosure, and ICQ ("I seek you") use*. Journal Cyberpsychology & behavior, 5, (2)
- [34] Novitasari, M., dan Handoyo, P. (2014). Makna Penggunaan Jejaring Media Sosial Path Bagi Mahasiswa Unesa. Paradigma Vol. 02, No. 03
- [35] Oktavia, L. (2015). Pengaruh Hubungan Penolakan Sosial dan Konsep Diri.
- [36] Paramithasari, P. P., Dewi, E. K. (2013). Hubungan antara kontrol diri dengan self disclosure di jejaring sosial pada siswa SMA Kesatrian 1 Semarang. Jurnal Empati, 2(4), 376-385. <https://doi.org/10.14710/empati.2013.7423>
- [37] Puspitasari, F. I. (2016). Kebutuhan yang Mendorong Remaja Mem-posting Foto atau Video Pribadi dalam *Instagram*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol. 5 No.1 (2016).
- [38] Raharjo, S. (2019). SPSS Indonesia Olah Data Statistik dengan SPSS
- [39] Renitasari (2021, Mei 10). Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Dalam Kehidupan Sehari-hari.

- [40] Riadi, M. (2019). Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*). Kajian Pustaka.com.
- [41] Rubin, R. B, Palmgreen, R, & Sypher, H. E (2004). *Communication Research Measures: A Sourcebook*. (1th ed). Routledge
- [42] Russell, D. W. (1996). UCLA *Loneliness scale version-3: reability, validity and factor structure*. *Journal of Personality Assesment*, 66 (1), 20-40
- [43] Ratnasari, E. L. (2017, Maret 07). Media Sosial Justru Membuat Orang Semakin Kesepian. CNN.
- [44] Riyanto, A. D. (2020). *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2020*. Andi.Link.
- [45] Rizaty, M. A. (2021, Agustus 03). Inilah Negara Pengguna *Instagram* Terbanyak, Indonesia Urutan Berapa? Statista.
- [46] Rosa, M. C. (2021, Desember 04). Duduk Perkara Dugaan Pelecehan Seksual Mahasiswi Unsri, Dicoeret dari Daftar Yudisium. Kompas.com.
- [47] Sabaruddin. (2019). *Self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *instagram*. *Journal of Communication Sciences*, 1 (2), 111-120
- [48] Santrock, J., W. (2002). *Life span development: perkembangan masa hidup* Jakarta:Erlangga
- [49] Satrio, H. P., dan Meita, S. B. (2018). Hubungan pengungkapan diri melalui media sosial *instagram* dengan makna hidup pada mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2)
- [50] Savci,M., & Aysan, F. (2016). Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and *Loneliness*. *Educational Process: International Journal*, 5 (2), 106- 115.
- [51] Seidman, G. (2015, Maret 10). *How Much Is Too Much to Share On Social Media?*
- [52] Sembiring, K. D. R. (2017). Hubungan Antara Kesepian dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Jejaring Sosial Media *Instagram*. *Jurnal Psikologi*, vol. 16, no. 2, pp. 147-154, Nov. 2017. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.147-154>
- [53] Stephanie, C. (2021, Februari 24). Riset Ungkap Lebih dari Separuh Penduduk Indonesia “Melek” Media Sosial. Kompas.com.
- [54] Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung
- [55] Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- [56] Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- [57] Syahreza, M. F., Tanjung, I. S. (2018). Motif dan Pola Penggunaan Media Sosial *Instagram* di Kalangan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Unimed
- [58] Taylor, S. E., Peplau L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial*, edisi 12, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- [59] Yusra, Y. (2016, Januari 15). Riset TNS: Generasi Terpelajar Dominasi Pengguna *Instagram* di Indonesia.
- [60] Wiyono, T., Muhid, A. (2020). *Self disclosure* melalui media *instagram* Dakwah *bi al-nafsi* melalui keterbukaan diri remaja. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 40 (2), 142-144.
- [61] Wheelless, L., & Grotz, J. (1976). *Conceptualization and measurement of reported self-disclosure*. *Journal of Human Communication*. 2(4), 338-346.
- [62] Wheelless, L. R., Nesser, K., & McCroskey, J. C. (1986). *The Relationships of Self Disclosure and Disclosiveness to High and Low Communication Apprehension*. *Communication Research Report*, 3.
- [63] We Are Social. (2020). *Digital in 2020 southeast asia*.
- [64] Auliannisa, Salsabila, Hatta, Muhammad Ilmi. (2021). Hubungan *Social Comparison* dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Pengguna *Instagram*. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 147-153.