

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

We Are Social melaporkan pada tahun 2025 sebanyak 5,24 miliar orang menggunakan media sosial yang berarti jumlah ini setara dengan 63,9 persen dari seluruh penduduk Bumi (We Are Social, 2025). Tercatat ada 206 juta identitas pengguna media sosial baru yang kemudian berpengaruh pada peningkatan jumlah identitas pengguna media sosial secara global sebesar 4,1 persen selama 12 bulan terakhir (We Are Social, 2025). Selain itu, dilaporkan rata-rata dari mereka menghabiskan 6 jam dan 38 menit setiap hari untuk mengakses media sosial. Intensitas penggunaan media sosial ini terus naik sepanjang tahun 2024 yang menunjukkan tingginya pertumbuhan penggunaan media sosial (We Are Social, 2025).

Salah satu media sosial yang populer digunakan di Indonesia adalah X (dulu dinamakan Twitter). Merujuk dari data yang dilaporkan statista.com pada tahun 2024, Indonesia menempati urutan empat sebagai pengguna media sosial X terbanyak atau sebesar 24,85 juta pengguna (Statista, 2024) dengan rata-rata intensitas penggunaan X selama 8.1 jam per bulannya (Simbolon & Siahaan, 2021). X adalah media sosial yang berbentuk *microblogging* atau berfokus pada penyebaran interaktivitas antar pengguna dalam wadah yang terbuka. *Microblogging* sendiri adalah istilah yang digunakan untuk konsep mengunggah pembaharuan status yang singkat (Hasna & Hanami, 2022). Singkatnya, media sosial seperti X menjadi wadah bagi penggunanya untuk membagikan pemikiran atau pengalaman dalam kehidupan sehari-hari. Fitur utama dalam media sosial X ini adalah pesan teks pendek atau disebut juga *tweet* dengan maksimal berjumlah 280 karakter (Liputan6, 2025)

Fitur lain yang banyak digunakan oleh pengguna media sosial X adalah *quote tweet*. Fitur *quote tweet* memungkinkan pengguna untuk menambahkan komentar, tanggapan atau pertanyaan sebelum membagikan ulang (*retweet*) *tweet* atau cuitan orang lain (Rakasiwi, 2025). Berbeda dengan fitur komentar yang hanya dapat dilihat oleh teman dan orang yang *tweetnya* di balas, *quote tweet* akan muncul sebagai *tweet* baru di linimasa dan memungkinkan lebih banyak orang dapat melihatnya (Rakasiwi, 2025). Pengguna biasanya menggunakan fitur ini untuk menyampaikan ide atau pendapat sendiri yang lebih panjang dari fitur komentar serta memulai topik baru yang berhubungan sehingga diskusi dapat berkembang ke berbagai arah dengan *audiens* yang lebih luas (Rakasiwi, 2025).

Fitur *quote tweet* juga banyak digunakan oleh anggota Komunitas Marah-marah yang dibuat oleh akun @musyihab pada bulan Agustus 2022. Komunitas marah-marah merupakan komunitas paling populer yang memiliki satu juta anggota terhitung dari bulan April 2025. Komunitas ini dibentuk sebagai tempat berkumpulnya para anggota untuk mengekspresikan kekesalan, kemarahan, emosi negatif ataupun menceritakan pengalamannya secara terbuka. Karakteristik unik komunitas ini terletak pada kultur keterbukaan yang tinggi, dimana anggota tidak ragu mengungkapkan pengalaman pribadi yang intim dan emosional pada anggota lain.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti terhadap tweet-tweet yang dipublikasikan selama periode 24 jam pada tanggal 4 Februari 2025, terkumpul sebanyak 1.654 tweet yang membahas berbagai topik berbeda. Pada proses observasi, didapatkan bahwa topik politik menjadi topik yang paling banyak dibicarakan, dikeluhkan bahkan dibagikan ulang dengan fitur *quote tweet*. Tercatat terdapat 512 *quote tweet* yang digunakan untuk menanggapi tweet sebelumnya atau sekitar 30,96 persen dari total keseluruhan tweet yang dipublikasikan hari itu. Maraknya penggunaan fitur *quote tweet* dalam komunitas ini memfasilitasi anggota komunitas menceritakan pengalaman pribadi mereka yang relevan dengan topik yang sedang dibahas. Fitur *quote tweet* ini mendorong individu untuk mengungkapkan lapisan informasi yang lebih pribadi serta pengalaman yang tidak disampaikan dalam interaksi tatap muka.

Melalui fitur *quote tweet*, para anggota Komunitas Marah-marah tidak ragu untuk mengungkapkan pengalaman atau masalah yang mereka alami meskipun berkaitan dengan hal pribadi dan intim. Misalnya, dalam satu hari terdapat ratusan hingga ribuan postingan yang menceritakan situasi dimana mereka merasa diabaikan dalam hubungan percintaan, konflik dalam keluarga ataupun pertemanan bahkan ungkapan pendapat terhadap isu terkini yang mencerminkan kedalaman emosi yang dirasakan. Mereka juga bersedia untuk membuka diri dengan anggota lain yang ada di komunitas ini dengan menggambarkan situasi yang dialami dalam detail yang spesifik, cenderung jujur dalam menampilkan emosi yang dirasakan ataupun menyampaikan respon pada tweet orang lain melalui fitur komentar atau *quote tweet*. Keterbukaan diri pada media sosial dengan aspek kedalaman, keakuratan, jumlah, valensi, dan niat yang dimunculkan oleh Komunitas Marah-marah ini menggambarkan adanya fenomena *self-disclosure* (Wheless & Grotz, 1976).

Self-disclosure diartikan sebagai pesan apa pun yang dikomunikasikan oleh seseorang tentang dirinya kepada orang lain. Menurut Wheless & Grotz (1976), aspek-aspek *self-*

disclosure terdiri dari tujuan seseorang mengungkapkan informasi tentang dirinya, intensitas dan durasi yang dibutuhkan individu saat berbicara tentang dirinya sendiri, valensi yaitu kecenderungan arah pengungkapan diri yang dilakukan individu bersifat negatif atau positif, kejujuran yaitu kejujuran atau keakuratan informasi yang ditampilkan, dan aspek kedalaman yang berkaitan dengan seberapa dalam atau intim informasi yang diungkapkan. Sedangkan menurut Jourard (1958), *self-disclosure* atau pengungkapan diri biasanya diartikan sebagai proses membuat diri diketahui oleh orang lain. Dalam konteks *online*, proses tersebut dilakukan dengan mengunggah foto, memposting berita di profil dan memberikan komentar terhadap postingan orang lain (C. Lin, E. Chou, H. Huang, 2020).

Self-disclosure atau pengungkapan diri secara daring dapat terjadi karena adanya berbagai fitur yang ada pada media sosial (Hapsari & Muhammad, 2024). Misoch (2015) menyebutkan bahwa karakteristik dari media sosial yang digunakan memengaruhi proses individu dalam melakukan pengungkapan diri secara daring. Pada media sosial X khususnya fitur *quote tweet*, pengguna dapat membagikan hal-hal yang berkaitan dengan dirinya lewat narasi atau pengalaman orang lain sebagai titik awal untuk mengungkapkan cerita pribadi mereka. *Quote tweet* berfungsi sebagai fitur yang memungkinkan terciptanya rantai berbagai pengalaman pribadi yang saling terhubung, sehingga pengungkapan diri menjadi bagian dari dialog komunitas yang lebih luas.

Implementasi *self-disclosure* dengan berbagai aspek tersebut di dalam media sosial menghasilkan dampak positif dan negatif. Dampak positif dari *self-disclosure* yaitu sebagai sarana mengurangi efek dari perasaan negatif dan beban pikiran karena telah mengekspresikan dirinya kepada orang lain di media sosial sehingga timbul perasaan lega (Luo & Hancock, 2020). Namun, pengungkapan diri secara daring juga menimbulkan dampak negatif seperti pencurian identitas juga sering terjadi karena proses memberikan informasi pribadi yang berlebihan di media sosial. Ujaran kebencian juga menjadi salah satu dampak negatif pengungkapan diri khususnya di Komunitas Marah-marah. Hal ini dikarenakan anggota Komunitas Marah-Marah biasanya menggunakan kalimat tidak sopan yang memuat bahasa kasar hingga vulgar dalam menyalurkan emosi negatif ataupun pendapatnya.

Dampak positif dan negatif *self-disclosure* menunjukkan adanya kompleksitas fenomena pengungkapan diri di ruang digital seperti Komunitas Marah-marah. Hal ini mendorong peneliti untuk mengkaji faktor-faktor yang melatarbelakangi perilaku *self-disclosure* pada anggota

Komunitas Marah-marah. Peneliti kemudian melakukan studi pendahuluan dengan menyebarkan kuesioner Google Form kepada 32 responden yang merupakan anggota Komunitas Marah-marah. Kuesioner yang disebar berisi beberapa pertanyaan salah satunya tentang alasan yang membuat para anggota lebih memilih Komunitas Marah-marah untuk bercerita atau melampiaskan emosi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 32 anggota Komunitas Marah-marah pengguna fitur *quote tweet*, terdapat 5 responden atau sebesar 15,6 persen menjawab karena mereka merasa tidak memiliki teman yang dianggap dekat untuk berbagi cerita dan merasa kesepian karena tidak dipedulikan oleh lingkungan sekitar jika bercerita secara tatap muka. Selain itu, 7 responden atau sebesar 21,8 persen merasakan adanya rasa nyaman dengan validasi dari anggota lain dan keberadaan cerita serupa membantu responden merasa didengar, dipahami dan merasa tidak sendirian. Beberapa responden bahkan menemukan solusi atas masalah mereka melalui interaksi yang ada di komunitas ini, baik berupa komentar atau *quote tweet* yang diterima dari anggota lain. Berdasarkan apa yang disampaikan oleh responden, peneliti menganalisis bahwa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri anggota Komunitas Marah-marah salah satunya didasari oleh rasa kesepian dan untuk mendapatkan dukungan sosial *online*.

Loneliness atau kesepian menurut Weiss (1973) adalah rasa sakit sosial yang kuat, kekosongan, isolasi, kesedihan karena kurangnya orang kepercayaan, serta perasaan tidak penting dan tidak berharga. *Loneliness* adalah situasi individu yang sedang mengalami rasa tidak menyenangkan atau kurangnya kualitas dalam hubungan (de Jong Gierveld, 1989). Kualitas yang dimaksud adalah hubungan yang dimiliki lebih kecil dari yang diharapkan dan keintiman yang diinginkan belum terealisasi (de Jong Gierveld, 1989). Hal serupa juga diungkapkan oleh Ariyanti (2024) bahwa *loneliness* yang dirasakan individu muncul sebagai akibat dari kurangnya kontak dan relasi sosial yang dimiliki. Maka salah satu upaya agar individu tidak merasa *loneliness* adalah dengan menjalin relasi sosial di media *online* untuk mensubstitusi kurangnya relasi sosial secara tatap muka (Lee, Noh, Koo, 2013).

Dalam konteks media sosial, individu yang mengalami kesepian cenderung mencari kompensasi melalui interaksi digital untuk mengatasi kekurangan hubungan sosial di dunia nyata. Hal ini dijelaskan melalui kerangka teoritis yang dikenal dengan *social compensation theory*. Teori *the social compensation* memaparkan bahwa orang yang kesepian dan cemas

secara sosial akan menggunakan komunikasi secara daring lebih sering dibandingkan dengan komunikasi tatap muka (Luo & Hancock, 2020). *The social compensation theory* menyiratkan bahwa semakin kesepian seseorang, semakin besar kemungkinan untuk berinteraksi dengan orang lain di media sosial dengan menggunakan fitur pengungkapan diri untuk mengkompensasi kurangnya hubungan tatap muka (Lee dkk., 2013). Orang yang kesepian biasanya tidak memiliki keterampilan sosial dalam konteks tatap muka dan mengandalkan media sosial untuk mengimbangi hubungan tatap muka yang tidak berhasil (Lee dkk., 2013). Pengungkapan diri dapat memberi kesempatan bagi individu untuk memahami lingkungan dan dirinya sendiri serta menjadi salah satu cara individu yang kesepian untuk mengembangkan keterampilan sosial seperti penyelesaian konflik dengan adanya dukungan sosial yang dihadirkan oleh lingkungan sekitarnya (Shara & Ayumi, 2023).

Beberapa penelitian membahas keterkaitan antara *loneliness* dan *self-disclosure* pada media sosial. Seperti halnya penelitian yang dilakukan Akbar & Abdullah (2021) yang menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian dalam diri seseorang maka semakin tinggi pula proses pengungkapan diri yang dilakukannya di media sosial. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan Lee dkk (2013) yang menyatakan *loneliness* secara positif mempengaruhi pengungkapan diri di Facebook. Penelitian yang dilakukan oleh Peng & Roth (2022) juga menunjukkan *Loneliness* yang dirasakan di dunia nyata juga dapat dikurangi dengan melakukan interaksi digital antar individu.

Di sisi lain, terdapat temuan penelitian yang kontradiktif yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kesepian dan *self-disclosure* di antara pengguna akun K-Pop *Roleplay* di Twitter (Ramadhani & Wibowo, 2023). Penelitian oleh Burke & Kraut (2016) juga menemukan bahwa individu yang kesepian justru cenderung lebih pasif dalam berbagi informasi pribadi di media sosial karena takut akan penolakan sosial. Zeng & Zhu (2021) juga menjelaskan mengenai konsep "*Loneliness Paradox*" bahwa perhatian berlebihan terhadap pendapat dan evaluasi orang lain telah menjadi faktor umum yang mempengaruhi *self-disclosure* individu. Paradoks ini menunjukkan bahwa semakin kesepian seseorang, semakin besar kemungkinan mereka menghindari *self-disclosure* karena kekhawatiran akan penilaian negatif. Penelitian mengenai *loneliness* dan *self-disclosure* menunjukkan hasil yang tidak konsisten, sehingga menjadi penting bagi peneliti untuk mengisi kesenjangan dalam celah penelitian tersebut.

Selain *loneliness*, hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti juga mengindikasikan bahwa dukungan sosial daring atau *online social support* menjadi faktor penting yang melatarbelakangi proses pengungkapan diri di Komunitas Marah-marah. Fenomena ini terlihat dari respon 21.8% responden yang menyatakan bahwa mereka merasakan kenyamanan dari validasi anggota lain dan merasa terbantu dengan adanya cerita serupa yang membuat mereka merasa didengar dan dipahami. Bahkan beberapa responden melaporkan menemukan solusi atas masalah mereka melalui interaksi dengan anggota komunitas lainnya seperti melalui komen atau fitur *quote tweet*.

Menurut Trepte, Masur & Scharkow (2018), dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai konsep dalam psikologi sosial yang membahas mekanisme di mana hubungan interpersonal melindungi dan membantu orang dalam kehidupan sehari-hari mereka, serta dalam keadaan tertentu seperti penyakit fisik atau psikologis. *Online social support* atau dukungan sosial daring sebagai sumber daya positif yang didapat orang lain secara daring dan bisa berupa dukungan emosional yaitu penerimaan, kepedulian, keintiman, rasa suka, rasa hormat, validasi, empati, simpati; persahabatan sosial yang mencakup rasa memiliki karena menghabiskan waktu bersama; dukungan informasional yang meliputi nasihat, berbagi informasi atau perspektif guna menyelesaikan suatu masalah; dan dukungan instrumental berupa sumber daya material (Nick, Cole, Cho, Smith, Carter & Zelkowitz, 2018).

Dukungan sosial menjadi alasan kedua terbanyak individu lebih memilih melakukan pengungkapan diri di media sosial (Dinar, Fakhri & Ridfah, 2023). Orang yang menerima dukungan sosial dari teman melalui media sosial atau pesan instan dapat meningkatkan kesediaan mereka untuk mengungkapkan informasi atau pengalaman pribadinya (Trepte dkk., 2018). Menurut *social exchange theory* (SET), pengguna media sosial cenderung melakukan pengungkapan diri ketika mereka menerima lebih banyak manfaat dan percaya hal tersebut akan memberikan keuntungan (Lin dkk., 2020). Dukungan sosial berasal dari pertukaran sosial dan dianggap sebagai salah satu manfaat menyeluruh yang dirasakan dari penggunaan media sosial (Lin dkk., 2020).

Didukung penelitian yang dilakukan Shara & Ikhwanisifa (2023) juga mengungkapkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan *self disclosure* yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki seseorang maka semakin tinggi pula tingkat *self disclosure* yang dilakukannya (Shara & Ikhwanisifa, 2023). Kahn & Cantwell (2017) juga menunjukkan

bahwa seseorang dapat mengungkapkan peristiwa tidak menyenangkan jika ada dukungan sosial yang tersedia (Kahn & Cantwell, 2017). Pentingnya dukungan sosial berpengaruh pada keputusan untuk mengungkapkan peristiwa tidak menyenangkan tersebut, baik dari segi persepsi dukungan sosial yang tersedia dan kepuasan terhadap dukungan yang diterima (Kahn & Cantwell, 2017).

Gambar 1. 1

Contoh Tweet Anggota yang Mencari Informasi di Komunitas



Fungsi awal terbentuknya Komunitas Marah-marah ini adalah sebagai wadah para anggota untuk meluapkan kemarahan atau emosi negatifnya. Namun, dengan banyaknya anggota yang memiliki berbagai latar belakang, pengetahuan dan pengalaman yang tergabung dalam komunitas ini membuat adanya perluasan fungsi Komunitas Marah-Marah. Dapat dilihat pada Gambar 1.1 yang merupakan salah satu contoh dari banyaknya anggota yang memanfaatkan hal tersebut untuk bertanya atau mencari informasi sehingga menjadikan komunitas ini sebagai sumber pengetahuan kolektif dalam membantu memecahkan masalah sehari-hari anggotanya dikarenakan cepatnya pertukaran arus informasi yang terjadi di komunitas ini. Ini berarti Komunitas Marah-marah bukan hanya menyediakan tempat untuk berekspresi tetapi juga menyediakan dukungan sosial secara daring. Oleh karena itu, Pada penelitian ini peneliti ingin

menggali lebih dalam lagi mengenai aspek-aspek dukungan sosial daring yang ada di Komunitas Marah-marah yang mempengaruhi proses pengungkapan diri para anggotanya.

Meskipun terdapat sejumlah penelitian yang mengkaji hubungan antara *loneliness* dan *self-disclosure* (Akbar & Abdullah, 2021; Lee dkk., 2013; Peng & Roth, 2022), serta penelitian yang menghubungkan *online social support* dengan *self-disclosure* (Kahn & Cantwell, 2017; Shara & Ikhwanisifa, 2023). Namun terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang signifikan. Sebagian besar penelitian terdahulu mengkaji kedua variabel secara terpisah, padahal dalam konteks digital, *loneliness* dan *online social support* dapat saling berinteraksi dalam mempengaruhi perilaku *self-disclosure*. Selain itu, temuan penelitian yang ada menunjukkan hasil yang tidak konsisten, seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani & Wibowo (2023) dan Burke & Kraut (2016) yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara kesepian dan *self-disclosure*.

Selanjutnya, konteks penelitian tentang *self-disclosure* sebagian besar dilakukan pada media sosial konvensional seperti Facebook (Lee dkk., 2013) atau dalam setting komunitas yang berbeda seperti K-Pop Roleplay (Ramadhani & Wibowo, 2023). Belum ada penelitian yang secara spesifik mengkaji fenomena ini dalam konteks komunitas yang memiliki karakteristik unik seperti Komunitas Marah-marah, dimana anggota secara eksplisit tergabung untuk mengekspresikan emosi negatif. Kemudian, tidak ditemukannya penelitian terdahulu yang mengeksplorasi peran fitur *quote tweet* sebagai fasilitator *self-disclosure* yang memiliki karakteristik berbeda dengan postingan biasa karena sifatnya yang responsif dan kontekstual.

Peneliti ingin mengetahui apakah *loneliness* dan *online social support* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-disclosure* pada anggota Komunitas Marah-marah di media sosial X. Aplikasi X dipilih karena pengguna aplikasi tersebut melakukan pengungkapan diri sebanyak 10-12 kali dalam sehari, yang mana angka tersebut lebih tinggi 1,5% dibanding Instagram (Sari & Irena, 2023). Selain itu, Komunitas Marah-marah memiliki *explicit norm* untuk berbagi emosi negatif dan pengalaman pribadi yang berbeda dengan komunitas media sosial pada umumnya yang cenderung menampilkan *positive self-presentation*. Hal ini menciptakan perilaku *self-disclosure* yang akurat dan mendalam. Penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan intervensi dan program dukungan yang lebih efektif bagi individu yang rentan terhadap kesepian dan menggunakan media sosial sebagai sarana ekspresi diri.

Berdasarkan fenomena yang ada, peneliti tertarik untuk menganalisis lebih dalam terkait pengaruh antara *loneliness* dan *online social support* terhadap perilaku *self disclosure* pada anggota Komunitas Marah-marah pengguna fitur *quote tweet* pada media sosial X.

Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *loneliness* dan *online social support* terhadap tingkat *self-disclosure* pada anggota Komunitas Marah-marah pengguna fitur *quote tweet* di media sosial X?

Tujuan Penelitian

Memberikan deskripsi dan analisis tentang pengaruh *loneliness* dan *online social support* terhadap tingkat *self-disclosure* pada anggota Komunitas Marah-marah pengguna fitur *quote tweet* di media sosial X.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan yang berkaitan dengan informasi terkait pengaruh *loneliness* dan *online social support* terhadap tingkat *self-disclosure* pada anggota Komunitas Marah-marah pengguna fitur *quote tweet* di media sosial X.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau rujukan bacaan penelitian selanjutnya di masa depan yang berkaitan dengan psikologi sosial.

Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran tentang pengaruh *loneliness* dan *online social support* terhadap *self-disclosure* pada anggota Komunitas Marah-marah yang menggunakan fitur *quote tweet* di media sosial X dan menjadi dasar untuk pengembangan intervensi dan program dukungan yang lebih efektif bagi individu yang rentan terhadap kesepian dan menggunakan media sosial untuk mencari dukungan sosial dan sarana ekspresi diri.