

**PENGARUH SELF DISCLOSURE TERHADAP SELF CONFIDENCE
PENGGUNA SECOND ACCOUNT INSTAGRAM PADA
GENERASI Z SISWA SMK NEGERI 1
JORLANG HATARAN**

Fikriyah Iftinan Fauzi¹, Walyono², Emma Fauziah³

Universitas Medan Area, Medan

e-mail: papakudjojo@gmail.com

Abstract: *This study aims to examine the influence of self-disclosure on self-confidence among students who use second Instagram accounts at the SMK Negeri 1 Jorlang Hataran. The research employed a quantitative method with a sample of 180 students. The sampling technique used was convenience sampling. Data collection methods involved validated and reliable self-disclosure and self-confidence scales. Data analysis utilized simple linear regression, resulting in a significant regression value of $P = 0.027$ (< 0.05), indicating a significant influence of self-disclosure on self-confidence with a coefficient of determination (R^2) of 0.027 or a contribution of 2.7%. The findings reveal that self-disclosure has a positive and significant impact on self-confidence. This means that the higher the self-disclosure level of students, the higher their self-confidence. Data categorization showed that the majority of respondents were in the moderate to high categories for both self-disclosure and self-confidence, with empirical means exceeding the hypothetical means, indicating a positive impact.*

Keywords: *self-disclosure; self-confidence; second account; Instagram; students*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self-disclosure terhadap self-confidence pada siswa pengguna second account Instagram di SMK Negeri 1 Jorlang Hataran. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 180 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan convenience sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala self-disclosure dan self-confidence yang telah divalidasi dan reliabel. Analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana dengan hasil signifikan regresi sebesar $P = 0,027$ ($< 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh antara self-disclosure terhadap self-confidence dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,027 atau sumbangsih sebesar 2,7%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-disclosure memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap self-confidence. Artinya, semakin tinggi tingkat self-disclosure siswa, semakin tinggi pula self-confidence mereka. Kategori data menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang dan tinggi untuk self-disclosure dan self-confidence, di mana mean empiris self-disclosure dan self-confidence lebih besar dari mean hipotetik, menunjukkan pengaruh positif.

Kata kunci: self-disclosure; self-confidence; second account; Instagram; siswa

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk cara individu berinteraksi, berkomunikasi, dan mengekspresikan diri. Media sosial, khususnya Instagram, kini menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari

generasi muda, terutama Generasi Z yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012. Generasi ini tumbuh dalam lingkungan yang sangat dipengaruhi oleh teknologi digital dan media sosial, serta cenderung menggunakan platform tersebut untuk membangun identitas diri, menjalin hubungan sosial, dan mencari validasi dari lingkungan sekitar.

Instagram, sebagai salah satu platform media sosial paling populer di kalangan Generasi Z, tidak hanya digunakan untuk berbagi foto dan video, tetapi juga sebagai ruang untuk membangun persona online dan mengekspresikan diri. Salah satu fenomena yang berkembang di kalangan siswa adalah penggunaan second account atau akun kedua (sering disebut “sec acc” atau “finsta”). Akun ini digunakan untuk berbagi konten yang lebih pribadi, santai, dan bebas dari tekanan sosial yang biasanya ada di akun utama. Penggunaan second account memungkinkan siswa untuk mengekspresikan sisi kehidupan yang lebih personal dan intim kepada lingkaran pertemanan yang lebih kecil dan terpercaya, sehingga mereka merasa lebih nyaman dan aman dalam mengungkapkan diri.

Dalam konteks psikologi, fenomena ini berkaitan erat dengan konsep self-disclosure (keterbukaan diri), yaitu proses di mana individu secara sukarela berbagi informasi pribadi kepada orang lain. Siswa sering menggunakan second account untuk mengekspresikan hal-hal yang tidak dapat mereka bagikan di akun utama karena ketidakpercayaan diri atau kekhawatiran terhadap penilaian sosial. Penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri di media sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri, terutama jika dilakukan dalam lingkungan yang mendukung dan aman.

Siswa Generasi Z, khususnya di SMK Negeri 1 Jorlang Hataran, berada pada fase perkembangan di mana eksplorasi diri dan pencarian identitas sangat penting. Pada tahap ini, individu mengalami perubahan psikologis, sosial, dan emosional yang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri mereka. Penggunaan second account menjadi salah satu strategi untuk mengatasi ketidakpercayaan diri dan mencari validasi sosial dalam ruang yang lebih aman. Individu dengan tingkat kepercayaan diri rendah cenderung lebih

memilih berbagi hal-hal pribadi di akun kedua yang lebih tertutup dibandingkan dengan akun utama yang lebih rentan terhadap penilaian sosial yang luas.

Dengan demikian, fenomena penggunaan second account di Instagram di kalangan siswa Generasi Z, khususnya di SMK Negeri 1 Jorlang Hataran, menarik untuk diteliti lebih lanjut karena berkaitan dengan dinamika self-disclosure dan self-confidence. Penelitian mengenai hal ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami bagaimana media sosial, melalui fitur second account, dapat menjadi sarana untuk meningkatkan keterbukaan diri dan kepercayaan diri siswa dalam menghadapi tantangan sosial di era digital.

METODE

Metodologi penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pengaruh. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara convenience sampling, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa aktif SMK Negeri 1 Jorlang Hataran yang terdiri dari 325 siswa dengan rentang usia 18-19 tahun. Sampel dalam penelitian ini yaitu siswa gen z SMK Negeri 1 Jorlang Hataran yang memiliki second account instagram sebanyak 180 orang siswa. Data dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis deskriptif dilakukan untuk memahami profil responden, sedangkan uji regresi linear digunakan untuk menguji pengaruh variabel independent

(self-disclosure) terhadap variabel dependen (self confidence).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji deskriptif jenis kelamin laki-laki (27.250) memiliki tingkat self-disclosure yang lebih tinggi dibandingkan perempuan (22.744). Sama halnya dengan tingkat self-confidence yang dimiliki laki-laki (119.313) lebih tinggi dari pada perempuan (118.970). Tingkat self-disclosure tertinggi berada pada stambuk 21 (23.676) yang diikuti oleh stambuk 23 (23.286) dan yang terendah berada pada stambuk 22 (22.582). Selanjutnya, tingkat self confidence tertinggi berada pada stambuk 22 (125.527) yang diikuti oleh stambuk 21(120.324) dan yang terendah berada pada stambuk 23 (114.560).

Berdasarkan uji hipotesis besaran regresi diketahui nilai r sebesar 0.165 yang berarti hubungan self-disclosure dan self-confidence sebesar 16%. sedangkan nilai r^2 sebesar 0.027 yang berarti pengaruh self-disclosure dan self-confidence sebesar 2.7%. Berdasarkan uji signifikansi regresi diketahui nilai r sebesar 0.165 yang berarti hubungan self-disclosure dan self-confidence sebesar 16%. sedangkan nilai r^2 sebesar 0.027 yang berarti pengaruh self-disclosure dan self-confidence sebesar 2.7%.

Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa self-disclosure memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap self-confidence. Artinya, semakin tinggi tingkat keterbukaan diri (self-disclosure) yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri (self-confidence) mereka. Hal ini diperkuat oleh nilai signifikansi pada uji regresi sebesar 0,027 ($< 0,05$), serta nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,027. Ini berarti bahwa self-disclosure memberikan kontribusi sebesar 2,7% terhadap self-confidence, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Lebih lanjut, hasil kategorisasi data

menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori sedang hingga tinggi dalam kedua variabel. Tercatat sebanyak 85 responden (47%) berada pada kategori self-disclosure sedang, dan 99 responden (55%) pada kategori self-confidence tinggi. Sementara itu, hanya 16 responden (9%) yang tergolong memiliki self confidence rendah. Jika dibandingkan dengan Mean Hipotetik dan Mean Empirik (yang tidak ditampilkan dalam tabel tetapi diasumsikan mengarah pada distribusi data yang normal dan valid), maka dapat disimpulkan bahwa siswa pengguna second account Instagram di SMK Negeri 1 Jorlang Hataran memiliki tingkat keterbukaan diri yang cukup untuk mendukung kepercayaan diri mereka dalam berinteraksi, baik secara online maupun offline.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa self-disclosure memiliki pengaruh terhadap self-confidence secara signifikan. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian terdahulu Menurut Goleman (1995) dalam Rahmawati (2020), individu dengan kesadaran diri yang tinggi cenderung memiliki pandangan positif tentang diri mereka sendiri, yang berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri. Menurut penelitian oleh Derlega (2008), pengungkapan diri yang efektif dapat memfasilitasi komunikasi yang lebih mendalam dan mengarah pada pembentukan ikatan interpersonal yang kuat. Ketika individu merasakan adanya dukungan dari orang lain, mereka cenderung merasa lebih percaya diri untuk mengekspresikan diri dan menghadapi tantangan yang ada di depan mereka. dan Penelitian oleh Nguyen (2014) menunjukkan bahwa individu yang merasa diterima setelah mengungkapkan diri cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi. Rasa penerimaan ini mengurangi perasaan terasing yang sering kali menghambat kepercayaan diri seseorang.

SIMPULAN

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa self-disclosure memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap self-confidence pada pengguna second account Instagram. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,027 ($< 0,05$), yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat self disclosure siswa, maka semakin tinggi pula tingkat self-confidence mereka. Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang hingga tinggi untuk kedua variabel. Sebanyak 47% siswa berada pada kategori self-disclosure sedang dan 55% berada pada kategori self-confidence tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa siswa SMK Negeri 1 Jorlang Hataran yang menggunakan second account Instagram cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri dan kepercayaan diri yang cukup tinggi. Besarnya pengaruh self-disclosure terhadap self-confidence adalah sebesar 2,7%. Meskipun persentasenya tidak besar, hasil ini tetap menunjukkan bahwa keterbukaan diri, khususnya melalui platform second account Instagram, memiliki kontribusi terhadap pembentukan dan peningkatan self-confidence siswa generasi Z.

DAFTAR PUSTAKA

- Altman, I., & Taylor, D., dalam Rasyid, A. (2020). Psikologi komunikasi dan perilaku manusia (Edisi ke-3). Jakarta: Prenada Media.
- Amichai-Hamburger, Y., Wainapel, G., & Fox, S. (2013). "On the Internet no one knows I'm an introvert": Extroversion, neuroticism, and Internet interaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 125–130.
- Amin, M. (2018). Psikologi kepribadian: Teori dan aplikasi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Bandura, A., dalam Nadiah, R., Zulaikha, N., & Fadilah, R. (2019). Psikologi sosial dan aplikasi dalam kesejahteraan individu (Edisi ke-2). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- DeVito, J. A. (2007). *The interpersonal communication book* (12th ed.). Boston: Pearson Education.
- DeVito, J. A. (2015). *The interpersonal communication book* (13th ed.). Boston: Pearson Education.
- Derlega, V. J. (2008). Self-disclosure and relationships: The impact on interpersonal bonds. *Journal of Social Psychology*, 48(3), 211–230. begins.
- Dimock, M. (2019). Defining generations: Where Millennials end and Generation Z Pew Research <https://www.pewresearch.org> Center. Retrieved from
- Fatimah, dalam Nurhuda, M. (2019). Psikologi kepribadian: Teori dan aplikasi. Yogyakarta: Deepublish.
- Forest, A. L., & Wood, J. V. (2012). When social networking is not working: Individuals with low self-esteem recognize but do not reap the benefits of self-disclosure on Facebook. *Psychological Science*, 23(3), 295–302.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2020). Toward an integrated and differential approach to the relationships between online disclosure and psychosocial well-being. *Current Psychology*, 39(2), 574–588. Global Web Index. (2015). Social media trends among 16-24 year-olds. Global WebIndex.
- Goleman, D., dalam Rahmawati, S. (2020). Psikologi emosi: Kesadaran diri dan kepercayaan diri. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hootsuite. (2022). Digital 2022: Global Overview Report. Hootsuite and We Are Social. Retrieved from <https://hootsuite.com/resources/digital-1-2022>
- Hidayati, R., Kusmanto, A. S., & Kiswanto, A. (2023). Development and construct validation of Indonesian students self-confidence scale using Pearson Product Moment.

- Pegem Journal of Education and Instruction, 13(3) Jebbour, M. (2020). Developing a student self-disclosure measure: A pilot study. *Journal of English Language Teaching and Linguistics (JELTL)*, 5(1)
- Lauster, P., dalam Pratama, R. (2021). Psikologi perkembangan dan kepercayaan diri. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Liwelry, M. (2015). *Interpersonal communication and self-disclosure*. New York: McGraw-Hill.
- Loiacono, D. (2015). Self-disclosure in social media: A theoretical approach to online interpersonal communication. *Journal of Media Psychology*, 27(3), 120–130.
- Miller, R., & Kahn, J. (2019). *Self-confidence and performance: Psychological perspectives on personal development*. New York: Academic Press.
- Morton, dalam Prayitno, A. (2005). Pengantar psikologi komunikasi (Edisi ke-2). Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Nguyen, T. (2014). *Self-disclosure and acceptance in interpersonal relationships*. London: Routledge.
- Pew Research Center. (2021). Social media use in 2021. Retrieved from <https://www.pewresearch.org/internet/2021/04/07/social-media-use-in-2021/>
- Pratiwi, A., & Laksmiwati, D. (2016). Kepercayaan diri dan penyesuaian diri. *Jurnal Psikologi*, 14(3), 200–210.
- Prensky, M. (2010). *Teaching digital natives: Partnering for real learning*. Corwin Press.
- Rime, B. (2009). Emotion sharing and social connectedness. *Journal of Applied Psychology*, 92(4), 1105–1114.
- Risnawati, N. (2021). Psikologi sosial: Kepercayaan diri dalam interaksi sosial. Bandung: Alfabeta.
- Riyanti, D., & Darwis, F. (2020). Karakteristik individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial dan Perkembangan*, 10(4), 315–328.
- Saraswati, P., & Pratama, A. D. (2023). Penggunaan second account Instagram dan kaitannya dengan self-confidence siswa. *Jurnal Psikologi Sosial dan Media Digital*, 5(2), 115–128.
- Sprecher, S., & Hendrick, S. S. (2019). Self-disclosure in close relationships: Research findings and new directions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 331–346. S
- trauss, W., & Howe, N., dalam Setiawan, B. (2020). *Generasi Z: Tantangan dan peluang dalam era digital*. Jakarta: Gramedia.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121–127.
- Yadav, S., & Sahu, R. (2016). The role of interpersonal skills in building self confidence. *Journal of Psychology and Counseling*, 22(1), 78–89.