

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Internet berkembang secara cepat di kalangan masyarakat dan banyak digunakan oleh anak-anak, remaja, hingga orang tua. Saat ini, internet dapat digunakan dan diakses dengan mudah melalui gadget seperti *handphone*, komputer/PC dan sejenisnya. Internet membuat jarak seakan tidak terlihat, informasi dan pesan dapat tersampaikan dengan cepat melalui internet. Internet menyediakan dunia virtual yang dapat diakses secara luas oleh penggunanya (Jacky, 2012). Joinson (2001) mengatakan bahwa individu cenderung merasa lebih nyaman dan bebas dalam mengungkapkan diri dan informasi pribadi mereka melalui interaksi di dunia maya dibandingkan interaksi secara langsung atau tatap muka. Internet memberikan banyak perubahan dalam kehidupan kebudayaan manusia. Internet juga dibahas melalui kajian *cyberpsychology* atau dikenal dengan sebuah fenomena psikologis yang dikaitkan dengan munculnya teknologi.

Seiring dengan berkembangnya internet, muncul yang dinamakan media sosial. Media sosial merupakan sekumpulan aplikasi berbasis internet yang memungkinkan penggunanya untuk menciptakan dan bertukar konten atau isi dengan pengguna lain (Kaplan & Haenlein, 2010). Media sosial memungkinkan penggunanya untuk melakukan interaksi, berbagi cerita, bekerja sama, dan menciptakan hubungan sosial secara virtual dengan pengguna lain. Data statistik dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2017) diketahui bahwa sebanyak 89,35% internet dijadikan sebagai layanan *chatting* dan media sosial 87,13% menjadi layanan yang sering diakses dalam pemanfaatan internet oleh masyarakat Indonesia. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2018) menyebutkan bahwa 91% pengguna aktif internet berada pada rentang usia 15-19 tahun dan 88,5% berusia 20-24 tahun. Pengguna internet di Pulau Jawa memiliki

kontribusi terbanyak yaitu 58,0% (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2017). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia juga menyebutkan bahwa beberapa ibu kota provinsi memiliki penetrasi internet yang lebih tinggi daripada penetrasi provinsi, salah satunya Kota Surabaya yang memiliki kontribusi 83% untuk pengguna internet. Kota Surabaya merupakan kota terbesar kedua di Indonesia setelah Jakarta (Dispendukcapil Surabaya, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Istidha Nur Amanah kepada 397 responden yang merupakan pelajar dan guru di Kota Surabaya, diketahui bahwa 78% pelajar di Surabaya menggunakan teknologi digital atau internet tidak untuk mencari referensi yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan tetapi lebih memilih mengakses media sosial dan sebanyak 36,6% pelajar mengakses internet lebih dari 5-8 jam per hari (RadarSurabaya.id, 2019). Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Rochimasari (2020) diketahui bahwa generasi Z di Surabaya menghabiskan waktunya untuk mengakses media sosial sekitar 2 – 5 jam dalam sehari. Menurut data dari *teen.co.id*, kisaran sembilan jam dalam sehari remaja dapat menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial melalui ponsel mereka (Hudanto, 2017).

Data survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2018) menyebutkan media sosial yang paling banyak diakses yaitu *Facebook* 50,7%, *Instagram* 17,8%, *Youtube* 15,1%, *Twitter* 1,7%, dan *LinkedIn* 0,4%. Berdasarkan hasil penelitian Hidayat dan Khusnia (2019) diketahui bahwa sebanyak 97% remaja memiliki akun *facebook* yang digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain dan tak jarang remaja mengalami konflik saat berada di media sosial tersebut. Selanjutnya, hasil penelitian Puspitasari (2019) menunjukkan bahwa media sosial *twitter* paling banyak digunakan oleh kalangan remaja. Putra & Marhaeni (2015) menyatakan bahwa remaja dengan usia 18 tahun cenderung lebih aktif di lingkungan *online*, karena lingkungan *online* tidak memiliki batasan ruang dan waktu untuk dapat terhubung dengan seseorang di mana pun dan kapan pun.

Remaja menggunakan media sosial tidak hanya sebatas untuk menerima dan mengirim pesan tetapi juga sebagai represi atas kehidupan sehari-hari, seperti untuk membuat status, *katarsis*, juga sebagai media keluh kesah saat individu berada di media sosial. Valkenburg, Schouten, & Peter (2007) menyatakan bahwa remaja

seringkali mengungkapkan informasi-informasi pribadinya dan membangun relasi melalui media sosial. Media sosial digunakan remaja untuk memenuhi kebutuhan interaksi sosialnya. Penelitian yang dilakukan oleh Basri (2017) tentang peran media sosial pada pelajar SMA. Diketahui bahwa motif hiburan siswa dalam menggunakan media sosial adalah untuk menghilangkan suntuk saat belajar, untuk curhat sebagai media menghibur diri dan untuk tempat berkomunikasi serta untuk mencari pasangan atau kenalan baru. Selanjutnya, Hasil penelitian Putri, Nurwati, dan Budiarti (2016) diketahui bahwa remaja sering memposting aktivitas keseharian mereka ketika berada di media sosial, tetapi sesuatu yang mereka posting di media sosial tidak selalu mencerminkan kondisi kehidupan sosial mereka yang sebenarnya.

Suler (2004) menyatakan bahwa sebagian individu lebih sering mengekspresikan diri saat mereka ada di dunia maya dibandingkan ketika berada di dunia nyata. Seakan-akan individu tidak memiliki batasan superego dan proses kognitif serta moral tidak berfungsi. Hal tersebut dikarenakan ketika berada di lingkungan *online*, individu cenderung merasa tidak mendapati konsekuensi secara langsung saat terhubung dengan orang lain. Media sosial membuka peluang bagi seseorang untuk memisahkan perilaku mereka antara di dunia maya dengan dunia nyata. Di lingkungan *online*, individu dapat menyembunyikan sebagian atau bahkan keseluruhan dari identitas mereka. Individu cenderung merasa kurang terkendali atau mengabaikan norma-norma sosial karena tidak adanya hambatan saat individu berinteraksi secara *online*. Begitu meresapnya fenomena tersebut sehingga muncul suatu istilah yang disebut *online disinhibition effect* (Suler, 2004).

Online disinhibition effect merupakan keadaan psikologis yang dialami ketika seseorang merasa lebih rileks untuk mengungkapkan pemikiran atau perasaannya secara *online* dibandingkan menunjukkannya di lingkungan nyata (Suler, 2004). Seseorang yang mengalami hal tersebut akan menyadari bahwa perilakunya di lingkungan *online* bukan dirinya yang sebenarnya. Suler (2004) juga mendefinisikan *disinhibition* sebagai ketidakmampuan individu dalam mengendalikan perilaku impulsif, pikiran atau perasaan, dan manifestasi individu selama *online* berkomunikasi dengan cara yang tidak mereka lakukan ketika *offline*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anisa (2020) terkait *online disinhibition effect* pada pengguna *twitter*, diketahui bahwa sebanyak 48,4% subjek memiliki level *online disinhibition effect* pada kategori tinggi dan 51,6% pada kategori rendah. Rochimasari (2020) juga melakukan penelitian tentang *benign disinhibition effect* yang menunjukkan bahwa sebanyak 73,3% responden memiliki skor *benign disinhibition effect* pada kategori sedang, 22,3% pada kategori rendah dan 4,5% responden memiliki skor *benign disinhibition effect* pada kategori tinggi. Hal tersebut perlu menjadi perhatian, dikarenakan Lapidot & Barak (2012) menyatakan bahwa perilaku *online disinhibition effect* dapat menimbulkan dampak yang negatif, biasanya berupa manifestasi dari perilaku agresif dari individu yang ketika ia berada di lingkungan nyata ia tidak dapat menunjukkannya. Adanya perilaku *online* yang tidak biasa atau melanggar norma, menghina orang lain, dan perilaku tak terkendali, mulai dari komentar tidak sopan sampai dengan terbukanya perasaan atau ekspresi pada orang lain melalui dunia maya. Penelitian yang dilakukan oleh Zahrotunnisa dan Hijrianti (2019) diketahui bahwa individu yang mengalami perilaku *online disinhibition effect* memiliki kecenderungan untuk melakukan *cyberbullying* di internet maupun media sosial. Wright & Wachs (2018) juga melakukan penelitian terkait *toxic disinhibition effect* pada remaja. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya keterkaitan antara *toxic disinhibition effect* dengan kebencian dan penyebarannya di media sosial.

Suler (2004) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi perilaku *online disinhibition effect*. Salah satunya adalah anonimitas. Anonimitas memungkinkan individu untuk mengubah atau menyembunyikan identitas asli dengan memisahkan perilakunya di dunia nyata dan di dunia maya (Suler, 2004). Wallace (2008) mendefinisikan anonimitas sebagai suatu bentuk tidak adanya identifikasi dan tidak dikenalnya keberadaan seseorang di lingkungan *online*. Zimbardo (1969) mengatakan bahwa anonimitas dapat menurunkan tingkat evaluasi diri seseorang dan mengakibatkan timbulnya perilaku melanggar norma atau bahkan perilaku *disinhibition effect*. Anonimitas dapat meningkatkan perilaku *online disinhibition effect* yang mengarah ke agresi, dengan bebas berperilaku karena individu mungkin merasa berada di luar jangkauan pengguna internet, selain

itu individu dapat bersembunyi dibalik akun *anonym*-nya. Omernick & Sood (2013) mengatakan anonimitas mengarah pada suatu keadaan di mana seseorang mengalami penurunan *self evaluation*, *self awareness*, *self observation*, *self regulation*, dan kepedulian terhadap perbandingan sosial. Anonimitas di media sosial dapat meminimalisir hambatan yang mendorong terjadinya kecemasan sehingga dapat meningkatkan interaksi sosial dan memungkinkan individu lebih mudah dalam membangun hubungan secara *online* (Bareket & Shahar, 2011).

Menurut perspektif psikologis, anonimitas secara *online* digambarkan sebagai kurangnya pertanggungjawaban ketika individu berkomunikasi secara *online* membuat individu menyalahgunakan anonimitas, namun tidak menutup kemungkinan individu yang tidak mampu mengungkapkan diri di dunia nyata memanfaatkan anonimitas untuk menunjukkan karya atau kebbaikannya di dunia maya. Limilia & Fuady (2016) mengatakan bahwa tak jarang dari remaja mengatasi permasalahan dengan membuat akun-akun *anonym* agar lebih ekspresif dalam berinteraksi dengan teman yang lain dan remaja juga cenderung menggunakan media sosial yang tidak digunakan oleh orang tua agar lebih bebas dalam mengungkapkan atau menyalurkan pendapatnya. Dengan menggunakan akun *anonym*, seseorang dapat merasa bebas dalam beropini, menulis, dan berkarya (Kurnia, 2018). Individu menemukan cara baru untuk mengekspresikan dirinya. Individu yang tidak menunjukkan identitasnya di dunia maya (*anonym*) lebih sering mengungkapkan suatu hal yang sebelumnya tidak pernah mereka katakan ketika identitas mereka diketahui (Aronson, Wilson, dan Akert, 2007). Hu, Kumar, Huang, & Ratnavelu (2017) menyatakan bahwa individu lebih mudah mengekspresikan dirinya dengan leluasa dan bertindak lebih bebas dikarenakan rendahnya tingkat pengekanan dari dunia nyata sebab tidak adanya penampilan fisik di lingkungan *online*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saepudin (2019) diketahui bahwa sebanyak 54% subjek memiliki level anonimitas yang rendah dan 46% subjek memiliki skor anonimitas pada kategori tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2019) tentang dampak munculnya akun anonim untuk mengekspresikan diri melalui media sosial menunjukkan adanya dampak positif

dan dampak negatif pada pengguna media sosial yang tidak menggunakan identitas asli mereka (*anonym*). Dampak positifnya yaitu remaja mempunyai ruang untuk mengutarakan perasaannya tanpa ada seorang pun yang tahu mengenai identitas dari akun *anonym* mereka, mereka memanfaatkan akun *anonym* tersebut untuk hal-hal yang positif seperti mengasah bakatnya dalam menulis melalui media sosial. Sedangkan dampak negatifnya yaitu remaja tidak memiliki kepercayaan diri untuk mencantumkan identitas aslinya, atau mereka menggunakan akun *anonym* agar dapat lebih bebas berperilaku negatif (mis. *flaming*) atau menyebarkan *hoax*.

Mukhoyyaroh (2020) melakukan penelitian tentang anonimitas yang menunjukkan bahwa remaja SMA, MA, dan SMK memiliki tingkat anonimitas dalam kategori tinggi. Mereka memilih untuk menggunakan akun *anonym* karena dianggap memiliki dampak yang menguntungkan. Dengan menggunakan akun *anonym*, individu merasa lebih bebas dalam mengutarakan hal-hal yang bersifat emosional dan pribadi ketika berada di dunia *online*. Namun anonimitas juga dapat berdampak buruk ketika individu terjebak dalam perilaku negatif seperti *cyberbullying*, pornografis, atau kekerasan visual dan verbal. Global Perspective (2013) menyebutkan empat alasan utama pengguna media sosial tidak mencantumkan identitas mereka, yaitu karena mereka merasa aman tanpa identitas asli, reputasi mereka terlindungi, merasa senang dan agar mereka terhindar dari masalah.

Penelitian lain tentang anonimitas dan *online disinhibition* dilakukan oleh Rochimasari (2020) menunjukkan adanya keterkaitan antara anonimitas dengan *benign online disinhibition effect* pada generasi Z di Surabaya, yang berarti semakin tinggi anonimitas maka semakin tinggi juga intensitasi *benign online disinhibition effect*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat anonimitas maka semakin rendah juga tingkat *benign online disinhibition effect*. Hasil penelitian Anisa (2020) juga diketahui bahwa pengguna *twitter* dengan akun *anonym* lebih tinggi dalam merasakan *online disinhibition effect*.

Anonimitas memberikan peluang bagi individu untuk tidak mencantumkan identitas aslinya di lingkungan *online* sehingga individu dapat melakukan hal yang sebelumnya tidak mereka lakukan ketika di dunia nyata, namun jika dilakukan

secara berlebihan akan mengakibatkan timbulnya perilaku *online disinhibition effect* secara berkelanjutan. Joinson (2001) menemukan penemuan tentang seseorang yang sering berperilaku berbeda antara di lingkungan *online* dan di lingkungan nyata saat dalam situasi serupa. Misalnya, seseorang dapat menjadi seorang perayu yang hebat ketika berada di dunia virtual, sementara menjadi sangat pemalu ketika interaksi tatap muka. Atau mungkin mereka menggunakan internet untuk mencari informasi (mis. informasi kesehatan pornografi, atau lainnya) yang tidak akan mereka lakukan saat di dunia nyata.

Selain itu, Suler (2004) juga menyatakan bahwa *online disinhibition effect* merupakan titik di mana seseorang kehilangan kontrol dan cenderung merasa lebih bebas dalam berperilaku di dunia maya. Penelitian yang dilakukan oleh Voggeser, Singh, & Göritz (2018) diketahui bahwa kegagalan dalam mengelola kontrol diri adalah salah satu faktor psikologis yang dapat mengakibatkan munculnya perilaku *online disinhibition*. Penelitian tersebut menemukan tiga jenis dari kegagalan kontrol diri, diantaranya: 1) tidak bermaksud berkomunikasi secara tepat, 2) berniat untuk berkomunikasi secara tepat, menyadari tingkah laku harus dimodifikasi namun tidak dapat melakukannya, 3) berniat untuk berinteraksi dengan tepat, memiliki kemampuan untuk mengubah perilaku, tetapi gagal dalam menyadari pentingnya hal tersebut sehingga berakibat pada munculnya perilaku yang tidak pantas.

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengarahkan perilaku dirinya sendiri untuk menekan atau menghambat munculnya impuls-impuls atau perilaku impulsif (Chaplin, 2011). Rendahnya kontrol diri menjadikan individu tidak mampu dalam mengarahkan, mengatur, dan mengontrol berbagai hasrat pribadi yang tidak sesuai dengan norma di masyarakat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari & Kustanti (2020) tentang kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial *Instagram*, diketahui bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah pengungkapan diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kontrol diri maka semakin tinggi pengungkapan diri individu.

Individu dengan kontrol diri rendah cenderung senang melakukan resiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan konsekuensi atas perbuatannya, sedangkan

individu dengan kontrol diri yang tinggi akan memikirkan akibat dan konsekuensi dari perilaku yang menyimpang (Aroma dan Suminar, 2012). Kim, Hong, Lee, & Hyun (2017) menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang rendah sangat impulsif, cepat menanggapi rangsangan lingkungan, cepat mencari kepuasan, dan lebih memilih hal-hal yang sederhana. Widiana, Retnowati, dan Hidayat (2004) juga menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya. Kegagalan dalam kontrol diri dapat menjadikan individu mengalami kegagalan dalam memahami isyarat sosial, oleh karenanya kontrol diri sangat penting dalam memahami perilaku *online disinhibition effect* (Voggeser, Singh, & Göritz, 2018).

Berdasarkan fenomena-fenomena dan penelitian terkait yang telah diuraikan di atas, peneliti memandang penting untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai pengaruh dari anonimitas dan peranan kontrol diri terhadap timbulnya perilaku *online disinhibition effect*. Maka dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mengambil judul “Pengaruh Anonimitas dan Kontrol Diri terhadap Perilaku *Online Disinhibition Effect* pada Remaja Pengguna Media Sosial”.

1.2 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti dapat merumuskan sebuah masalah, yaitu:

- 1) Apakah ada pengaruh anonimitas terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial di Surabaya?
- 2) Apakah ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial di Surabaya?
- 3) Apakah ada pengaruh anonimitas dan kontrol diri terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial di Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu:

- 1) Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh anonimitas terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial di Surabaya.

- 2) Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial di Surabaya.
- 3) Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh anonimitas dan kontrol diri terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial di Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu psikologi dan diharapkan dapat memperluas informasi, pembaruan wawasan, dan pengembangan penelitian selanjutnya yang relevan.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Subjek

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan penjelasan terkait pengaruh anonimitas dan kontrol diri terhadap perilaku *online disinhibition effect* pada remaja pengguna media sosial sehingga subjek yang merasa anonim maupun yang tidak merasa anonim mampu mengembangkan kemampuan kontrol dirinya agar terhindar dari perilaku impulsif serta mengurangi potensi terjadinya perilaku *online disinhibition effect* yang dapat merugikan orang lain dan diri sendiri.

- 2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber rujukan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik membahas variabel yang serupa yaitu anonimitas, kontrol diri, dan perilaku *online disinhibition effect*.