

## ***Social Anxiety dan Online Self-Disclosure* pada Mahasiswa Pengguna *Twitter/X***

Thierry Massaro  
thierrymassaro2018@gmail.com  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya

Ermida Simanjuntak  
mida@ukwms.ac.id  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya

***Corresponding Author: Ermida Simanjuntak***

*Received:* 4 Mei 2024

*Revised:* 2 Juni 2024

*Accepted:* 3 Juni 2024

**Abstrak**—Mahasiswa berada dalam tahapan usia *emerging adulthood* yang memiliki tugas perkembangan untuk menjalin relasi. Dalam usahanya menjalin relasi, mahasiswa menggunakan aplikasi media sosial seperti *Twitter/X*. Selain untuk menjalin relasi, mahasiswa juga melakukan pengungkapan diri berupa curhatan, mengungkapkan emosi dan opini yang ada pada dirinya di *Twitter/X*. Perilaku pengungkapan diri mahasiswa di media sosial disebut *online self-disclosure*. Mahasiswa menggunakan *Twitter/X* dikarenakan terdapat fitur untuk mengunggah tulisan, foto atau video, maka penggunaannya oleh mahasiswa juga dapat memfasilitasi proses keterbukaan dirinya. Seseorang melakukan *online self-disclosure* dapat dipengaruhi oleh rasa cemas dan takut ketika mendapat evaluasi negatif dari orang lain. Kondisi ini disebut sebagai *social anxiety* yaitu perasaan takut ditolak ketika hal yang diungkapkan tidak disukai oleh orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *social anxiety* dengan *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X*. Pengambilan data menggunakan metode *incidental sampling* dan didapatkan sebanyak 165 mahasiswa pengguna *Twitter/X*. Variabel *online self-disclosure* diukur menggunakan *General Disclosiveness Scale* milik Gibbs dkk. (2006) dan variabel *social anxiety* diukur menggunakan *Interaction Anxiousness Scale* milik Leary (1983). Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *social anxiety* dengan *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X* ( $r = 0,035$ ;  $p = 0,519$ ;  $p > 0,05$ ). Sebagian besar responden memiliki tingkat *online self-disclosure* pada kategori sedang (51,5%) sedangkan pada variabel *social anxiety* sebagian besar responden berada pada kategori sedang-tinggi (40,6%).

**Kata Kunci:** *online self-disclosure*; *social anxiety*; mahasiswa; *Twitter/X*; *emerging adulthood*

**Abstract**—*University students who are in the emerging adulthood stage is a critical period where individuals focus on developing social connections and forming significant relationships. In their effort to establish relationships, students use social media platforms like Twitter/X. Students engage in self-disclosure by sharing personal stories, expressing emotions, and sharing opinions on Twitter/X. This behavior of students disclosing personal information on social media is known as online self-disclosure. Students use Twitter/X because it has features that allow users to upload text, photos, or videos, which can facilitate their self-expression. The act of self-disclosure can be influenced by feelings of anxiety and fear of negative evaluation from others, known as social anxiety. The fear of rejection may arise when the content shared is not well-received by others, indicating the presence of social anxiety. This study aims to examine the relationship between social anxiety and online self-disclosure among students who use Twitter/X. Data was collected using incidental sampling*

and there were 165 respondents who use Twitter/X. The online self-disclosure variable was measured using the General Disclosiveness Scale by Gibbs et al. (2006), while the social anxiety variable was measured using the Interaction Anxiousness Scale by Leary (1983). The results revealed no significant correlation between social anxiety and online self-disclosure among college students using Twitter/X ( $r = 0,035$ ;  $p = 0,519$ ;  $p > 0,05$ ). Most respondents had a moderate level of online self-disclosure (51.5%), while for the social anxiety variable, most respondents were in the moderate-high category (40,6%).

**Keywords:** online self-disclosure; social anxiety; university student; Twitter/X; emerging adulthood

## Pendahuluan

Perkembangan era digital membuat interaksi antar individu tidak terbatas hanya secara tatap muka, namun dapat dilakukan secara tanpa tatap muka melalui internet. Untuk memfasilitasi interaksi tersebut, dipermudah oleh hadirnya *computer mediated communication* atau interaksi antar individu secara *online* menggunakan media komputer (Herring, 1996 dalam Gambo & Özad, 2020). Salah satu kontribusi dari *computer mediated communication* adalah perkembangan evolusi dari komunikasi sosial (El-Jarn, 2015). Salah satu bentuk *computer mediated communication* yang dilakukan individu untuk mengekspresikan perasaan dan pemikirannya ialah menggunakan aplikasi media sosial atau bisa disebut sebagai *social network sites*.

*Social Networking Service* (SNS) merupakan *platform* jejaring komunikasi yang memungkinkan penggunanya untuk saling berinteraksi, dan juga berbagi informasi maupun konten yang kirim oleh sesama penggunanya (Ruggieri dkk., 2023). Seiring dengan berkembangnya

teknologi SNS maka muncul berbagai platform media sosial seperti *Twitter/X*. Annur (2023) menyebutkan bahwa *Twitter/X* adalah salah satu media sosial yang banyak digunakan secara global selain *Facebook*, *Instagram* dan *Tik Tok*. Pengguna aktif *Twitter/X* di Indonesia per Januari 2023 telah mencapai 24 juta orang dan angka tersebut melampaui Inggris dengan pengguna aktif sebanyak 23,15 juta orang (Annur, 2023). Data pengguna aplikasi *Twitter/X* di Indonesia sepanjang tahun 2021 menurut Annur (2022) menunjukkan bahwa kelompok usia 18-24 tahun yang menggunakan *Twitter/X* berkisar 25,2% dari total 206 juta orang pengguna internet pada tahun 2021. Kelompok usia 18-24 tahun ini termasuk di dalamnya adalah mahasiswa (Hulukati & Djibran, 2018).

*Twitter/X* merupakan layanan media sosial untuk berkomunikasi melalui pertukaran pesan yang sering dan cepat. Pengguna *Twitter/X* dapat melakukan *posting* cuitan/*tweet* berupa foto, video, tautan, dan teks (Twitter, 2023). Menurut Suryanto dkk. (2020) alasan yang menjadi

pertimbangan seseorang untuk menggunakan *Twitter/X* dibandingkan media sosial yang lain adalah karena pada dasarnya *Twitter/X* adalah media sosial berbasis teks yang memungkinkan penggunaannya dapat menggunakan kalimat yang efektif sehingga mudah untuk dipahami oleh pengguna lainnya. Selain itu, *Twitter/X* dapat digunakan menjadi media untuk mengungkapkan diri baik itu pemikiran, perasaan dan juga informasi terkait keadaan yang sedang dialami penggunanya maupun berita-berita terkini (Krasnova dkk., 2012; Ratnasari dkk., 2021).

Mahasiswa melakukan pengungkapan diri di *Twitter/X* dalam bentuk curhatan, pengungkapan emosi dan juga pikiran-pikiran yang ada pada dirinya Zaskya dkk. (2021). Bentuk-bentuk perilaku mahasiswa pengguna *Twitter/X* tersebut ketika melakukan pengungkapan diri terkait perasaan dan pemikirannya secara sadar dan sukarela dapat digolongkan sebagai *self-disclosure* (Lowry dkk., 2011). *Self-disclosure* merupakan jenis komunikasi interpersonal yang merujuk pada informasi pribadi individu yang secara sadar dan sengaja untuk diungkapkan agar individu dapat dikenal oleh orang lain (Lowry dkk., 2011). Ketika seseorang membalas pengungkapan diri itu maka akan mengarah pada keintiman dan perkembangan relasi antar individu (Taylor

& Altman, 1987 dalam Gibbs dkk., 2006; Lowry dkk., 2011).

Perilaku *self-disclosure* seperti yang dijelaskan di atas tidak hanya terjadi secara tatap muka namun perilaku tersebut dapat pula terjadi secara *online* melalui media sosial yang disebut sebagai *online self-disclosure*. Definisi *online self-disclosure* merupakan sebuah proses yang dilakukan individu dalam menyediakan dan mengkomunikasikan informasi personal kepada orang lain melalui internet atau media sosial (Masur, 2018; Ostendorf dkk., 2020). Gibbs dkk. (2006) menyatakan bahwa *online self-disclosure* memiliki empat aspek, yaitu *honesty*, *amount*, *positive valence*, dan *intent*. Suryanto dkk. (2020) pada penelitiannya menyatakan bahwa individu merasa nyaman menggunakan *Twitter/X* karena individu tidak harus menunjukkan dirinya yang sesungguhnya serta mudah untuk berekspresi dan menyampaikan yang ingin disampaikan serta dapat berkeluh kesah secara bebas.

Sehubungan dengan hal tersebut peneliti melakukan survei awal melalui *google form* pada 30 mahasiswa pengguna *Twitter/X* yang menunjukkan bahwa 66,7% menyatakan bahwa mereka jujur serta terbuka mengenai hal-hal yang diungkapkan mengenai dirinya kepada orang lain di *Twitter/X*. *Twitter/X* dipilih untuk menjadi tempat mengungkapkan diri

karena akun mereka dapat dijadikan anonim sehingga mereka merasa lebih leluasa untuk mengungkapkan diri karena tidak dikenali. Penelitian Ma dkk. (2016) yang menyatakan *anonymity* dapat meningkatkan keterbukaan diri seseorang.

Hofmann & DiBartolo (2010) menyebutkan ketika seseorang merasa dirinya khawatir, cemas dan takut akan interaksi yang dilakukan terhadap orang lain serta kekhawatiran akan mendapatkan evaluasi yang tidak menyenangkan dari orang lain adalah kondisi yang menggambarkan adanya *social anxiety*. Hofmann & DiBartolo (2010) menyebutkan bahwa *social anxiety* merupakan pengalaman kognitif dan afektif yang dapat dipicu dari persepsi munculnya kemungkinan mendapatkan evaluasi tidak menyenangkan dari orang lain dan perasaan tersebut berfokus pada perasaan atau keadaan yang muncul dan berpusat pada interaksi individu dengan orang lain. Individu yang memiliki *social anxiety* akan merasa khawatir dengan interaksinya dengan orang lain sehingga mereka kemungkinan akan menarik diri dari situasi sosial. Menghindari situasi sosial juga menyebabkan individu dengan *social anxiety* akan memilih untuk memendam apa yang dirasakannya serta tidak membuka dirinya dengan orang lain karena adanya interaksi langsung sehingga memungkinkan mereka mendapatkan *feedback* secara langsung dari orang lain.

Hal ini akan menyebabkan individu akan lebih terbuka mengungkapkan dirinya di media sosial dengan media *Twitter/X*. Adanya anonimitas di media sosial akan mengurangi *social anxiety* yang dirasakan karena tidak adanya interaksi tatap muka sehingga individu merasa lebih leluasa mengekspresikan diri serta pendapatnya secara *online* atau yang disebut *online self-disclosure*.

Perilaku *online self-disclosure* yang dilakukan mahasiswa jika dikaitkan dengan tahap perkembangannya terjadi karena mahasiswa sedang berada dalam fase *emerging adulthood*. Arini (2021; Santrock, 2019) menyebutkan bahwa pada fase *emerging adulthood* individu mulai melakukan eksplorasi diri, relasi dan juga gaya hidupnya. *Emerging adulthood* juga dikenal dengan generasi yang sangat terhubung dengan internet (Santrock, 2019). Pada rentang usia *emerging adulthood* pula, individu menunjukkan peningkatan kebutuhan akan *intimacy* untuk menjalin relasi (Santrock, 2019). Ciri utama individu untuk mencapai *intimacy* adalah dengan melakukan *self-disclosure* dan juga membagikan pemikiran pribadi mereka (Santrock, 2019). Bentuk perilaku keterbukaan diri yang juga sering dilakukan oleh mahasiswa yang tergolong ke dalam fase *emerging adulthood* adalah dalam bentuk curhatan terkait tugas perkuliahan, relasi dengan teman sesama mahasiswa dan juga

terkait pemikiran pribadi yang dimiliki (Zaskya dkk., 2021).

Sesuai dengan paparan di atas bahwa kondisi mahasiswa pada tahap *emerging adulthood* adalah membutuhkan adanya interaksi serta mengekspresikan diri dan pendapatnya pada orang lain. Namun, terdapat pula mahasiswa-mahasiswa yang masih merasa cemas (*social anxiety*) dalam interaksi di dunia nyata sehingga mereka merasa kurang leluasa untuk membuka diri mengenai pendapat-pendapatnya pada orang lain. Hal ini menyebabkan mahasiswa-mahasiswa tersebut lebih nyaman untuk mengungkapkan diri serta pendapatnya melalui media *online* yang disebut sebagai *online self-disclosure*. Berdasarkan hal tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *social anxiety* dengan *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X*?”. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tema-tema yang berhubungan dengan pengungkapan diri (*online self-disclosure*) di media sosial.

### **Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini, variabel bebas adalah *social anxiety* dan variabel tergantung adalah *online self-disclosure*. Responden pada penelitian ini berjumlah 165 responden. Kriteria responden dalam

penelitian ini antara lain: 1) mahasiswa pengguna *Twitter/X*, dan 2) berusia 18-25 tahun (*emerging adulthood*). Teknik pengambilan *sampling* menggunakan *accidental sampling*. Kuesioner penelitian ini disebarikan kepada responden melalui *Google Form* melalui media sosial yang dimiliki peneliti.

*Social anxiety* diukur menggunakan skala *social anxiety* milik Leary (1983) yang diadaptasi peneliti ke Bahasa Indonesia. Skala *social anxiety* terdiri dari 15 *item*. Nilai untuk *item favorable* skala *social anxiety* bernilai 1 (sangat tidak sesuai) sampai 5 (sangat sesuai). variabel *online self-disclosure* diukur menggunakan skala *online self-disclosure* milik Gibbs dkk. (2006) yang diadaptasi oleh peneliti. Skala tersebut terdiri dari 10 *item favorable* dan 6 *item unfavorable*. *Item* dari skala asli terdapat 16 *item*, namun setelah dilakukan adaptasi dan dilakukan uji validitas, terdapat 2 *item* gugur yaitu *item* nomor 8 dan 12. Nilai *corrected item total correlation* pada skala *online self-disclosure* setelah menggugurkan *item* nomor 8 dan 12 berkisar antara 0,178 – 0,503 sedangkan skala *social anxiety* memiliki nilai *corrected item total correlation* sebesar 0,204 – 0,651. Nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* skala *online self-disclosure* adalah sebesar 0,690 sedangkan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* skala *online self-disclosure* adalah

sebesar 0,752.

Setelah data didapatkan, peneliti melakukan pengolahan data menggunakan *SPSS 26.0 for Windows* dan dianalisis menggunakan uji korelasi. Uji korelasi yang digunakan peneliti adalah uji korelasi non-parametrik *Kendall Tau-B*. peneliti menggunakan uji non-parametrik dikarenakan uji asumsi linieritas tidak terpenuhi.

### Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai  $r = 0,035$  dan  $p = 0,519$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara *social anxiety* dengan *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X*. Ada pula kategorisasi nilai dari responden pada skala *social anxiety* dan *online self-disclosure* adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Skor Responden pada *Online Self-Disclosure*

Kategorisasi	Batas Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	$58,74 \leq X$	5	3
Tinggi	$47,58 < X \leq 54,74$	66	40
Sedang	$36,42 < X \leq 47,58$	85	51,5
Rendah	$25,26 < X \leq 36,42$	9	5,5
Sangat Rendah	$X \leq 25,26$	0	0
<b>Total</b>		<b>165</b>	<b>100</b>

Pada tabel 1. menunjukkan hasil kategorisasi serta batasan dari *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X*. Sebanyak

85 responden (51,5%) berada pada kategori sedang, kemudian 66 responden (40%) memiliki tingkat *online self-disclosure* yang tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Responden pada *Social Anxiety*

Kategorisasi	Batas Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	$63 \leq X$	13	7,9
Tinggi	$51 < X \leq 63$	67	40,6
Sedang	$39 < X \leq 51$	67	40,6
Rendah	$27 < X \leq 39$	17	10,3
Sangat Rendah	$X \leq 27$	1	0,6
<b>Total</b>		<b>165</b>	<b>100</b>

Pada tabel 2. menunjukkan kategorisasi dan batasan *social anxiety* dari responden. Berdasarkan tabel di atas, sebanyak 67 responden (40,6%) memiliki

tingkat *social anxiety* yang tinggi dan sebanyak 67 responden (40,6%) memiliki tingkat *social anxiety* yang berada di kategori sedang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan tingkat *social anxiety* yang tinggi dan tingkat *online self-disclosure* yang sedang adalah sebanyak 35 responden (21,2%). Responden dengan tingkat *social anxiety* sedang dan tingkat *online self-disclosure* yang sedang sebanyak 39 responden (23,6%).

### Diskusi

Hasil uji hipotesis yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *social anxiety* dengan *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X* dengan nilai  $r = 0.035$  dan  $p = 0.519$  ( $p < 0.05$ ). Hasil dari penelitian ini juga didukung dengan penelitian serupa yang dilakukan Akbar & Faryansyah (2018) terkait pengaruh kecemasan sosial terhadap pengungkapan diri di media sosial pada remaja. Penelitian tersebut menunjukkan hasil tidak terdapat pengaruh signifikan antara kedua variabel. Penelitian serupa lainnya yang dilakukan oleh Sigarlaki & Nurvinkania (2022) yang meneliti terkait hubungan kecemasan sosial dan pengungkapan diri pada mahasiswi yang mendapatkan hasil tidak ada hubungan signifikan antara kedua variabel. Tidak adanya hubungan signifikan pada kedua penelitian tersebut dikarenakan terdapat ketidaksesuaian antara hipotesis dan hasil

penelitian di lapangan, dan juga terdapat dugaan adanya faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi hubungan kedua variabel tersebut. Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa faktor yang diduga berpengaruh pada hasil penelitian sehingga kedua variabel tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Peneliti mencoba menjelaskan beberapa faktor yang kemungkinan berpengaruh terhadap hasil penelitian ini, yaitu: pengungkapan diri yang dilakukan responden secara *online* berpotensi memunculkan komentar negatif dari audiens, dan kemungkinan persepsi mengenai *privacy risk* yang dimiliki responden pada orang-orang di dunia maya.

Pertama, individu tetap berpotensi mendapatkan komentar negatif dari audiens ketika mengungkapkan diri di *Twitter/X*, sehingga harus menjaga apa yang mau mereka ungkapkan (*self-disclosure*) di media sosial. Hal ini terlihat dari data pertanyaan terbuka bahwa sebanyak 47 responden (28,5%) membaca atau mendapatkan komentar dan *direct message* yang tidak menyenangkan dari pengguna lain ketika mengutarakan opini di *Twitter/X*. Sejalan dengan DeVito (2018) yang menyatakan bahwa ketika audiens yang menerima informasi lebih dari satu orang, maka individu yang

melakukan *self-disclosure* akan kesulitan dalam memonitor pengungkapan dirinya, dikarenakan respon atau pendapat dari audiens sangat beragam dan berbeda-beda. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan Voncken dkk. (2020) juga menyatakan bahwa ketika individu mendapatkan respon dan pendapat yang bervariasi dari orang lain, akan menimbulkan kecemasan yang dapat berpengaruh pada tingkat keterbukaan individu pada orang lain, karena individu tidak memiliki ekspektasi bahwa mereka akan disukai oleh orang lain yang menerima informasi yang diberikan.

Kedua, adalah faktor *privacy risk* pada audiens di media sosial. Terlihat dalam tabel 3 bahwa sebanyak 15 responden (9,1%) melakukan *self-disclosure* di *Twitter/X*, namun dengan membatasi informasi yang akan diungkapnya karena takut disalahpahami. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu yang membatasi informasi yang diungkapkan menunjukkan kurangnya rasa percaya pada audiens. Kekhawatiran individu terkait dengan privasi dirinya sesuai dengan yang dinyatakan Seo dkk. (2022) dalam penelitiannya yaitu rasa khawatir akan privasi pribadi menjadi hal yang dapat mempengaruhi individu untuk melakukan *self-disclosure*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Boer & Pratama (2022) yang menunjukkan bahwa *privacy*

*trust* akan mempengaruhi tingkat *self-disclosure* individu. *Anonymity* individu juga dapat berpengaruh pada tingkat *self-disclosure* individu di media sosial. Berdasarkan hasil penelitian terdapat 43 responden (26,1%) menyatakan bahwa mereka melakukan *self-disclosure* karena identitas mereka tidak dikenali orang lain. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Clark-Gordon dkk. (2019) yang menyatakan bahwa terdapat efek positif dari *anonymity* terhadap *self-disclosure* yang dilakukan individu di media sosial.

Hubungan antara *social anxiety* dan *online self-disclosure* juga berkaitan dengan rentang usia mahasiswa yaitu 18 - 25 tahun yang tergolong dalam *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* merupakan tahapan perkembangan yang menjembatani peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa, yang dalam tahapan ini individu memiliki tugas perkembangan untuk melakukan eksplorasi diri dan membangun relasi (Arnett, 2018). Berdasarkan hasil penelitian ini, pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa 49 responden (29,7%) mendapatkan kenalan baru melalui *Twitter/X*. Hal tersebut juga terlihat dalam penelitian yang dilakukan oleh Marchellia & Siahaan (2022) yang menyatakan media sosial sangat membantu manusia untuk menjalin pertemanan, baik



dengan orang yang sudah dikenal maupun yang baru dikenal.

Selain usia, jenis kelamin juga dapat mempengaruhi hubungan antara *social anxiety* dan *online self-disclosure*. Sebanyak 85 responden (51,5%) memiliki tingkat *online self-disclosure* yang sedang, dan 66 responden (40%) memiliki tingkat *online self-disclosure* yang tinggi. Hal tersebut dikarenakan perempuan lebih dalam untuk melakukan pengungkapan diri dibanding laki-laki (Paluckaitė & Žardeckaitė-Matulaitienė, 2012). Berdasarkan hasil penelitian juga terlihat bahwa 53 responden (32.1%) menggunakan *Twitter/X* untuk menemukan berita *update*, menarik dan menyenangkan. Selaras dengan hal tersebut, penelitian lain yang dilakukan oleh Nur (2014) menyatakan bahwa rata-rata laki-laki menggunakan internet sekedar untuk memperoleh informasi, permainan, dan hanya meluangkan sedikit waktu dalam menggunakan sosial media. Berbeda dengan responden perempuan yang cenderung menggunakan internet untuk mengakses media sosial (Nur, 2014).

Dalam penelitian ini, dikarenakan tidak adanya korelasi antara *social anxiety* dengan *online self-disclosure* yang berimbang pada kecilnya sumbangan efektif yang diberikan sebesar 0,1% yang berarti sebanyak 99,9% lainnya dapat dipengaruhi ataupun dapat dikontrol atau dimoderasi

oleh variabel-variabel lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Akbar & Faryansyah (2018) menyebutkan variabel kesepian dapat memoderasi hubungan antara *social anxiety* dan *self-disclosure*. Penelitian yang dilakukan oleh O'Day & Heimberg (2021) menegaskan bahwa ketika individu yang terisolasi secara sosial akan cenderung mengalami *loneliness*. Dalam penelitian ini, peneliti tidak melakukan kontrol pada variabel *loneliness* yang ada pada responden, sehingga kuat dugaan membuat hubungan antara *social anxiety* dan *online self-disclosure* menjadi tidak signifikan.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *social anxiety* dan *online self-disclosure* pada mahasiswa pengguna *Twitter/X*. Dalam penelitian ini diketahui bahwa responden yang memiliki tingkat *social anxiety* yang tinggi dan sedang masing-masing sebesar 67 responden (40,6%) dan tingkat *online self-disclosure* yang sedang sebesar 85 responden (51,5%). Dalam penelitian ini diduga terdapat beberapa faktor yang menyebabkan hubungan antara *social anxiety* dan *online self-disclosure* tidak signifikan, yaitu: potensi individu untuk mendapatkan komentar negatif, dan persepsi *privacy risk* yang dimiliki individu terhadap orang-orang di dunia

maya.

Saran yang dapat diberikan bagi responden adalah dapat melakukan interaksi secara langsung dengan teman, maupun orang yang dipercaya untuk melakukan *self-disclosure* sehingga dapat menurunkan tingkat *social anxiety* yang dirasakan, dan juga mempererat hubungan relasi pertemanan. Selain itu, bagi para mahasiswa pengguna *Twitter/X* agar dapat lebih bijak dan memilah informasi yang ingin diungkapkan di media sosial serta tidak langsung melakukan *judgement* terhadap apa yang diungkapkan atau dikemukakan oleh pengguna *Twitter/X* yang lain. Bagi peneliti lain yang berminat pada hal ini dapat menemukan variabel-variabel lain yang sekiranya berhubungan ataupun dapat memoderasi variabel *online self-disclosure*, seperti tipe kepribadian, kesepian, gaya komunikasi dan variabel-variabel lainnya.

#### Daftar Pustaka

- Akbar, Z., & Faryansyah, R. (2018). Pengungkapan diri di media sosial ditinjau dari kecemasan sosial pada remaja. *Ikraith-Humaniora*, 2(2), 94–99.
- Annur, C. M. (2022, July). *Pengguna twitter didominasi laki-laki pada 2021*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/07/13/pengguna-twitter-didominasi-laki-laki-pada-2021>
- Arini, D. P. (2021). Emerging adulthood: Pengembangan teori erikson mengenai teori psikososial pada abad 21. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 15(1), 11–20.
- Arnett, J. J. (2018). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach* (6th ed.). Pearson. [www.pearsonhighered.com/revel](http://www.pearsonhighered.com/revel)
- Boer, P. Y., & Pratama, M. (2022). Hubungan antara trust dengan self-disclosure pada remaja putri pengguna tiktok. *Jurnal Psikologi Jambi*, 7(2), 32–38.
- Clark-Gordon, C. V., Bowman, N. D., Goodboy, A. K., & Wright, A. (2019). Anonymity and online self-disclosure: A meta-analysis. *Communication Reports*, 32(2), 98–111. <https://doi.org/10.1080/08934215.2019.1607516>
- DeVito, J. A. (2018). *Human communication the basic course* (14th ed.). Pearson.
- Gibbs, J. L., Ellison, N. B., & Heino, R. D. (2006). Self-presentation in online personals: The role of anticipated future interaction, self-disclosure, and perceived success in internet dating. *Communication Research*, 33(2), 152–177.

- <https://doi.org/10.1177/0093650205285368>
- Hofmann, S. G., & DiBartolo, P. M. (2010). *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo, Eds.; 2nd ed.). Elsevier Inc.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri gorontalo. *Jurnal Bikotetik Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik*, 2(1), 73–114. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Kennair, L. E. O., & Kleppestø, T. H. (2018). Social anxiety. In *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science* (pp. 1–3). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6\\_694-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6_694-1)
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47(1), 66–75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4701\\_8](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4701_8)
- Lowry, P. B., Cao, J., & Everard, A. (2011). Privacy concerns versus desire for interpersonal awareness in driving the use of self-disclosure technologies: The case of instant messaging in two cultures. *Journal of Management Information Systems*, 27(4), 163–200. <https://doi.org/10.2753/MIS0742-1222270406>
- Ma, X., Hancock, J., & Naaman, M. (2016). Anonymity, intimacy and self-disclosure in social media. *Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings*, 3857–3869. <https://doi.org/10.1145/2858036.2858414>
- Marchellia, R. I. A. C., & Siahaan, C. (2022). Penggunaan Media Sosial dalam Hubungan pertemanan. *JISIP*, 11(1), 1. [www.publikasi.unitri.ac.id](http://www.publikasi.unitri.ac.id)
- Masur, P. K. (2018). Situational privacy and self-disclosure: Communication processes in online environments. In *Situational Privacy and Self-Disclosure: Communication Processes in Online Environments*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-78884-5>
- Nur, A. (2014). *Pengaruh usia, tingkat pendidikan, dan jenis kelamin terhadap perilaku konsumsi media*. Universitas Diponegoro.
- O'Day, E. B., & Heimberg, R. G. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. In *Computers in Human Behavior*

- Reports* (Vol. 3). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070>
- Ostendorf, S., Müller, S. M., & Brand, M. (2020). Neglecting long-term risks: Self-disclosure on social media and its relation to individual decision-making tendencies and problematic social-networks-use. *Frontiers in Psychology*, *11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.543388>
- Paluckaitė, U., & Žardeckaitė-Matulaitienė, K. (2012). Gender differences in self-disclosure for the unknown person on the internet communication. *Advanced Research in Scientific Areas 2012*. <https://doi.org/10.13140/2.1.5036.0328>
- Ratnasari, R., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2021). Self disclosure media sosial pada fase kehidupan dewasa awal. *Jurnal Diversita*, *7*(2), 141–147. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i2.4511>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Seo, D. B., Gharibdoust, S., & Mandl, T. (2022). Comparing factors affecting self-disclosure behavior between german and south korean sns users. *Telematics and Informatics*, *75*. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2022.101904>
- Sigarlaki, M. A., & Nurvinkania, A. A. (2022). Hubungan kecemasan sosial dengan pengungkapan diri dalam hubungan pertemanan. *Humanitas*, *6*(3), 345–362.
- Suryanto, Y., Andromeda, N., & Wiworo RIH, S. (2020). Hubungan regulasi emosi terhadap pengungkapan diri pengguna twitter rentang usia dewasa awal se-malang raya. *Psikovidya*, *24*(2), 81–93.
- Twitter. (2023). *Pertanyaan umum pengguna baru*. <https://help.twitter.com/id/resources/new-user-faq>
- Voncken, M. J., Dijk, C., Lange, W. G., Boots, L. M. M., & Roelofs, J. (2020). Behavior when socially anxious individuals expect to be (dis)liked: The role of self-disclosure and mimicry in actual likeability. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, *69*. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2020.101574>
- Zaskya, M., Boham, A., Jackelin, L., & Lotulung, H. (2021). *Twitter sebagai media mengungkapkan diri pada kalangan milenial*.