

**ARTIKEL RISET**

URL Artikel : <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jpp>

DINAMIKA NEED EXHIBITIONIST DAN AFFILIASI REMAJA YANG UPDATE STATUS DIMEDIA SOSIAL LEBIH DARI 5 KALI SEHARI

The Dynamics Of Need Exhibitionists and Those Affiliates Who Update Social Media Status More Than 5 Times A Day

Yenni Merdeka Sakti

Prodi SI Psikologi, Institut Kesehatan Helvetia Medan, Indonesia

Email Penulis Korespondensi : yennisakti23@gmail.com

Abstrak

Media sosial menawarkan berbagai fasilitas sehingga pengguna merasa bebas dan senang menyimpan berbagai pengalaman. Tindakan mengunggah foto atau video dengan intensitas sering mengganggu tercapainya perkembangan diri optimal. Penggunaan media sosial berlebihan memicu timbulnya *cyberbullying*, berupa kata merendahkan, menekan dan bernada kekerasan yang membahayakan *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan faktor yang berhubungan terhadap kecenderungan narsistik dan aktualisasi diri seseorang. Desain penelitian *cross-sectional* dengan menggunakan *simple random sampling*. Variabel independen adalah intensitas penggunaan media sosial. Variabel dependen adalah kecenderungan *need exhibitionist* dan aktualisasi diri. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan uji *Kendall's tau*. Ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecenderungan *need exhibitionist* ($p=0,005$) dan ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan aktualisasi diri ($p=0,001$). Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi akan berpengaruh pada kecenderungan *need exhibitionist* dan aktualisasi diri. Perlu adanya pengawasan dan peningkatan kualitas pendidikan kesehatan untuk menghindari penggunaan media sosial yang berlebihan dan mengoptimalkan potensi individu agar tercapai aktualisasi diri yang optimal.

Kata Kunci: Intensitas penggunaan media sosial, kecenderungan *need exhibitionist*, aktualisasi diri

Abstract

Social media offers various facilities so that users feel free and happy to save various experiences. The act of uploading photos or videos with intensity often interferes with achieving optimal self-development. Excessive use of social media triggers cyberbullying, in the form of demeaning, suppressing and violent words that endanger self-esteem. Self-esteem is a factor related to narcissistic tendencies and a person's self-actualization. The research design was cross-sectional using simple random sampling. The independent variable is the intensity of social media use. The dependent variable is the need for exhibitionist tendencies and self-actualization. The research instrument used a questionnaire and analyzed using the Kendall's tau test. There is a relationship between the intensity of social media use and the need for exhibitionist tendencies ($p=0.005$) and there is a relationship between the intensity of social media use and self-actualization ($p=0.001$). The high intensity of social media use will affect the need for exhibitionist tendencies and self-actualization. It is necessary to monitor and improve the quality of health education to avoid excessive use of social media and optimize individual potential in order to achieve optimal self-actualization.

Keywords: Intensity of social media use, need exhibitionist tendency, self-actualization

PENDAHULUAN

Masa transisi remaja melibatkan sejumlah perubahan biologis, kognitif, sosio-emosional (1). Remaja berusaha berpenampilan semenarik mungkin guna memperoleh pengakuan serta daya tarik.

Media sosial merupakan candu bagi remaja, semakin aktif di media sosial akan semakin keren dan gaul. Media sosial menawarkan berbagai fasilitas sehingga pengguna merasa bebas dan senang untuk menyimpan berbagai pengalaman. Tindakan mengunggah foto atau video dengan intensitas sering dapat mengganggu tercapainya perkembangan diri optimal. Tindakan remaja tersebut menunjukkan perilaku yang mengarah pada kepribadian narsistik (2).

Remaja dengan kecenderungan *need exhibitionist* akan menonjolkan diri menjadi seperti yang diidealkan untuk memaksimalkan interaksi sosial mereka. Narsistik sifat kepribadian yang merefleksikan waham kebesaran (*grandiose*) dan konsep diri serta pandangan hidup yang melambung. *Need exhibitionist* yang tinggi dapat menimbulkan permasalahan perilaku. *Need exhibitionist* maladaptif pada anak dan remaja berimplikasi pada tindak agresivitas, psikopatik, dan perilaku antisosial (3).

Penggunaan media sosial juga berhubungan dengan aktualisasi diri. Aktualisasi diri adalah mengejar potensi tertinggi seseorang. Sama seperti *need exhibitionist*, Aktualisasi diri mendorong tindakan seseorang untuk menggunakan media sosial. Orang dengan aktualisasi diri rendah, menggunakan internet sebagai sarana memenuhi kebutuhan aktualisasi diri. Aktualisasi diri ditunjukkan dengan aktivitas mengunggah foto, video, kegiatan pribadi, curahan hati dan *fitur* musik (4). Salah satu motif seseorang menggunakan media sosial yaitu berhubungan dengan bagaimana media sosial menjadi sebuah *motif convenience* alat yang membuat penggunaannya merasa terwakili dalam melampiaskan emosi mereka, dan motif tertinggi yaitu mengenai kepuasan diri ketika menggunakan media sosial, ini senada dengan ciri kepribadian orang mengaktualisasikan dirinya menurut Rogers yaitu, pengalaman kebebasan (*Experiential*

Freedom) (5).

Media sosial dengan pemakaian tertinggi yaitu *facebook*, diikuti *twitter*, *google+*, *linked*, *instagram*, *skype*, dan *pinterest*. *Pew Research Center* menemukan bahwa sebanyak 91% dari pemilik *smartphone* usia 18- 29 tahun menggunakan jejaring sosial(6). Di Indonesia mahasiswa secara umum berusia 18-22 tahun. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa S1 Universitas Airlangga Surabaya didapatkan mahasiswa yang memiliki risiko adiksi internet 41,2%. Penggunaan internet, khususnya media sosial pada kalangan mahasiswa merupakan aktivitas rekreasional paling populer. Mahasiswa rentan mengalami adiksi internet karena karena mahasiswa bebas dari pengawasan orang tua, memiliki waktu luang lebih banyak, universitas memberikan fasilitas internet tanpa batas. Perilaku penggunaan internet seperti penggunaan media sosial yang berlebihan, dilaporkan dapat menyebabkan penurunan signifikansi pada fungsi individu sehari-hari serta terkait kesehatan mental remaja (7).

Fakultas Keperawatan merupakan salah satu fakultas yang ada di Universitas Airlangga. *E-learning* merupakan salah satu metode pembelajaran yang ada di Fakultas Keperawatan. Metode ini mengharuskan mahasiswanya untuk menggunakan internet. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Fakultas Keperawatan kepada 10 orang mahasiswa didapatkan bahwa 100% mahasiswa memiliki akun media sosial, 50% mahasiswa mengatakan bahwa mereka menghabiskan waktu berjam-jam untuk membuka media sosial, 70% mahasiswa setiap hari melakukan upload foto maupun video di media sosial dan merasa ada yang kurang jika tidak mengupload di media sosial, 50% mahasiswa mengatakan alasan mereka menggunakan media sosial adalah untuk “pamer” kegiatan mereka kepada orang lain dan agar lebih diakui dan 60% mahasiswa mengatakan melalui media sosial mereka telah mengaktualisasikan diri mereka.

Dampak negative media sosial misalnya penipuan, pornografi, bahkan penculikan. Melalui media sosial, remaja mudah memalsukan jati diri serta kejahatan. Perilaku

narsis dikalangan remaja cenderung meningkat saat ini. Salah satu bahaya *need exhibitionist* berlebihan seperti halnya terjadi di Bondowoso, Seorang remaja LY (16) terjatuh ke dasar jurang dengan kedalaman 150 m saat sedang *selfie*. Penggunaan media sosial yang berlebihan memicu timbulnya *cyberbullying*, berupa kata merendahkan, menekan dan bernada kekerasan saat memberi komentar pada akun media sosial, yang dapat berakibat sekunder pada membahayakan *self-esteem* seseorang, dimana nantinya dapat mempengaruhi aktualisasi diri seseorang (5).

Self-esteem merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kecenderungan narsistik. Harga diri sangat penting untuk perkembangan individu menjadi individu dewasa yang matang. Individu yang narsistik suka memamerkan tentang komentar dari orang lain yang mengakui keunikannya, keberhasilannya ataupun idealisme yang dijunjung tinggi oleh dirinya. Hal tersebut dilakukan ketika individu *need exhibitionist* merasa harga dirinya mulai terancam saat menerima masukan atau kritikan yang mengoreksi kebiasaan atau pola pikirnya. Tuntutan akan perhatian yang terus menerus bukan berasal dari keegoisannya namun dari kebutuhannya untuk menyingkirkan perasaan tidak adekuat dan harga diri yang rendah (8).

Tanggapan mahasiswa tentang penggunaan media sosial adalah untuk eksis atau menunjukkan identitas diri. Sikap menunjukkan bahwa persepsi tentang intensitas penggunaan media sosial dalam berkomunikasi salah satunya adalah untuk eksistensi diri. Secara sosial ada semacam tuntutan dalam pergaulan dan interaksi dengan orang lain, oleh karena itu, supaya mereka tidak terkesan ketinggalan maka mereka memilih untuk intens menggunakan media sosial dan intens berkomunikasi sehingga pada akhirnya eksistensi mereka terlihat oleh orang lain (9). Hasil dari kedua penelitian ini didukung penelitian bahwa ada hubungan yang cukup signifikan antara aktualisasi diri terhadap intensitas penggunaan media sosial.

Individu yang mengaktualisasikan diri akan menunjukkan penggunaan media sosial yang sejajar dengan *need exhibitionist*.

Seperti *need exhibitionist*, pengaktualisasian diri pengguna media sosial selalu menghasilkan konten sebagai sarana untuk menarik perhatian (10). Mirip dengan *need exhibitionist*, aktualisasi diri dapat dilakukan melalui media sosial sebagai sarana untuk memperoleh audiens yang besar melampaui dunia fisik. Pengguna media sosial merasa penting untuk berkontribusi dan meningkatkan kehidupan orang yang mereka kenal. Kontribusi berupa berbagai informasi, pengalaman, atau pemikiran. Remaja yang mengaktualisasikan dirinya juga dapat menggunakan media sosial sebagai cara untuk menunjukkan identitas mereka kepada orang lain. Sedangkan perilaku *need exhibitionist* menggunakan media sosial untuk mempromosikan diri dan pamer “kebesaran” mereka.

Narsisisme dan aktualisasi diri adalah konstruksi yang berbeda, penelitian yang membandingkan keduanya, terutama terkait dengan penggunaan media sosial masih kurang. Perbandingan semacam itu dapat menjelaskan bagaimana penggunaan media sosial menjadi mekanisme untuk perubahan yang positif, bukan hanya alat untuk mempromosikan diri (11). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan Dinamika *need exhibitionist* dan afiliasi remaja yang update status di media sosial lebih dari 5 kali sehari.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, menggunakan desain *correlative study* dengan pendekatan *cross-sectional*. Desain penelitian ini berfokus pada waktu pengukuran data variabel-variabel hanya satu kali pada suatu saat (6). Penelitian ini akan meneliti bagaimana pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap aktualisasi diri remaja akhir, dimana pengumpulan data dilakukan dalam satu waktu. Penelitian direncanakan akan dilakukan di Fakultas Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia pada tanggal 10 sampai 25 Desember 2018.

Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia semester 1 dan 3 yang berjumlah 293 orang. Penelitian ini

memiliki kriteria inklusi dan kriteria eklusi untuk mendapatkan populasi yang *eligible* atau yang memenuhi kriteria. Metode Pengumpulan Data yaitu Data primer dalam penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan kuesioner yang telah dipersiapkan oleh peneliti berdasarkan konsep teoritisnya, dengan terlebih dahulu memberikan penjelasan singkat tentang tujuan dari penelitian serta cara pengisian kuesioner apabila ada hal – hal yang tidak dimengerti oleh responden. Data sekunder adalah data – data yang diperoleh dari dokumen Institut Kesehatan Helvetia tahun 2018 yang berhubungan dengan penelitian ini. Data yang diperoleh dari berbagai referensi yang sangat valid, seperti jurnal, *textbook*, dan sumber elektronik.

Teknik Pengumpulan Data yaitu Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui survei dengan menggunakan kuesioner yang telah dipersiapkan dan dibagikan kepada responden untuk mengetahui hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Data sekunder adalah data – data yang telah dikumpulkan dari balai pusat rehabilitasi X Binjai tahun 2020 yang berhubungan dengan penelitian ini, seperti profil perusahaan dan struktur organisasi. Data penelitian yang sudah dipublikasikan secara resmi seperti jurnal dan laporan penelitian. Analisis Data menggunakan Analisis univariat merupakan analisis yang menggambarkan distribusi frekuensi dari masing – masing jawaban

kuesioner variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*). Bentuknya tergantung dari jenis datanya. Untuk data kategorik hanya dapat menjelaskan angka atau nilai jumlah dan persentase masing – masing kelompok dan Analisis bivariat digunakan untuk mencari ada tidaknya hubungan (korelasi) masing – masing antara variabel bebas (*independent*) dengan variabel terikat (*dependent*) yang menggunakan uji statistik yang sesuai dengan skala data yang ada (6).

Uji statistik ini menggunakan analisis uji *chi square* melalui tabulasi silang dengan kepercayaan 95%. Jika $p \text{ value} \leq 0,05$ maka perhitungan secara statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara variabel *dependent* dan variabel *independent*. Sedangkan jika $p \text{ value} \geq 0,05$ maka perhitungan secara statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel *dependent* dan variabel *independent*. Serta Analisis multivariat bertujuan untuk kemaknaan korelasi antara variabel bebas (*independent*) dengan variabel terikat (*dependent*) di lokasi penelitian. Dalam analisis multivariat dapat digunakan dengan dua uji statistik yaitu *Linier Regression* dan *Binary Logistic*. *Linier Regression* dapat dilakukan bila data yang diuji terdistribusi normal, sedangkan *Binary Logistic* tidak mensyaratkan data terdistribusi normal. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Binary Logistic*.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Menunjukkan bahwa sebagian besar responden (73,1%) dalam penelitian adalah perempuan. Hampir separuh responden (40,7%) berusia 18 tahun. Pekerjaan orang tua sebagai

PNS/TNI/POLRI sebanyak 68 responden (40,7%), serta pendapatan orang tua sebesar 2.500.000-3.500.000 sebanyak 54 responden (32,2%).

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki	45	26.9
2. Perempuan	122	73.1
Umur		
1. 17 Tahun	36	21.6
2. 18 Tahun	68	40.7
3. 19 Tahun	63	37.7

Pekerjaan Orang Tua		
1. PNS/TNI/POLRI	68	40.7
2. Pedagang/Pengusaha	57	34.1
3. Profesional (Pengacara, dokter, akuntan, dll)	42	25.1
Pendapatan Orang Tua		
1. 1.000.000-2.000.000	50	29.9
2. 2.500.000-3.500.000	54	32.3
3. 4.000.000-5.500.000	47	28.1
4. > 6.000.000	16	9.6

Tabel 2. Menunjukkan bahwa hampir seluruh perangkat yang digunakan responden (99,4%) adalah *smartphone*. Jenis *smartphone* yang digunakan oleh responden adalah android sebanyak 151 responden (90,4%). Lebih dari separuh responden (51,5%) memiliki 2-3 media sosial, dan hampir separuh responden (47%) paling sering menggunakan media sosial instagram. Hampir separuh responden (41,9%) dalam sehari menggunakan media sosial selama

15-30 menit. Dalam sehari responden melakukan kegiatan upload 1 kali sebanyak 80 responden (47,9%). Aktivitas yang sering dilakukan oleh responden adalah melihat beranda sebanyak 69 responden (41,3%). Hampir separuh responden (48,5%) mengeluarkan Biaya per bulan sebesar > 60.000. Menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (59,3%) memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Penggunaan Media Sosial Responden

Karakteristik Responden	n	%
Perangkat yang digunakan		
1. Smartphone	166	99.4
2. Tablet/ PC	1	0.6
Jenis Handphone		
1. IOS	16	9.6
2. Android	151	90.4
3. Windows Phone	0	0
Jumlah Media Sosial		
1. 1	6	3.6
2. 2-3	86	51.5
3. > 3	75	44.9
Media Sosial yang Sering digunakan		
1. Facebook	29	18.4
2. Instagram	97	61.4
3. Path	2	1.3
4. Whatsapp	140	88.6
5. Pinterest	5	3.2
6. Line	3	1.9
7. Twitter	2	1.3
8. Telegram	2	1.3
9. Ask FM	2	1.3
10. Wattpad	2	1.3
Durasi Penggunaan pada Satu Waktu		
1. < 10 menit	9	5.4
2. 15-30 menit	70	41.9
3. 45-60 menit	34	20.4
4. > 60 menit	54	32.3

Frekuensi Upload konten dalam Sehari		
1. 1 kali	80	47.9
2. 2-3 kali	39	23.4
3. 4-5	32	19.2
4. > 6 kali	16	9.6
Aktivitas yang sering dilakukan		
1. Melihat Beranda	109	69
2. Update Status dan upload foto, video	92	55
3. Like, comment	125	74.8
4. Game	28	17.7
5. Menambah pertemanan	30	19
6. Mencari Informasi	16	9.6
Biaya Perbulan		
1. > 20.000	9	5.4
2. 20.000-30.000	26	15.6
3. 31.000-40.000	17	10.2
4. 41.000-50.000	34	20.4
5. > 60.000	81	48.5
Intensitas Penggunaan Media Sosial		
Tinggi	99	59.3
Rendah	68	40.7

Tabel 3. Menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki keterkaitan responden dalam mengakses media sosial yang mencakup waktu dan tenaga atau perhatian serta memiliki penghayatan yaitu bagaimana responden memahami dan menyerap informasi untuk menjadi pengetahuan yang baru dengan

kategori tinggi yaitu masing-masing sebesar (75,4%) dan (74,3%). Lebih dari separuh responden (55,1%) diketahui memiliki durasi yaitu lamanya responden untuk mengakses media sosial dengan kategori tinggi. Serta sebagian besar responden (65,9%) memiliki frekuensi dengan kategori tinggi yaitu seberapa sering responden mengakses media sosial.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Indikator Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja Akhir

Indikator Intensitas Penggunaan Media Sosial	Tinggi		Rendah	
	n	%	n	%
Perhatian	126	75.4	41	24.6
Penghayatan	124	74.3	43	25.7
Durasi	92	55.1	75	44.9
Frekuensi	110	65.9	57	34.1
Total	167	100	167	100

Tabel 4. Menunjukkan bahwa sebagian besar responden (74,3%) memiliki kecenderungan *need exhibitionist* sedang dan

sebagian kecil responden (22,2%) memiliki kecenderungan *narsime* tinggi.

Tabel 5.
Distribusi Frekuensi Kecenderungan *Need exhibitionist* pada Remaja Akhir

No	Kategori	n	%
1	Tinggi	6	3.6
2	Sedang	124	74.3
3	Rendah	37	22.2
Total		167	100

Tabel.6 Menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (56,3%) memiliki aspek *authority* atau senang dalam memimpin dengan kategori rendah. Seluruh responden (100%) memiliki aspek *self sufficiency* yang artinya individu merasa memiliki kemampuan tinggi dalam pemenuhan kebutuhan, *superiority* atau perasaan bahwa dirinya paling hebat, serta

entitlement yaitu memilih sesuai kemauan dengan kategori tinggi. Lebih dari separuh responden memiliki aspek *exhibitionism* yaitu senang dengan penampilan fisik dan *exploitattiveness* yaitu dengan menggunakan orang lain agar harga dirinya naik yang tinggi yaitu masing- masing sebesar (61,7%) dan (53,9%).

Tabel 6.
Distribusi Frekuensi Aspek-aspek Kecenderungan *Need exhibitionist* pada Remaja Akhir Fakultas Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia

Aspek-aspek Kecenderungan <i>Need exhibitionist</i>	Tinggi		Rendah	
	n	%	n	%
<i>Authority</i>	73	43.7	94	56.3
<i>Self Sufficiency</i>	167	100	0	0
<i>Superiority</i>	167	100	0	0
<i>Exhibitionism</i>	103	61.7	64	38.3
<i>Exploitattiveness</i>	90	53.9	77	46.1
<i>Entitlement</i>	167	100	0	0

Tabel 7. Menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (52,7%) memiliki aktualisasi diri positif dan kurang dari separuh

responden (47,3%) memiliki aktualisasi diri negatif

Tabel 7.
Distribusi Frekuensi Aktualisasi pada Remaja Akhir

Kategori	n	Persentase
Positif	88	52.7
Negatif	79	47.3
Total	167	100.0

Tabel 8. menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki *Self-efficacy and self-esteem* yaitu keyakinan individu serta harga diri dan *Acceptance of emotions, self-direction and trust in interpersonal relations* atau kepercayaan seseorang kepada orang lain positif masing-masing sebesar (65,9%) dan (67,7%) dan sebagian besar sesuatu responden memiliki *Autonomy* atau kebebasan individu

dalam melakukan dan *Responsibility in interpersonal relations and self-acceptance* yaitu penerimaan terhadap diri sendiri ypositif masing-masing sebesar (73,7%) dan (77,2%).

Tabel 8. hasil uji *Kendall's tau b* menginformasikan bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kecenderungan need exhibitionist. Kemudian intensitas penggunaan media sosial dengan kecenderungan need exhibitionist memiliki arti semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin tinggi

kecenderungan need exhibitionist yang dimiliki. Selain itu, interpretasi dari nilai *r* adalah sangat lemah. Jadi, terdapat hubungan yang sangat lemah antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecenderungan need exhibitionist yang sejajar dengan kekuatan sangat lemah.

Tabel 8.
Distribusi Frekuensi Aspek-aspek Aktualisasi Diri pada Remaja Akhir

Aspek-aspek Kecenderungan <i>Need exhibitionist</i>	Positif		Negative	
	n	%	n	%
<i>Self-efficacy and self-esteem</i>	110	65.9	57	34.1
<i>Autonomy</i>	123	73.7	44	26.3
<i>Acceptance of emotions, self-direction and trust in interpersonal Relations</i>	113	67.7	54	32.2
<i>Responsibility in interpersonal relations and self-acceptance</i>	129	77.2	38	22.8

Tabel 9. Menunjukkan hasil uji *Kendall's tau b* menginformasikan bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan aktualisasi diri. Kemudian intensitas penggunaan media sosial dengan kecenderungan *need exhibitionist* memiliki arti semakin tinggi intensitas

penggunaan media sosial maka akan semakin tinggi aktualisasi diri yang dimiliki. Selain itu, interpretasi dari nilai *r* adalah sangat lemah. Jadi, terdapat hubungan yang sangat lemah antara intensitas penggunaan media sosial dengan aktualisasi yang sejajar dengan kekuatan sangat lemah.

Tabel 9.
Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kecenderungan Need exhibitionist

Intensitas Sosial Penggunaan Media	Kecenderungan <i>Need exhibitionist</i>						Jumlah	<i>Uji Kendall's</i>	
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	n	%	n	%	n	%			
Tinggi	5	3%	77	46,1%	17	10,2%	99	59,3%	0,005
Rendah	1	0,6%	47	28,1%	20	12%	68	40,7%	
Total	6	3,6%	124	74,3%	37	22,2%	167	100%	

Intensitas Sosial Penggunaan Media	Aktualisasi Diri				Jumlah	<i>Uji Kendall's</i>	
	Positif		Negatif				
	n	%	n	%			
Tinggi	40	35,9%	39	23,4%	99	59,3%	0,001
Rendah	28	16,8%	40	24 %	68	40,7%	
Total	48	53,7%	79	47,3%	167	100%	

PEMBAHASAN

Gambaran Intensitas Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, diketahui dari 167 mahasiswa terdapat (59,3%) mahasiswa termasuk kedalam kategori tinggi untuk penggunaan media sosial. Menurut teori,

manusia mengembangkan makna tentang identitas mereka, hubungan, dan dunia melalui interaksinya dengan orang lain (12).

Dua dari teori itu asumsi berkaitan dengan penelitian saat ini. Pertama, individu tidak dilahirkan dengan konsep diri namun sebaliknya, mereka mengembangkan konsep diri melalui sosialisasi dan interaksi dengan

orang lain dan lingkungan mereka. Kedua, konsep diri individu memandu perilaku mereka. Artinya, orang bertindak sesuai dengan keyakinan mereka dan hindari tindakan yang tidak sejalan dengan keyakinan tersebut (13).

Pada penelitian ini ditemukan bahwa, responden mengekspresikan konsep diri mereka melalui penggunaan media sosial. Responden menggunakan profil mereka untuk mencerminkan siapa mereka dengan memposting gambar maupun video dari kegiatan mereka sehari-hari, berbagi kegiatan sehari-hari mereka, dan mengkomunikasikan selera mereka dalam musik, film, dan hobi lainnya. Hasil penelitian menunjukkan skor tertinggi ditemukan pada indikator intensitas penggunaan media sosial frekuensi. Frekuensi merupakan seberapa sering individu mengakses media sosial, pada penelitian ini diketahui bahwa dalam sehari responden bisa mengakses media sosial lebih dari 15 kali. Responden juga lebih sering berdiskusi dan bercerita melalui media sosial dengan teman-temannya dari pada berdiskusi secara langsung (14).

Hasil penelitian juga memperlihatkan sebanyak (40,7%) mahasiswa memiliki intensitas penggunaan media sosial dalam kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden terkadang merasa bosan saat bermain media sosial, serta beberapa responden mengatakan tidak suka *update* di media sosial, bahkan beberapa responden juga mulai sadar bahwa waktu mereka terus tersita hanya untuk menggunakan media sosial (15).

Penggunaan media sosial dikalangan remaja tidak lepas karena di dalam media sosial banyak fitur menarik untuk digunakan. Selain itu banyak dijumpai penelitian bahwa usia remaja merupakan usia yang paling besar sebagai pengguna internet yang di dalamnya mencakup penggunaan media sosial. Fakta tersebut menunjukkan betapa pentingnya internet di kehidupan remaja (3).

Penggunaan media sosial di kalangan remaja seringkali lebih dikarenakan remaja mudah tertarik pada sesuatu hal yang baru dan tren seperti media sosial. Media sosial ini seringkali digunakan remaja untuk menjalin pertemanan atau komunikasi dengan teman sebayanya hal tersebut sesuai pendapat yang dikemukakan Nurikhsan dan Agustin bahwa pada masa remaja merupakan masa di mana

seorang individu lebih dekat dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya, dan dengan menggunakan media sosial ini, interaksi mereka menjadi lebih mudah dan menarik (4).

Gambaran Kecenderungan *Need exhibitionist*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, diketahui bahwa dari 167 mahasiswa terdapat (3,6%) mahasiswa dalam kategori kecenderungan *need exhibitionist* yang tinggi, sebanyak (74,3%) mahasiswa dalam kategori sedang. Kategori sedang menunjukkan bahwa mahasiswa berada di antara kategori tinggi dan rendah artinya mahasiswa bisa saja memiliki keinginan untuk menjadi seorang pemimpin maupun juara namun tidak memaksakan diri untuk bisa mencapainya. Keadaan ini bukan berarti remaja dalam posisi aman, sebab perilaku mereka cenderung meningkat seiring dengan pengaruh teknologi informasi dan komunikasi (16).

Karakteristik yang khas pada perilaku *need exhibitionist* adalah *leadership (authority)* yaitu keinginan menjadi pemimpin atau seseorang yang berkuasa. Individu dengan kecenderungan kepribadian narsistik akan lebih terlihat mendominasi dapat terlihat sebagai perannya yang lebih senang memimpin atau yang lebih sering mengambil keputusan sendiri dibandingkan dengan orang lain. Hasil penelitian menunjukkan hampir separuh responden (43,7%) memiliki nilai *Authority* pada kategori tinggi. Responden memiliki keinginan untuk menjadi seseorang yang unggul namun tidak disertai dengan prestasi yang sepadan. Hasil penelitian menunjukkan responden senang jika dirinya berkuasa atas orang lain. Perilaku *need exhibitionist* biasanya berkaitan dengan berbagai masalah dan konsekuensi dengan fokus pada konsekuensi interpersonal, patologi dan implikasi dalam penanganannya. Perilaku *need exhibitionist* yang terobsesi oleh delusi fantastis keagungan dan keunggulan hingga akhirnya terjadilah persaingan. Individu sering menjadikan diri mereka sebagai yang teratas. walaupun individu *need exhibitionist* tidak memiliki kemampuan yang cukup unggul, mereka akan berusaha, berjuang, belajar, membuat, berpikir, mendesain dan bersekongkol untuk mendapatkan tujuan yang mereka inginkan

sebagai individu yang paling superior. Hal tersebut didukung data penelitian yang menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) memiliki aspek *superiority* pada kategori tinggi. Menurut Raskin dan Terry (1988) Individu dengan kepribadian kecenderungan narsistik akan lebih memiliki perasaan bahwa dirinya yang paling baik, hebat dan sempurna (5).

Individu yang membutuhkan penghargaan akan menuntut lingkungan untuk dapat mengakui dirinya sebagai individu yang unik dan superior. Untuk itu, need exhibitionist biasanya lebih banyak menunjukkan identitas diri kepada orang lain guna mendapatkan pengakuan dan kekaguman dari orang lain. Perilaku need exhibitionist dikalangan remaja cenderung dilakukan sebagai aktualisasi diri tentang eksistensi diri agar dilihat orang lain. Kecenderungan untuk dilihat orang orang lain tersebut biasanya dipublikasikan melalui media sosial (17).

Gambaran Aktualisasi Diri

Berdasarkan analisis variabel aktualisasi diri diketahui bahwa aktualisasi diri yang dimiliki mahasiswa tergolong positif yaitu sebesar (52,7%) hal tersebut diartikan bahwa mahasiswa dapat memenuhi aspek-aspek aktualisasi diri Maslow antara lain mempersepsi kehidupan atau dunianya apa adanya dan merasa nyaman dalam menjalaninya, menerima diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya, bersikap mandiri atau independen, memiliki apresiasi yang segar terhadap lingkungan sekitarnya, memiliki minat sosial (simpati, empati, altruis), bersikap demokratis (toleran, tidak realis, dan terbuka), kreatif (fleksibel, spontan, terbuka, dan tidak takut salah). Semua aspek-aspek yang telah dijelaskan memiliki persentasi yang tinggi pada kategori positif (4).

Mayoritas mahasiswa memiliki aktualisasi diri positif yang artinya para mahasiswa ini sangat berusaha untuk memaksimalkan potensi diri mereka namun belum optimal. Untuk bisa memaksimalkan potensi diri secara optimal maka perlu aktualisasi diri yang positif. Individu dengan aktualisasi diri tinggi merupakan individu yang memaksimalkan potensi dirinya secara penuh. Teori hierarki kebutuhan dasar manusia menurut Abraham Maslow yang menggambarkan aktualisasi diri sebagai puncak dari hierarki kebutuhan. Menurut

pendapat yang disampaikan oleh Maslow, seorang individu tidak atau sulit mencapai puncak hierarki kebutuhan yaitu aktualisasi diri sebelum kebutuhan di bawahnya seperti kebutuhan fisiologis, rasa aman, rasa cinta, dan harga diri terpenuhi terlebih dahulu (18).

Sepanjang kehidupan merupakan proses aktualisasi diri. Aktualisasi diri tidak pernah berakhir selama fase kehidupan. Proses aktualisasi diri berhubungan dengan aktivitas manusia yang mencakup pengalaman manusia seperti perasaan, pemikiran, penginderaan, pengetahuan serta tindakan. Hal ini didasarkan pada pembelajaran yang akan mengembangkan intuisi, persepsi, intensi, wawasan serta keterampilan. Proses belajar seumur hidup akan membentuk dan bisa menyebabkan perubahan pada kepribadian secara terus menerus (19). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kecenderungan *Need exhibitionist*.

Intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan dengan kecenderungan *need exhibitionist* kekuatan sangat lemah dan berkorelasi sejajar, dimana semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan menghasilkan kecenderungan *need exhibitionist* yang tinggi dan begitu juga sebaliknya.

Kecenderungan *need exhibitionist* tidak saja dipengaruhi oleh penggunaan media sosial salah satunya yaitu *sosio cultural*, didasari adanya anggapan masyarakat dalam lingkungan sosial tertentu mengenai tubuh ideal dan wajah menarik. Hal ini mendeskripsikan bahwa mahasiswa memiliki kriteria akan kecantikan atau ketampanan, pada indikator ini perilaku yang ditampilkan adalah keinginan untuk menjadi yang paling cantik atau tampan serta adanya kesenangan untuk melihat kecantikan atau ketampanan dengan bercermin. Jadi bisa saja seseorang memiliki kecenderungan need exhibitionist yang tinggi tetapi intensitas penggunaan media sosialnya rendah (20).

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Buffardi & Campbell (2010) menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara need exhibitionist dan penggunaan sosial media. Platform media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, *Snapchat* dan aplikasi media sosial lainnya berfungsi ideal sebagai lingkungan sosial ideal untuk individu yang menghargai dan tertarik untuk terlibat dalam kegiatan

peningkatan ego dan memungkinkan bagi individu untuk meningkatkan ego mereka berdasarkan umpan balik instan dari individu lain. Artinya individu dengan kecenderungan sifat *need exhibitionist* tinggi akan menggunakan media sosial secara berlebihan sehingga dapat memenuhi kebutuhan akan afiliasi dan menegaskan arti dari diri yang ideal. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang menunjukkan *need exhibitionist* itu secara positif terkait dengan pembaruan profil mengenai pencapaian, diet, dan olahraga (5).

Need exhibitionist adalah cinta diri dimana individu memperdulikan dirinya sendiri secara berlebihan, mempunyai keyakinan yang berlebihan tentang dirinya seperti khayalan akan keberhasilan dan kekuasaan, cinta terhadap pengakuan akan kecerdasan dan kepandaian. *Need exhibitionist* akan mempengaruhi seseorang dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya adalah memposting sesuatu seperti foto atau video ke dalam media sosialnya. Hal ini disebabkan karena *need exhibitionist* cenderung ingin mendapatkan perhatian dan kekaguman dari orang lain sehingga orang tersebut menampilkannya melalui sesuatu yang di *posting* ke media sosialnya. Hal ini didukung juga oleh penelitian yang dilakukan Simatupang menyatakan bahwa *posting* di media sosial muncul sebagai bentuk kekaguman diri sendiri atas perhatian orang lain yang diakibatkan dari banyak *like* atau komentar positif yang didapatkan dari *postingan* tersebut.

Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Aktualisasi Diri

Intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan dengan aktualisasi diri dengan kekuatan sangat lemah dan korelasi sejajar, dimana semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan menghasilkan aktualisasi diri yang tinggi dan begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan hasil analisis menyatakan bahwa ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan aktualisasi diri pada remaja, dari 167 responden 59,3% memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi, dan 52,7% responden aktualisasi diri positif. Hasil ini sesuai dengan penelitian Sikape (2014) secara kualitatif yang menunjukkan bahwa persepsi pada responden tentang intensitas penggunaan media sosial

dalam berkomunikasi salah satunya adalah untuk eksistensi diri. Secara sosial ada semacam tuntutan dalam pergaulan dan interaksi dengan orang lain, oleh karena itu agar tidak terkesan ketinggalan mereka memilih untuk intens menggunakan media sosial dan intens berkomunikasi sehingga pada akhirnya eksistensi mereka terlihat oleh orang lain.

Berdasarkan analisis variabel aktualisasi diri dapat diketahui bahwa aktualisasi diri yang dimiliki mahasiswa tergolong positif hal tersebut dapat diartikan bahwa mahasiswa dapat memenuhi aspek-aspek aktualisasi diri Maslow. Selanjutnya aktualisasi diri yang positif tidak selalu mempengaruhi intensitas penggunaan internet yang tinggi, tetapi bisa saja memiliki intensitas penggunaan media sosial yang rendah hal ini menunjukkan responden telah mampu untuk menggunakan internet secara bijak sehingga tidak mengalami kecanduan internet. Remaja pada usia ini merupakan pemikir tingkat tinggi yang memungkinkan mereka untuk berpikir tentang masa depan, beberapa alternatif evaluasi, dan merencanakan tujuan pribadi, meskipun terdapat beberapa perbedaan individu yang ditandai dalam perkembangan kognitif diantara remaja, kemampuan baru ini memungkinkan remaja untuk terlibat dalam introspeksi dan keputusan matang yang sebelumnya berada di luar kapasitas mereka. kompetensi kognitif mencakup hal-hal seperti kemampuan berpikir secara efektif, memecahkan masalah, berpikir secara abstrak dan refleksi, merencanakan masa depan.

Berdasarkan hasil data pada penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan positif dengan aktualisasi diri pada remaja akhir, artinya semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial akan diikuti pula tingginya aktualisasi diri pada remaja akhir. Begitupula sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan media sosial, maka semakin rendah pula dengan aktualisasi diri pada remaja akhir. Hal ini sesuai dengan penelitian kualitatif dari Novitasari menemukan hasil yang serupa yaitu terdapat 5 (lima) pemaknaan dalam penggunaan jejaring sosial. Pertama, makna eksistensi diri dari berbagai kegiatan yang diunggah ke dalam jejaring sosial. Kedua, makna aktualisasi diri yang berorientasi kepada tujuan yang hendak

dicapai. Ketiga, makna informasi dari berbagai aktivitas yang diunggah ke dalam jejaring sosial mampu memberikan informasi terhadap pengguna lainnya. Keempat, makna hiburan yang didapatkan dari aktivitas mengunggah berbagai macam gambar lucu serta kata-kata motivasi dan yang terakhir kelima, makna komunikasi dan menjalin silaturahmi melalui berbagi komentar dengan sesama pengguna jejaring sosial (21).

KESIMPULAN

Penggunaan media sosial dengan intensitas yang tinggi akan berhubungan dengan kecenderungan need exhibitionist pada remaja, dimana media sosial menawarkan berbagai fasilitas sehingga remaja bebas untuk menampilkan hal terbaik milik mereka. Penggunaan media sosial dengan intensitas yang tinggi akan berhubungan dengan aktualisasi diri pada remaja, dimana media sosial mampu untuk membantu dan memfasilitasi remaja dalam mencapai tujuan mereka.

SARAN

Pembimbing akademik dan bagian kemahasiswaan sebagai orang yang paling dekat dengan mahasiswa disarankan untuk meningkatkan kualitas pendidikan kesehatan khususnya dalam penggunaan HP dan media sosial secara berlebihan serta mengoptimalkan kemampuan mahasiswa agar tercapai aktualisasi diri yang optimal dengan cara : 1) Melakukan evaluasi secara berkala mengenai pelanggaran penggunaan *Handphone* pada saat jam kuliah, dan mengevaluasi pengetahuan tentang manfaat dan bahaya penggunaan media sosial yang berlebihan. 2) Mengadakan kegiatan yang dapat menyalurkan potensi yang dimiliki oleh mahasiswa sehingga dapat tercapai aktualisasi diri yang optimal. Kepada seluruh perawat, khususnya perawat komunitas dan jiwa diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penentuan pendidikan kesehatan/promosi kesehatan di lingkungan sekolah maupun poli remaja puskesmas setempat mengenai bahaya penggunaan media sosial yang berlebihan, dan pentingnya mengoptimalkan potensi yang dimiliki untuk mencapai aktualisasi diri yang positif. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian serupa lebih lanjut dengan mengambil wilayah penelitian yang lebih luas, sampel lebih banyak, dan rancangan

penelitian yang lebih kompleks seperti etnografi, ataupun eksperimen modifikasi. Sehingga didapatkan hasil yang lebih optimal dan dapat digeneralisasi pada wilayah yang lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Pimpinan Institut Kesehatan Helvetia Medan atas izin yang diberikan untuk dapat melaksanakan penelitian, serta terima kasih kepada mahasiswa atas izin yang diberikan untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Inriani PM. Hubungan Pola Asuh Orangtua dengan Gaya Kelekatkan pada Remaja Awal. *Calypra*. 2019;8(1):1539–57.
2. Pratiwi RD, Asrori M, Yuline Y. Analisis Perilaku Narsisme pada Peserta Didik Kelas XII MIPA Man 2 Pontianak Tahun 2019. *J Pendidik dan Pembelajaran Khatulistiwa*. 9(2).
3. Engkus E, Hikmat H, Saminnurahmat K. Perilaku Narsis pada Media Sosial di Kalangan Remaja dan Upaya Penanggulangannya. *J Penelit Komun*. 2017;20(2).
4. Hikmat H. Bimbingan Akhlakul Karimah dan Perilaku Narsisme Remaja. *Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)*. 2016;15(2):207–24.
5. Illahi U, Neviyarni N, Said A, Ardi Z. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan perilaku Agresif Remaja dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *JRTI (Jurnal Ris Tindakan Indones)*. 2018;3(2):68–74.
6. Iman M. Pemanfaatan SPSS dalam Penelitian Bidang Kesehatan & Umum. Suroyo RB, Editor. Bandung: Ciptapusaka Media Perintis; 2012.
7. Hardika J, Noviekayati I, Saragih S. Hubungan Self-Esteem dan Kesepian dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelit Dan Pemikir Psikologi)*. 2019;14(1):1–13.
8. Kusuma AB, Setyanto AT, Khasan M. Kontrol Diri dan Kecenderungan Narsistik pada Pengguna Media Sosial Instagram. *Intuisi J Psikol Ilm*.

- 2019;11(1):31–6.
9. Widiyanti W, Solehuddin M, Saomah A. Profil Perilaku Narsisme Remaja Serta Implikasinya Bagi Bimbingan dan Konseling. *Indones J Educ Couns*. 2017;1(1):15–26.
 10. Tenriawaru A, Wicaksono B, Saniatuzzulfa R. Hubungan Antara Kecenderungan Kepribadian Narsistik dan Financial Literacy dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa. *Wacana*. 2018;10(2).
 11. Laeli AN, Sartika E, Rahman FN, Fatchurrahmi R. Hubungan Kontrol Diri dan Harga Diri terhadap Kecenderungan Narsistik pada Mahasiswa Semester Awal Pengguna Instagram. *Psikologika J Pemikir dan Penelit Psikol*. 2018;23(1):27–40.
 12. Ainiyah N. Remaja Millennial dan Media Sosial: Media Sosial Sebagai Media Informasi Pendidikan Bagi Remaja Millennial. *J Pendidik Islam Indones*. 2018;2(2):221–36.
 13. Cahyono AS. Pengaruh Media Sosial terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. *J Publiciana*. 2016;9(1):140–57.
 14. Darmawan SB. Hubungan Gaya Asuh Orang Tua dengan Tingkat Kecerdasan Emosi Remaja di SMP Negeri 1 Kalisat Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.e-Skripsi Universitas Jmcer 2016;
 15. Sabekti R, Yusuf A, Pradanie R. Aktualisasi Diri dan Kecenderungan Narsisme Pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial. *Psychiatry Nurs J (Jurnal Keperawatan Jiwa)*. 2019;1(1):7–13.
 16. Hasanah N, Kumalasari D. Penggunaan Handphone dan Hubungan Teman pada Perilaku Sosial Siswa SMP Muhammadiyah Luwuk Sulawesi Tengah. *Harmon Sos J Pendidik IPS*. 2015;2(1):55–70.
 17. Arianti R, Islam HJP. Hubungan Minat Selfie terhadap Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik Pada Siswa-Siswi di SMPN 7 Kelas VIII Banjarmasin. *Jurnal*. 2015;
 18. Astuti AP, Rps ANu. Teknologi Komunikasi dan Perilaku Remaja. *J Anal Sociol*. 2014;3(1).
 19. Iman N. Kajian Semiotika Fotografi Selfie. *J Pendidik Seni Rupa Undiksha*. 2016;6(2).
 20. Sofiana S, Muhammad R, Sartika E. Digital Parenting untuk Menumbuhkan Online Reselience pada Remaja. *Syi'ar J Ilmu Komunikasi, Penyul Dan Bimbing Masy Islam*. 2021;4(1):63–79.
 21. Mutmainnah AN, Islam N. Penggunaan Gadget terhadap Perilaku dan Intensitas Komunikasi Keluarga (Studi Kasus Kecamatan Soreang Kota Parepare). *Komunida Media Komun dan Dakwah*. 2019;9(2):143–60.