



Penggunaan Media Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja

The Use Of Social Media On Adolescent Self Confidence

¹Annisa Arumaisyah Daulay, ²Imam Sahroni, ³Indah Suci Fajariah & ⁴Illisa Alvi

^{1,2,3&4} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Sumatera Utara, Indonesia.

ARTIKEL INFO

Diterima
Desember 2022

Dipublikasi
Maret 2023

ABSTRAK

Media sosial bagi remaja sudah menjadi candu yang membuat penggunaannya tiada hari tana. Media sosial ini hadir sejalan dengan perkembangan teknologi informasi. Dengan menggunakan media sosial, seseorang bebas berkomentar dan membagikan pendapat dengan pengguna lain. Walaupun media sosial itu sering dipakai untuk menciptakan perasaan baik, tanpa sadar media sosial juga dapat menjadi boomerang bagi mereka sendiri sehingga dapat menimbulkan hal buruk. Dalam penelitian ini memakai metode penelitian kualitatif deskriptif, yaitu dengan menyebarkan angket kepada 10 responden remaja berusia sekitar 15-20 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan dari media sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja dan mengetahui dampak dari media sosial. Hasil dari penelitian ini ialah bahwasannya media sosial berdampak positif dan negatif tergantung penggunaannya.

Kata Kunci : Remaja, Percaya Diri, Dampak Media Sosial

ABSTRACT

Social media among teenagers has become an addiction that makes its users go a day without opening social media. This social media is present in line with the development of information technology. By using social media, one is free to comment and share opinions with other users. Even though social media is often used to create good feelings, without realizing it, social media can also become a boomerang for themselves so that it can cause bad things. In this study using a descriptive qualitative research method, namely by distributing questionnaires to 10 teenage respondents aged around 15-20 years. This study aims to determine the use of social media on self-confidence in adolescents and determine the impact of social media. The results of this study are that social media has positive and negative impacts depending on its users.

*e-mail :

annisaarumaisyah@gmail.com¹

imamsyahr51@gmail.com²

indahsucifajariah@gmail.com³

illisaalvi02@gmail.com⁴

Keywords: Teenagers, Self-confident, Social Media Impact

PENDAHULUAN

Media sosial pada saat sekarang ini sudah menjadi kebutuhan setiap orang. Dalam media sosial seseorang bebas ingin mengeksplor banyak hal tentang dirinya dan berekspresi, terlebih pada remaja, hal ini tentunya yang menjadikan media sosial sebagai salah satu bentuk pengaruh terhadap kepercayaan diri remaja. (Putri et al., 2016) Media sosial juga merupakan situs dimana seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain, terhubung dengan dunia luar hanya dengan media sosial, saling bertukar informasi, dan melakukan komunikasi, media sosial juga mengajak siapa saja yang tertarik untuk bergabung dan berpartisipasi dengan sama-sama memberikan *feedback* secara terbuka. (Fronika, 2019).

Pada umumnya remaja menghabiskan waktu mereka hanya dengan bermain media sosial, hal ini tentunya dapat menjadikan permasalahan yang serius apabila tidak adanya pengawasan yang serius dari keluarga dan pihak tertentu, dimana remaja pada dasarnya adalah rentan berbuat hal yang negatif. Hal ini dikarenakan remaja merupakan masa peralihan yang dimana pada masa ini mental dan fisik juga berubah, pada fase ini pencapaian identitas diri sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak, idealistis, dan semakin banyak menghabiskan waktu diluar keluarga. (Diananda, 2019) dengan demikian remaja harus mampu mengarahkan dirinya kepada situasi yang ia harap dapat membuat dirinya sama dengan teman seusianya. namun media sosial apabila tidak dapat di awasi dalam penggunaannya terhadap remaja justru akan mempengaruhi sikap dan perilaku remaja tersebut. (Rifqi Agianto, Anggi Setiawati, 2020)

Rasa peraya diri yang dimiliki oleh seorang remaja pada dasarnya adalah kecil, hal ini dikarenakan remaja lebih memperhatikan penampilan diri pada penilaian orang lain terhadap dirinya, hal inilah yang menjadikan remaja sering tidak peraya diri dalam melakukan aktivitas seperti biasa, ketidak

perayaan diri ini juga didasari oleh rasa ingin dipuji dan diperhatikan oleh orang lain, hal ini tentunya yang menjadikan remaja menjadikan media sosialnya untuk dapat meningkatkan rasa peraya diri tersebut. Dan di era saat sekarang ini merupakan era yang hamper semua kalangan remaja memiliki akun media sosial, karena dalam media sosial tersebut seorang remaja bebas mengekspresikan dirinya.

Seiring berkembangnya zaman, media sosial ini justru malah semakin dekat dengan kehidupan remaja, seorang remaja yang hiperaktif menggunakan media sosial biasa melakukan kegiatan seperti memposting foto, dan bertukar pesan dengan remaja lainnya yang juga menggunakan media sosial, hal ini yang menjadikan media sosial pada remaja menjadi sangat dekat.

Adapun dampak penggunaan media sosial bagi rasa peraya diri remaja ialah dengan media sosial yang luas yang dimana seorang remaja akan dapat menemukan teman yang sama seperti dengannya, mulai dari hobi, *fashions* atau mungkin teman bertukar cerita, Kesukaan dan menemukan banyak hal dalam bersosial media. Hal inilah yang menjadikan penggunaan sosial media sebagai pengaruh terhadap kepercayaan diri remaja.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode yang dilakukan pada kajian penelitian ini ialah kualitatif deskriptif. Kualitatif deskriptif adalah penelitian yang menafsirkan kejadian yang menggambarkan secara naratif terhadap kegiatan yang dilakukan. Data yang disajikan berbentuk kata atau gambar yang berisi kutipan fakta yang di ungkap berdasarkan hasil penelitian di lapangan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan menyebarkan angket. Sumber data dari penelitian ini ialah remaja yang berusia rentang 15-20 tahun. Beberapa Sampel yang digunakan untuk penelitian ini ialah 10 orang remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

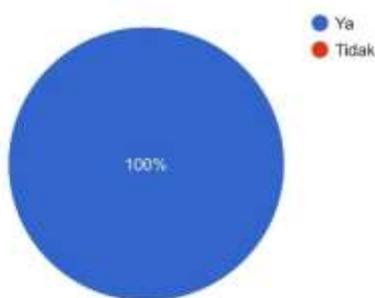
Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang dilaksanakan pada tanggal 14-16 desember tahun 2022 mengguakan *kuesioner* melalui *google form*. Terdapat 10 orang responden dengan rentang usia 15-20 tahun. Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara dan menyebarkan angket yang diberikan kepada responden.

Responden pada penelitian ini sebagian besar merupakan remaja usia 18 tahun. Jenis kelamin di dominasi oleh perempuan dengan presentasi 70% dan laki-laki 30%.

Pada pertanyaan pertama yaitu Apakah kamu memiliki akun media sosial?

1. Apakah kamu memiliki akun media sosial? 

10 jawaban

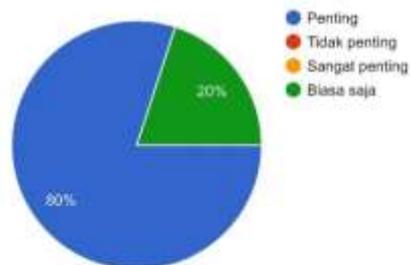


Berdasarkan pertanyaan pertama dan hasil dari responden, menyatakan bahwasanya 100% memiliki akun sosial media. Dapat disimpulkan bahwasanya seluruh responden memiliki akan media sosial.

Pertanyaan kedua yaitu seberapa penting media sosial terhadap diri sendiri?

2. Seberapa penting media sosial terhadap diri sendiri? 

10 jawaban



Berdasarkan hasil pertanyaan kedua, sebanyak 80% menyatakan media sosial itu penting bagi diri sendiri, sedangkan sisanya yaitu 20% menyatakan bahwa media sosial biasa saja, yaitu tidak terlalu penting bagi diri sendiri. Dapat ditarik kesimpulan bahwa media sosial penting untuk diri sendiri.

Pertanyaan selanjutnya ialah berapa jam perhari anda bermain media sosial?

3. Berapa jam perhari anda bermain media sosial?

10 jawaban



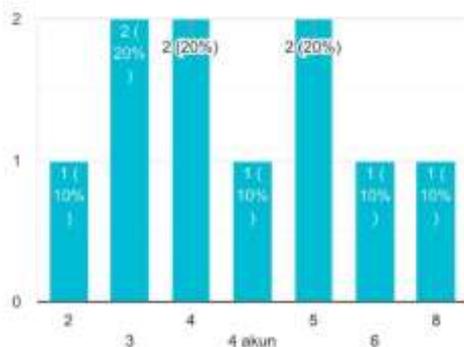
Berdasarkan hasil pertanyaan ke tiga menyatakan bahwa sebagian remaja menghabiskan waktunya sekitar 7-12 jam untuk bermain media sosial, dan yang lainnya

menghabiskan waktu sekitar 4 jam untuk bermain media sosial. Dapat disimpulkan bahwa sebagian remaja lebih banyak menghabiskan waktunya bermain media sosial sampai 7-12 jam per hari.

Pertanyaan keempat yaitu berapa akun media sosial yang anda miliki?

4. Berapa akun media sosial yang anda miliki? [Salin](#)

10 jawaban

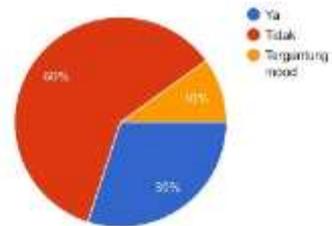


Berdasarkan hasil pertanyaan keempat, 20% remaja memiliki 3 akun media sosial, 20% remaja memiliki 4 akun media sosial, 20% remaja memiliki 6 akun media sosial, dan yang lainnya 10% memiliki 2,5,7,8 akun media sosial. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar hasil dari diagram menyatakan bahwa remaja banyak menggunakan akun media sosial hingga 6 akun media sosial. Alasan saya memasukkan pertanyaan tersebut pada artikel ini karena media sosial dan banyaknya akun media sosial yang dimiliki remaja berpengaruh pada waktu yang tergunakan untuk bermain media sosial per harinya.

Pertanyaan kelima yaitu apakah anda sering memposting foto pribadi akun media sosial yang anda miliki?

5. Apakah anda sering memposting foto pribadi di akun media sosial yang anda miliki? [Salin](#)

10 jawaban

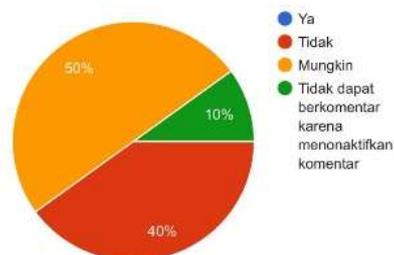


Berdasarkan hasil pertanyaan kelima menyatakan bahwa, 60% tidak memposting foto pribadi di akun media sosial, 30% memposting foto pribadinya ke akun media sosial, dan yang lainnya 10% tergantung situasi dan keadaan untuk memposting foto pribadinya di akun media sosial. Terbukti bahwa sebagian besar remaja tidak memposting pribadinya ke akun media sosial.

Pertanyaan keenam yaitu apakah kamu sering mendapat komentar positif tentang postingan anda di mmedia sosial yang anda miliki?

6. Apakah kamu sering mendapat komentar positif tentang postingan anda di media sosial yang anda miliki? [Salin](#)

10 jawaban



Berdasarkan hasil pertanyaan ke enam menyatakan bahwa 50% mungkin mendapat komentar positif, 40% tidak mendapatkan komentar positif dan 10% lainnya tidak

mendapat komentar karena mematikan fitur komentar pada akun media sosialnya.

Pertanyaan terakhir adalah apakah anda pernah merasa tidak percaya diri dengan foto atau vidio yang anda posting di akun media sosial yang kamu miliki?

Berdasarkan pertanyaan ke tujuh hasil presentase menyatakan 60%remaja merasa tidak percaya diri dengan foto atau vidio yang ia unggah di akun media sosial. Dan 40% lainnya mengatakan percaya diri dengan postingan di akun media sosial.

Dari hasil tersebut menjelaskan bahwa pengguna media sosial untuk meningkatkan kepercayaan diri sangatlah berpengaruh terhadap keyakinan dan kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab, realistis dan rasional. Lautser mengemukakan bahwa ada beberapa dampak terhadap kepercayaan diri tersebut diantaranya :

- a) Keyakinan kemampuan diri
- b) Optimis
- c) Objektif
- d) Bertanggung jawab
- e) rasional

Media sosial adalah media online yang para penggunanya bisa saling berpartisipasi, berbagi, berkomunikasi dan dalam kasus tertentu saling berkolaborasi atau bermain. Menurut Meike dan Young dalam nasrullah (2015), menyatakan bahwa media sosial adalah sebagai konvergensi antara komunikasi personal dalam arti saling berbagi diantara individu (*to be share one-to-one*) dan media publik untuk membagikan apa saja tanpa ada kekhususan individu. (Setiadi, 2014).

Kartajaya menjelaskan bahwa media sosial adalah perpaduan sosiologi dan teknologi yang mengubah monolog (*one to many*) menjadi dialog (*many to many*) dan demokrasi informasi yang mengubah orang-orang dari pembuka konten menjadi penerbit konten. (Harahap & Adeni, 2020). Pendapat lain menyatakan bahwa media sosial adalah media *online* yang mendukung interaksi sosial dan media sosial

menggunakan teknologi berbasis web dengan mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif.

Dapat disimpulkan, dengan sosial media bisa digunakan berbagai aktifitas dua arah dari berbagai betuk dan saling berkenalan berupa teks, visual maupun audiovisual.

Menurut Romel tea (2004), media online terbagi menjadi 2 yaitu :

1. Media online secara umum

Media online secara umum adalah suatu ragam atau bentuk media yang bisa didapat melalui jaringan internet yang mengandung tulisan, foto, video, dan suara. Bisa disimpulkan bahwasanya yang termasuk kedalam media online secara umum seperti facebook, email, instagram, whatsapp, atau media sosial lainnya.

2. Media online secara khusus

Secara khusus, media online adalah ragam media dalam bentuk komunikasi massa. Dengan demikian, media dapat diartikan secara khusus sebagai media pers atau media majalah online seperti portal, radio online dan televisi online.

Karakteristik Media Sosial Nasrullah (2015) menyebutkan ciri-ciri jejaring sosial sebagai berikut : (a) Jaringan (*network*) adalah suatu infrastruktur yang mengaitkan komputer dengan perangkat lain. Hubungan ini dapat tercipta dengan menghubungkan computer, (b) Informasi merupakan bentuk pokok dalam media sosial, sebab yang menggunakan media sosial membuat identitasnya, menghasilkan konten dan juga berkomunikasi sesuai informasi, (c) Arsip adalah gambar yang menjelaskan sesungguhnya informasi disimpan dan dapat diakses kapan saja dan di perangkat apa saja. (Setiadi, 2014)

Penggunaan media sosial tersebut, tentu ada dua dampak yang menjadi pengaruh dari media sosial tersebut :

A. pengaruh positif dalam peggunaan media sosial adalah :

1. Mempermudah seseorang dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan mudah.
 2. Dengan adanya media sosial dan perkembangan teknologi, sangat membantu dalam memanfaatkan media sosial sebagai media untuk memajukan dan memperluas pengetahuan dan informasi
 3. Memudahkan pengguna media sosial dalam memperluas informasi dan berita.
 4. dengan adanya media sosial mampu menjadikan individu kreatif dalam membuat konten dan mempromosikan.
 5. Memudahkan para pengguna media sosial untuk dapat terhubung dengan komunitas dan keluarga.
 6. Media sosial sebagai pemberian layanan informasi dan tempat berinteraksi secara *online*.
- B. Dampak negatif dalam penggunaan media sosial yaitu :
1. Kurang percaya diri. Maksud dari kurang percaya diri ini ialah seorang individu cenderung menilai dirinya atas pencapaian orang lain. Selalu kurang puas dengan apa yang dia punya, yang menyebabkan ia malu atau tidak percaya diri di kehidupan sosial.
 2. Depresi. Efek lain dari media sosial adalah depresi yang disebabkan oleh ketidakmampuannya seseorang dalam menjalin hubungan dan pertemanan. Pengguna lebih cenderung ingin menunjukkan kesuksesan daripada jujur.
 3. Kegiatan kriminal. Yaitu yang mempergunakan media sosial untuk menyembunyikan identitas dirinya. Mereka memakai media sosial untuk berbagai kejahatan yaitu : intimidasi online, perdagangan manusia, penipuan dan perdagangan obat-obatan terlarang. (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021)
- Kepercayaan diri adalah aspek kepribadian yang berupa keyakinan atas suatu kesanggupan diri seseorang sehingga tidak goyah oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak,

gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. (Riyanti & Darwis, 2021).

Menurut Spenceer bahwa kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*). Sedangkan Surya menyatakan bahwa percaya diri ini bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertindak laku. Sedangkan Lauster menjelaskan kepercayaan diri adalah sebuah perbuatan atau perasaan yakin pada kemampuan diri sendiri sampai orang yang bersangkutan tidak begitu cemas dalam tindakannya, sehingga dapat merasa bebas untuk melakukan hal yang disukainya dan hangat dalam berinteraksi kepada orang lain. (Rais, 2022). Menurut Rosenberg, aspek-aspek kepercayaan diri ialah : (a) Keyakinan pada kemampuan diri, kepercayaan diri bahwasanya seseorang dapat berhasil melakukan suatu hal tanpa bantuan orang lain, (b) Optimis, individu senantiasa bersikap positif dan tidak mudah menyerah, (c) Menerima Apa adanya. menerima kenyataan yang terjadi dengan bahagia dan lapang dada (Amin, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari beberapa kesimpulan tersebut, maka penggunaan media sosial bagi kepercayaan diri remaja ialah sangat berpengaruh, hal tersebut juga berdasarkan melalui hasil pendapat para ahli yang dimana penggunaan media sosial terhadap kepercayaan diri remaja membentuk dua arah. Arah positif apabila seorang remaja tersebut mampu dengan baik mengelola media sosial yang ia miliki dalam penggunaan media sosial terhadap kepercayaan diri remaja. Dan begitu pula sebaliknya media sosial ini juga akan menjadi hal negatif apabila seorang remaja tidak mampu secara baik mengelola media sosial yang ia miliki dalam upaya penggunaan media sosial terhadap kepercayaan berdasarkan pembahasan dan kajian penulis akan

memberikan saran kepada pembaca agar mampu menjadikan media sosial sebagai dampak positif bagi diri sendiri. Begitupun penulis mengharapkan saran dari pembaca agar penulis mampu mengkoreksi dan lebih baik dalam menyajikan hasil kajian baik penelitian maupun hasil temuan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, A. (2018). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja. *Psikologi*, 5(2), 79–85.
- Harahap, M. A., & Adeni, S. (2020). Tren penggunaan media sosial selama pandemi di Indonesia. *Jurnal Professional FIS UNIVED*, 7(2), 13–23.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>
- Rifqi Agianto, Anggi Setiawati, R. F. (2020). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Dan Etika Remaja. *TEMATIK-Jurnal Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 7(2), 130–139.
- Riyanti, C., & Darwis, R. S. (2021). Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Dengan Metode Cognitive Restructuring. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 569. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i3.32150>
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Setiadi, A. (2014). Pemanfaatan media sosial untuk efektifitas komunikasi. *Jurnal Ilmiah Matrik*, 16(1).