

## Self-disclosure pada remaja pengguna tik-tok: Bagaimana peranan kecerdasan emosi?

Ellya Agus Rahmawati<sup>1</sup>, Herlan Pratikto<sup>2\*</sup>, Akta Ririn Aristawati<sup>3</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

\*E-mail: [herlanpratikto@untag-sby.ac.id](mailto:herlanpratikto@untag-sby.ac.id)

<b>Published:</b> 4 Feb 2023	<p><b>Abstract</b></p> <p><i>Many teenagers do not understand self-disclosure, which makes them oversharing on social media which can have negative impacts, namely mass media bullying and criminal acts. The purpose of this study is to determine the relationship between emotional intelligence and self-disclosure in adolescents who use the tik-tok application. Subjects in this study amounted to 123 people consisting of women and men. The data collection tool used is a Likert scale. The results of hypothesis testing using Spearman's rho obtained a correlation coefficient of 0.302 with a significance of 0.001 (&lt;0.05). This means that there is a significant positive correlation between emotional intelligence and self-disclosure. Which means the higher the emotional intelligence, the higher the self-disclosure management. Otherwise, the lower the emotional intelligence, the lower the self-disclosure management.</i></p> <p><b>Keywords:</b> emotional intelligence; self-disclosure; social media; teenagers; tik-tok application.</p>
	<p><b>Abstrak</b></p> <p><i>Banyak para remaja yang tidak mengerti mengenai self disclosure sehingga membuat mereka oversharing dimedia sosial yang dapat menyebabkan dampak negatif yaitu pembullyan dimedia massa dan tindak kriminal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan self disclosure pada remaja pengguna aplikasi tik-tok. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 123 orang yang terdiri dari perempuan dan laki-laki. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala likert. Hasil uji hipotesis menggunakan Spearman's rho yang memperoleh nilai koefisiensi korelasi sebesar 0,302 dengan signifikansi 0,001 (&lt; 0,05). Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan self disclosure. Yang artinya semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi dalam mengelola self disclosure. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin rendah juga dalam mengelola self disclosure.</i></p> <p><b>Kata kunci:</b> aplikasi tik-tok; kecerdasan emosional; media sosial; remaja; self disclosure.</p>

Copyright © 2023. Ellya Agus Rahmawati, Herlan Pratikto, Akta Ririn Aristawati

## Pendahuluan

Setiap tahap atau fase usia memiliki tugas perkembangan yang berbeda-beda begitupun dengan fase remaja yang memiliki tugas perkembangan yang salah satunya yaitu mencapai kemandirian emosional. Pada masa transisi ini remaja dihadapkan dengan permasalahan-permasalahan tentang penguasaan diri dan kestabilan emosi. Masa remaja ditandai dengan adanya perubahan fisik, sosial, emosional, dan kognitif. Pada masa ini, remaja berada pada fase pencarian jati diri, yang mana ia akan berusaha mengekspresikan dirinya terhadap lingkungan sosial. Mengekspresikan diri dan emosional melalui tik-tok adalah hal yang umum. Karena aplikasi tik-tok dibuat juga salah satunya untuk dijadikan sebagai wadah penggunaannya dalam mengekspresikan diri. Tetapi tidak banyak dari para remaja dapat mengontrol diri untuk mempublikasi tentang diri mereka. Hal ini bisa juga disebut dengan pengungkapan diri (*self disclosure*). Dalam melakukan *Self Disclosure* secara berlebihan seperti *oversharing* dapat menimbulkan dampak negatif baik dalam dunia maya maupun dunia nyata. Oleh sebab itu dibutuhkan batasan-batasan dan kontrol yang baik dalam melakukan *self disclosure*.

Wheeless (Sakinah, 2021) mengungkapkan pengertian *self disclosure* yang merupakan sebuah acuan dalam diri yang dikomunikasikan kepada orang lain melalui lisan atau tulisan. Sedangkan Devito (Fiona & Hairul, 2017) mengemukakan *self disclosure* adalah salah satu bentuk komunikasi mengenai informasi diri yang biasanya dapat dirahasiakan maupun dibagikan kepada orang lain. Beberapa aspek *self disclosure* menurut Wheelless, L. R. & Grotz (Sakinah, 2021) meliputi : *Intent to disclosure, amount of disclosure, positif- negatif nature of disclosure, honesty of disclosure, dan control of depth of disclosure*. Menjadi individu yang terbuka merupakan hal baik tetapi disamping itu para remaja harus mengerti bahwa hal tersebut juga harus ada batasan-batasannya. Karena kehidupan bersosial media tidak dapat dikontrol arus globalisasinya dan terdapat beberapa dampak negatif yang mungkin terjadi seperti, dapat terjadinya perundungan atau bullying di media massa, dapat membuka terjadinya kesempatan tindak kriminal, terjadinya pencurian data pribadi.

Kenyamanan dalam melakukan *self disclosure* ini disebabkan oleh beberapa faktor yakni presentasi diri, adanya rasa nyaman dalam mengelola hubungan, adanya rasa senang dan nikmat dalam menggunakan media sosial, adanya pengaruh sosial, memiliki kepercayaan terhadap media sosial, dan *perceived control*. *Perceived control* ini masih berkaitan erat dengan kecerdasan emosional Menurut John D Mayer dan Peter Salovey dalam Cut Maitrianti (2021) Kecerdasan Emosi merupakan serangkaian kemampuan yang berfokus untuk merasakan, menggunakan, mengenali, mengingat, mengatur, dan memahami emosi-emosi yang ada dalam setiap diri seseorang. Adapun aspek-aspek dalam kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Salovey (dalam Daniel Goleman, 2004) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat mengontrol, memahami, dan mengelola emosi positif dan negative secara baik dan bijak.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berpendapat bahwa kecerdasan emosional dapat menjadi salah satu cara untuk mengontrol perilaku *self disclosure* di media sosial, maka dari itu hipotesis dalam penelitian ini yakni, terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dan *self disclosure* pada remaja pengguna aplikasi tik-tok.

## Metode

### Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang sistematis, terstruktur, dan menekankan pada data yang berupa angka yang diolah menggunakan metode statistika. Penelitian ini menggunakan teknik penelitian korelasional. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dilakukan oleh berbagai bidang dengan upaya untuk menafsirkan hubungan antar variabel (Emzir, 2022).

### Partisipan Penelitian

Subyek penelitian merupakan sebuah informasi yang dapat digali tentang fakta-fakta yang berada dilapangan. Subyek dalam penelitian ini adalah remaja dengan rentan usia 16-24 yang memiliki dan aktif dalam penggunaan aplikasi tik-tok. Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan data yaitu *purposive sampling*, dengan jumlah partisipan 123 orang.

### Instrumen

Instrumen penelitian dapat digunakan dalam pengukuran nilai dalam variable yang diteliti dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat. Oleh karena itu setiap instrument harus mempunyai skala. Dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dalam pengukuran kecerdasan emosional dan *self disclosure*. Skala *likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok mengenai fenomena yang sedang terjadi (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini untuk menguji validitas dan reliabilitas yaitu menggunakan *IBM SPSS for windows versi 26.0*.

### Teknik Analisis Data

Penelitian ini dilaksanakan dengan cara membagikan angket atau kuesioner pada remaja dengan rentan usia 16-24 tahun yang aktif dalam penggunaan aplikasi tik-tok. Teknik yang digunakan dalam analisis data pada penelitian ini adalah *Spearman's Rho* sebagai prasyarat uji hipotesis yang akan digunakan sebagai bahan penelitian dengan menggunakan *IBM SPSS for windows versi 26.0*. Berdasarkan uji prasyarat yang mana uji tidak lolos, maka jenis data adalah *non parametric*.

## Hasil

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November dengan menyebarkan kuesioner melalui media massa menggunakan google form. Pada penelitian ini menghasilkan responden sebesar 123 orang. Melalui hasil uji prasyarat yang telah dilakukan hasil data yang dihasilkan berdistribusi tidak normal, sehingga analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *spearman's rho*.

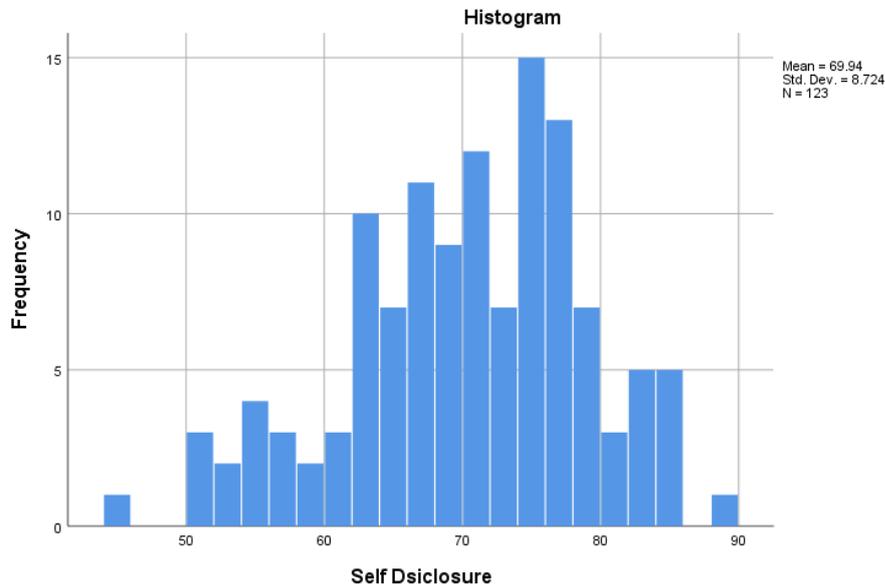
**Tabel 1**

Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
df	Sig.	Keterangan
123	.032	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> dengan signifikansi  $p = 0,032$  ( $p < 0,05$ ) Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data memiliki distribusi yang tidak normal.

**Gambar 1.** Histogram Uji Normalitas *Self Disclosure* (sumber: output SPSS)



**Tabel 2**  
**Uji Linieritas**

<b>F</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
1.336	.147	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas menunjukkan bahwa hubungan antara variabel kecerdasan emosional dengan *self disclosure* menghasilkan nilai koefisien  $F = 1.336$  dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,147$  ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki hubungan yang linier.

**Tabel 3**  
**Uji Hipotesis**

<b>Variabel</b>	<b>Spearman's Rho</b>	<b>Sig.</b>
Kecerdasan Emosional* <i>Self Disclosure</i>	.302	.001

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan *self disclosure*. Diperoleh hasil nilai koefisien korelasi sebesar 0.302 yang berarti terdapat hubungan positif antara variabel kecerdasan emosional dengan *self disclosure*, dengan nilai signifikansi 0.001 ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel kecerdasan emosional dengan *self disclosure*. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara

kecerdasan emosional dengan *self disclosure* yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional individu maka akan semakin tinggi juga kontrol individu dalam melakukan *self disclosure*.

Tabel 5

## Analisis Deskriptif Skala Kecerdasan Emosional

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kecerdasan Emosi	Tinggi Sekali	8	7%
	Tinggi	26	21%
	Sedang	59	48%
	Rendah	26	21%
	Rendah Sekali	4	3%

Tabel 6

## Analisis Deskriptif Skala Self Disclosure

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Self Disclosure	Tinggi Sekali	1	1%
	Tinggi	42	34%
	Sedang	48	39%
	Rendah	26	21%
	Rendah Sekali	6	5%

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa 48% atau 59 subjek penelitian memiliki kecerdasan emosional dalam kategori sedang dan menunjukkan bahwa 39% atau sebanyak 48 subjek penelitian memiliki tingkat *self disclosure* yang sedang pula.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan, menunjukkan adanya hubungan yang positif antara variabel kecerdasan emosional dengan *self disclosure* pada remaja pengguna aplikasi tik-tok. Dengan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi individu akan lebih mampu dalam mengontrol dan mengelola segala tindakan- tindakan yang berkaitan dengan *self disclosure*, seperti mengenali diri secara positif dan negatif, memahami batasan dalam melakukan *self disclosure*, memahami keadaan atau kondisi diri, dan kesadaran dalam melakukan *self disclosure*. Hasil ini Sesuai dengan penelitian Zuhaid Muhammad, Yossy Dwi Erliana dan Lukmanul Hakim (2021) tentang jenis kepribadian dan pengungkapan diri (*self disclosure*) pada pengguna media sosial instagram, pada penelitian tersebut menyatakan terdapat hubungan positif sedang dan signifikan antara jenis kepribadian dengan *self disclosure* pada pengguna media sosial instagram.

Beberapa aspek dalam kecerdasan emosional dan *self disclosure* yang memiliki keterkaitan satu sama lain yaitu salah satunya yaitu aspek kesecerdasan emosional menurut

Salovey (Daniel Goleman, 2004) , yaitu membina hubungan . aspek tersebut berkaitan dengan pengertian *self disclosure* menurut Altman dan Taylor (dalam Maryam B, 2009) mengemukakan bahwa *self disclosure* merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain dengan tujuan dapat menjalin hubungan interpersonal. Didalam *self disclosure* dipengaruhi oleh keluasan dan kedalaman. Keluasan sendiri berkaitan tentang kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan orang lain, baik itu orang tua, teman dekat, dan orang baru. Sedangkan kedalam berkaitan tentang topik dalam pembicaraan yang bersifat umum dan khusus. Hal tersebut juga berlaku dalam melakukan *self disclosure* pada media sosial. Individu harus memiliki batasan-batasan dalam melakukan *self disclosure* khususnya di tik-tok. Adapun indikator dalam kecerdasan emosional yaitu mampu mengungkapkan emosi dengan baik dan tepat yakni mengenali emosi diri yang merupakan dasar dari kecerdasan emosional akan pemahaman diri, hal ini dapat menjadikan individu memahami batasan dan kedalaman dalam melakukan *self disclosure*

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti yaitu ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan *self disclosure* dapat diterima, yang berarti apabila tingkat kecerdasan emosional tinggi maka pengelolaan individu dalam melakukan *self disclosure* juga tinggi, dan sebaliknya apabila tingkat kecerdasan emosional rendah maka pengelolaan individu dalam melakukan *self disclosure* juga rendah. Dengan ini, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dapat menjadi salah satu cara agar remaja terhindar dari dampak *negative self disclosure*.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasab, maka saran yang yang dapat disampaikan bagi remaja pengguna aplikasi tik-tok agar lebih berhati-hati saat melakukan *self disclosure*, karena ketika tidak berhati-hati dalam melakukan *self disclosure* dapat berdampak negatif bagi diri sendiri baik dalam dunia maya maupun dunia nyata. Disamping itu pengguna tik-tok agar lebih bisa meningkatkan kecerdasan emosional dengan cara bersikap proaktif terhadap sesuatu yang memicu emosi, dann berlatih tenang saat mennghadapi stress.

## **Referensi**

- Akhtar, H. (2020). Perilaku Oversharing di Media Sosial : Ancaman atau Peluang. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* , 257-270.
- Capriati, R. A. (2020). Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Anak Mantan Pekerja Seks Komersial Di Dolly Surabaya. *Perpustakaan UNTAG Surabaya*, 34.
- Diana, K. d. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal pada remaja siswa kelas X di SMAN 15 Semarang. *Jurnal empati*, 282.
- Emzir. (2022). *Penelitian Korelasional*. Penelitian Ilmiah.com.
- Eva, d. (2013). Hubungan antara prestasi belajar dengan kecerdasan emosional. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 394.

- Fatimah, Z. (2016). Kecerdasan Emosi Mahasiswa Prodi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry. *Jurnal UIN Ar-raniry*, 8-10.
- Fauziah, A. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik-tok terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswi SMKN 10 Kota Bekasi. 2.
- Fenti Hikmawati, d. (2021). Self Disclosure Santri Remaja di Media Sosial : Peran Self Identity Status dan Affiliation Motive. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 155.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan Diri (self disclosure) siswa dalam perspektif budaya dan implikasinya bagi konseling. *Jurnal Ilmiah Univerditas Katolik Widya Mandala Madiun*, 2.
- Goleman, D. (2001). *Working with emotional intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2004). *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hairul, F. &. (2017). Hubungan Intimate Friendship dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Media Social Facebook. *Jurnal Deversita*, 19-20.
- Hairul, F. d. (2017). Hubungan Intimate Friendship dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Media Social Facebook. *Jurnal Deversita*, 23.
- Hanaf, A. A. (2011). Subyek Dan Obyek Penelitian . *academia*, 1.
- Hikmawati, f., & dkk. (2021). Self Disclosure Santri Remaja di Media Sosial : Peran Self Identity Status dan Affiliation Motive. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 155.
- Hude, M. D. (2006). *Emosi : Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Al Qur'an*. Yogyakarta: Erlangga.
- Ibda, F. (2018). Kecerdasan Emosi Mahasiswa Prodi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Uin Ar-Raniry. *Jurnal ar-raniry*.
- Johana, E. P. (1998). Kecerdasan Emosi. *Buletin Psikologi*, 24.
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan Reabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *Jurnal Tabularasa*, 89-96.
- Mayer, S. &. (2021). hubungan antara kecerdasan interpersonal dengan kecerdasan emosional. *jurnal Mudarrisuna*, 295.
- mu'tadin. (2019). Jurnal Kesehatan. *Hubungan Kecerdasan EMosional Dengan Tingkat Stress Pada Remaja*, 83.
- Nadirah, Y. F. (2019). *PSIKOLOGI BELAJAR DAN MENGAJAR*. Serang: Dinas Pendidikan Provinsi Banten.
- Nasril & Ulfatmi. (2018). Melacak Konsep Dasar Kecerdasan Emosional. *Jurnal bimbingan dan konseling islam*, 18.
- Nurlaela, E. (2021). HUBUNGAN SELF CONFIDENCE DENGAN KEMAMPUAN BERPIKIR KRITIS PESERTA DIDIK PADA MATERI SISTEM RESPIRASI (Studi Korelasional di Kelas XI MIPA SMA Negeri 9 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021). *Universitas Siliwangi*.
- Prahesti, D. (2017). Keterbukaan Diri Pada Remaja Korban Cyberbullying. *Jurnal Psikoborneo*, 63-73.
- Pratama, K. R. (2022, Januari Senin). Tik tok Dipresiksi Jadi Medsos Terbesar Ketiga pada 2022.
- Prawitasari, J. E. (1998). Kecerdasan Emosi. *Buletin Psikologi*, 24.

- Setiawan, A. (2019). Keterbukaan Diri dan Kemampuan Pemecahan Masalah. *Jurnal Psikologi*, 71-72.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian*. Bandung : ALFABETA.
- Wibowo, C. T. (2015). Analisis Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Kecerdasan Spiritual (SQ) pada Kinerja Karyawan. *Jurnal Bisnis & Mana*, 4,5.