

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Data statistik menunjukkan internet mengalami tren kenaikan pengguna dari tahun ke tahun. Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia (APJII), menyebutkan bahwa tingkat penetrasi internet Indonesia menyentuh angka 79,5%. Dibandingkan dengan periode sebelumnya, maka ada peningkatan sebesar 1,4%. Berdasarkan data APJII terhadap penggunaan internet di Indonesia, kelompok usia mayoritas yang menggunakan media sosial yaitu 12-26 tahun. (APJII, 2024). Sebanyak 98,3% pengguna di Indonesia mengakses internet melalui *smartphone* dengan rata-rata penggunaan internet selama 7 jam 42 menit per hari nya. Kominfo menyebutkan bahwa sebanyak 89% penduduk Indonesia menggunakan *smartphone* guna untuk menunjang keseharian mereka (Hanum, 2021).

Umumnya media sosial digunakan sebagai wadah untuk mencari berbagai rangkaian informasi oleh masyarakat seperti misalnya melalui tayangan video dan gambar (Setiadi A., 2016). Hal tersebut menunjukkan bahwa masyarakat menjadikan media sosial sebagai pilihan untuk mencari informasi terbaru dan mengetahui berbagai berita yang sedang hangat untuk di perbincangkan. Adapun salah satu media sosial yang populer saat ini adalah aplikasi TikTok yang memungkinkan

setiap individu dapat membuat video pendek berdurasi 15 detik hingga 10 menit (Malimbe, Waani & Suwu, 2021). Dilansir dari Tribun Pontianak (2023) TikTok tercatat sebagai aplikasi media sosial yang paling banyak diunduh sepanjang tahun 2022. Hal tersebut bisa dibuktikan oleh adanya laporan dari Lembaga Riset Data AI dengan judul “*State of Mobile 2023*”. Pengguna aplikasi TikTok dapat dengan bebas menjadi seorang pembuat konten atau *content creator* karena kepraktisan serta kemudahan individu dalam mengakses media sosial ini. Aplikasi TikTok berfokus akan pembuatan video singkat yang menarik sehingga tidak memakan banyak waktu tersedianya berbagai macam efek, jenis musik serta fitur tambahan yang lain mendorong pengguna aplikasi tersebut untuk membuat konten yang menarik dengan kreativitas yang ada, baik itu dengan tarian, gaya bebas maupun lain sebagainya (Kussanti dkk, 2020). Hal inilah yang kemudian menyebabkan individu nyaman dalam membuat konten dalam aplikasi tersebut.

TikTok telah mengalami pertumbuhan popularitas yang sangat pesat dalam beberapa tahun terakhir. Menurut Novita (2023) pada tahun 2020, TikTok menjadi aplikasi yang paling banyak diunduh di seluruh dunia. Hal tersebut dikarenakan terdapat algoritma yang unik dari TikTok dalam merekomendasikan konten relevan kepada penggunanya, sehingga memfasilitasi penyebaran konten viral lebih mudah. Selain itu, fitur-fitur yang menarik dan kemudahan dalam membuat konten kreatif

juga menjadi faktor pendorong popularitas TikTok. Dengan segala keunggulannya, TikTok terus menjadi platform yang sangat digemari di kalangan pengguna media sosial saat ini. menjadikan TikTok lebih menarik dibandingkan platform media sosial lainnya meskipun beberapa fitur serupa. TikTok memiliki karakteristik yang membedakannya dari media sosial lain seperti Instagram maupun Facebook. Salah satu keunikan utama adalah algoritma For You Page (FYP) yang memungkinkan setiap pengguna, bahkan tanpa jumlah pengikut besar, untuk memperoleh jangkauan audiens yang luas. Hal ini berbeda dengan Instagram atau Facebook yang lebih bergantung pada jaringan pertemanan yang sudah ada. Penelitian menunjukkan bahwa konten TikTok cenderung mendapatkan visibilitas lebih tinggi dibanding Instagram Reels karena sistem rekomendasinya yang lebih terbuka bagi akun baru dan kecil (Napolify, 2023; Adweek, 2023).

Selain itu, *engagement rate* pada akun dengan jumlah pengikut sedikit di TikTok jauh lebih tinggi dibandingkan dengan Instagram, sehingga memungkinkan pengguna yang baru memulai untuk memperoleh respon sosial yang signifikan (Napolify, 2023). Format konten berbasis video singkat dengan musik, filter, dan efek kreatif juga memberi ruang ekspresi diri yang lebih spontan dan emosional dibandingkan media sosial berbasis teks atau foto.

Berdasarkan pemaparan Donny Eryastha selaku *Head of Public Policy* TikTok Indonesia (dalam Rakhmayanti, 2020) yang menyebutkan bahwa rata-rata pengguna aplikasi TikTok berada dalam rentang usia 14-25 tahun, yang berarti berada dalam rentang usia *emerging adulthood* (Arnett, 2015). Usia 18-25 tahun dikatakan sebagai individu *emerging adulthood* karena pada masa ini individu memiliki tugas untuk dapat mengembangkan otonomi diri, mengeksplorasi identitas pada diri mereka serta memulai maupun membangun hubungan yang ada (Arnett, 2000; Coyne et al., 2013).

Fenomena penggunaan TikTok yang tinggi di kalangan individu dalam rentang usia *emerging adulthood* menunjukkan bahwa platform TikTok tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga sebagai media untuk mengekspresikan diri dan membangun koneksi sosial (Rakhmayanti, 2020). Dalam tahapan perkembangan ini, individu menghadapi tantangan dalam mencari identitas, mengembangkan kemandirian, serta membangun hubungan baru (Arnett, 2000). Namun, dibalik eksplorasi tersebut terdapat resiko munculnya perasaan *loneliness* akibat perubahan sosial yang di alami pada individu *emerging adulthood*. Menurut Erikson (dalam Santrock, 2013) tantangan pada tahap ini adalah ketika individu tidak berhasil dalam menjalin hubungan yang bermakna dan membuat komitmen dengan orang lain sehingga membuat individu memiliki *loneliness* yang tinggi, mengisolasi diri,

serta takut menjalin hubungan dengan orang sekitarnya (Montgomery, 2005).

loneliness muncul karena terputusnya hubungan antara dirinya dengan keluarga, teman, pacar, sahabat hingga binatang kesayangannya. Selain itu, individu yang merasa *loneliness* cenderung melihat dunia sebagai tempat berbahaya, memiliki ekspektasi tinggi terhadap interaksi sosial, dan lebih mengingat informasi sosial yang negatif (Hawkley & Cacioppo, 2010).

Menurut Arnett, (2000) *Loneliness* pada *emerging adulthood* terjadi karena perubahan besar dalam kehidupan sosial dan lingkungan individu. Saat seseorang beranjak dari masa remaja menuju kedewasaan, mereka sering mengalami perpisahan dari lingkungan sosial lama, seperti keluarga, teman sekolah, atau komunitas tempat mereka tumbuh. Perubahan ini dapat mengurangi interaksi sosial yang selama ini memberikan rasa keterhubungan dan dukungan emosional.

Dari sekian banyak cara yang bisa digunakan *emerging adulthood* dalam menjalin relasi, tidak menutup kemungkinan bahwa lingkup sosialnya akan bertambah banyak. Namun, jumlah hubungan yang individu *emerging adulthood* miliki ternyata tidak mampu menghilangkan perasaan *lonely*. Meskipun ada peluang untuk menjalin hubungan baru, proses membangun kedekatan yang bermakna memerlukan waktu. Dalam masa transisi ini, individu sering merasa belum menemukan tempatnya, baik dalam hubungan sosial maupun

dalam identitas pribadi (Luhmann & Hawkley, 2016). Mereka juga menghadapi tekanan untuk menjadi mandiri, baik secara emosional maupun finansial, yang dapat membuat mereka merasa sendirian dalam menghadapi tantangan hidup (Segrin et al., 2018). *Loneliness* dapat dipahami sebagai suatu pengalaman emosional yang ditandai oleh perasaan hampa, sedih, dan tidak menyenangkan (Permana dkk, 2021). Meskipun tidak selalu berkaitan dengan ketiadaan orang secara fisik di sekitar individu ada masa *emerging adulthood*, kondisi ini kerap dialami ketika individu merasa tidak memiliki figur yang dapat diajak berbicara, berbagi cerita, atau mencurahkan kekhawatiran, terutama saat menghadapi kehilangan orang yang dicintai atau ketika harus tinggal jauh dari keluarga. Dengan kata lain, *loneliness* bukan sekadar soal keberadaan fisik orang lain, melainkan berkaitan erat dengan kebutuhan akan koneksi emosional dan kehadiran yang bermakna. Perasaan ini sering kali diidentikkan dengan kesedihan mendalam, terutama ketika individu sedang merasa sendirian dalam menjalani masa transisi menuju kedewasaan tanpa dukungan sosial yang memadai (Permana dkk, 2021)

Meskipun penelitian terdahulu banyak menekankan bahwa *loneliness* merupakan permasalahan yang identik dengan kelompok lansia karena faktor kehilangan pasangan hidup atau menurunnya jaringan sosial (Hawkley & Cacioppo, 2010), temuan terbaru justru menunjukkan bahwa responden yang lebih muda cenderung lebih banyak merasa *lonely* secara signifikan daripada responden yang lebih

tua, dengan adanya penurunan linier seiring bertambahnya usia. Selain itu, individu yang merasa tidak cocok dengan lingkungan sosialnya, meskipun memiliki tingkat kepercayaan terhadap orang-orang pada sekitarnya, juga lebih rentan mengalami *loneliness* (Pyle & Evans, 2018). Perasaan *loneliness* yang lebih sering dialami oleh individu yang lebih muda menunjukkan bahwa faktor sosial berperan dalam bagaimana seseorang merasakan keterhubungan dengan lingkungannya (Pyle & Evans, 2018). Dalam upaya mengatasi *loneliness* individu mencari alternatif interaksi sosial, salah satunya media sosial. Platform digital ini memberikan ruang bagi individu untuk tetap terhubung dengan orang lain tanpa terhalang jarak dan waktu (Nowland et al., 2018)

Media sosial memberi kesempatan untuk terhubung dengan orang lain di seluruh dunia tanpa perlu bertemu langsung. Kesempatan untuk terhubung dengan orang-orang secara online memberi seseorang kesempatan tertentu untuk menampilkan diri sesuai pilihannya. Banyaknya pengguna media sosial TikTok Sebagian dari mereka justru menggunakan identitas (anonim). Mereka menutupi identitas aslinya saat menggunakan media sosial TikTok (Hanifah dkk, 2022). Perasaan anonimitas dan ketidaktampakan yang mungkin dialami seseorang saat berkomunikasi melalui internet dapat memberikan seseorang untuk mengatakan atau melakukan hal-hal yang tidak akan mereka lakukan

dalam kehidupan nyata, yang dikenal sebagai *online disinhibition* (Barak dkk, 2008; Suler, 2004).

Online Disinhibition merupakan cara seseorang yang nampak berbeda dalam berperilaku maupun berkomunikasi di mana perilaku tersebut tidak mencerminkan keadaan mereka sebagaimana realitanya (Suler, 2004). Individu merasa bebas serta tidak memiliki batasan sehingga kemudian mereka dapat mengekspresikan keadaan diri mereka secara terbuka (Suler, 2004).

Online disinhibition terbagi dalam 2 jenis yaitu *benign disinhibition* dan *toxic disinhibition*. *Benign disinhibition* dapat diartikan sebagai pengungkapan diri secara *online* seperti di mana seseorang menjadi lebih terbuka, jujur dan ekspresif dalam interaksi daring dibandingkan interaksi tatap muka. Sedangkan *Toxic disinhibition* dapat diartikan sebagai tindakan agresif yang hanya dilakukan individu ketika *online* dengan melibatkan kata-kata kasar, kebencian, ancaman atau *cyberbullying* di internet

Terdapat penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara media sosial dan berbagai gejala negatif yang mempengaruhi kesejahteraan individu yaitu, depresi, kecemasan, Stres dan *loneliness* (Fang et al., 2020). Antoci et al (2012) menyatakan bahwa waktu yang dihabiskan untuk berinteraksi di media sosial adalah waktu yang dihabiskan untuk tidak melakukan interaksi tatap muka, sehingga menyebabkan perasaan *loneliness*, yang dirasakan lebih tinggi. Orang

yang merasa *loneliness* beralih ke media sosial untuk berinteraksi dengan orang lain (Primack et al., 2017).

Hunt et al., (2018) menemukan bahwa individu yang *lonelines* merasa apabila mengakses internet memudahkan mereka mendapatkan teman. Ranneiy et al., (2016) menemukan bahwa individu dengan *loneliness* yang tinggi cenderung memilih komunikasi *online*, untuk mengintai dan menikmati anonimitas komunikasi *online*. Individu merasa lebih terbuka dan lebih ramah dibandingkan dengan individu yang tidak *loneliness* (Morahan-Martin & Schumacher, 2003; Raneiy dkk, 2016).

Ketika individu berinteraksi dengan orang lain SNS (*system network site*), mereka mungkin terbebas dari faktor-faktor yang berkontribusi terhadap *loneliness* di “dunia nyata”. Leung (2002) menemukan bahwa ketika *loneliness* meningkat individu menjadi lebih tidak jujur, lebih negatif dan kualitas keterbukaan diri menjadi meningkat dalam interaksi obrolan online mereka.

Menurut Kasali (2018) setiap generasi memiliki kebutuhan yang berbeda, khususnya pada generasi millenial yang memiliki kebutuhan akan *self-esteem*. Mereka berburu *like*, *share*, maupun *comment* yang ada pada fitur media sosial ketika mereka mencapai peringkat utama maka barulah mereka akan merasa lebih berharga. Hal ini sejalan dengan pernyataan Suler (2004) dimana individu bisa menampilkan apa saja dari dirinya seperti yang diinginkannya pada media sosial oleh sebab

berkurangnya aturan serta norma yang berlaku (*minimization of status and authority*). Bryant (2001) menyatakan bahwasanya *online disinhibition* dapat membuat pengguna media sosial di dunia maya tidak segan untuk mengungkapkan pendapatnya.

Dengan adanya TikTok sebagai media sosial, individu cenderung tertarik untuk mengekspos dirinya di media sosial dengan menggunakan konteks visual dan auditori (Puteri, 2022). Terdapat juga penelitian yang dilakukan oleh Walther (dalam Puteri, 2022) mengungkapkan bahwa adanya fitur spesifik yang ada pada *smartphone* atau komputer, seperti anonimitas audio visual dan sinkronisasi bisa membuat individu tertarik untuk mengungkapkan diri mereka sendiri dengan lebih leluasa pada media sosial yang ada. Hal tersebut sesuai dengan konsep *online disinhibition* yang mengacu pada kecenderungan individu untuk lebih terbuka, ekspresif, atau bahkan impulsif (Suler, 2004). Dengan adanya TikTok sebagai platform berbasis visual dan auditori, individu memiliki kesempatan lebih besar untuk menunjukkan identitas diri mereka dengan lebih leluasa tanpa hambatan sosial yang biasanya ada dalam komunikasi langsung. Hal ini sejalan dengan temuan Christopherson (2007) yang menunjukkan bahwa anonimitas dalam media daring dapat meningkatkan keterbukaan dan spontanitas individu dalam mengekspresikan diri.

Pada *preliminary* yang dilakukan oleh Irwanto, 2023 untuk mengetahui gambaran *online disinhibition* pada *emerging adulthood* pengguna TikTok dengan sejumlah 61 responden. Berdasarkan *preliminary* tersebut terdapat hasil data sebagai berikut.

Sebagian besar responden menyatakan bahwa berbagai aspek dari *online disinhibition* mempengaruhi cara mereka berperilaku saat menggunakan TikTok. Banyak dari mereka merasa bisa menyembunyikan atau mengubah identitas diri, sehingga merasa lebih nyaman berkomunikasi secara online dibandingkan dengan dunia nyata. Hal ini berhubungan dengan *dissociative anonymity*, yang membuat mereka merasa lebih aman karena tidak terikat pada identitas asli. Selain itu, sejumlah responden merasakan adanya perbedaan antara perilaku mereka di media sosial dan kehidupan nyata, yang mencerminkan aspek *invisibility*, mereka cenderung menjaga anonimitas dan merasa lebih bebas berperilaku di TikTok dibandingkan saat berinteraksi langsung di dunia nyata.

Pada aspek *asynchronicity*, responden mengakui bahwa mereka sering mengabaikan atau menunda balasan pesan, yang memengaruhi cara orang lain melihat mereka. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi di TikTok bagi mereka lebih fleksibel dan tidak terikat oleh waktu. Selain itu, aspek *solipsistic introjection* memungkinkan responden membayangkan interaksi dengan orang lain secara virtual dan merasa bahwa fitur-fitur seperti emoji

membantu mereka untuk lebih mudah mengekspresikan perasaan. Mereka merasa bahwa fitur ini memberi mereka cara yang lebih ringan dan mudah dalam berkomunikasi.

Responden juga menyadari adanya *dissociative imagination*, yaitu perbedaan dalam perilaku mereka di TikTok dibandingkan dengan dunia nyata. Mereka merasa TikTok memberikan ruang untuk menciptakan dunia virtual yang berbeda dan lebih bebas, tempat di mana mereka bisa mengekspresikan sisi diri mereka yang jarang ditunjukkan di kehidupan nyata. Akhirnya, banyak responden merasa bahwa *minimization of status authority* memberi mereka kebebasan untuk menjadi diri sendiri. Mereka merasa lebih nyaman berinteraksi dan mengekspresikan diri di TikTok tanpa adanya batasan yang sering muncul di dunia nyata, memberikan mereka lebih banyak kebebasan dalam berkomunikasi.

Berdasarkan penelitian Irwanto (2023), fenomena *online disinhibition* pada pengguna TikTok dalam tahap *emerging adulthood* menunjukkan bahwa individu cenderung mengalami perubahan perilaku akibat anonimitas, invisibilitas, dan perbedaan dalam cara berkomunikasi secara daring. Beberapa aspek seperti *dissociative anonymity* dan *invisibility* membuat individu merasa lebih nyaman mengekspresikan diri tanpada konsekuensi langsung. Selain itu, pada *solipsistic interojection* dan *dissociative imagination* menunjukkan bagaimana individu menggunakan TikTok untuk

membangun dunia virtual yang berbeda dari kehidupan nyata mereka.

Menurut Suler (2006) di mana individu yang merasa terisolasi dalam kehidupan nyata lebih mungkin mencari pelarian di dunia digital. *Online disinhibition* memungkinkan individu untuk menciptakan versi diri yang lebih nyaman dan diterima, sehingga mereka lebih terdorong untuk berinteraksi secara daring dibandingkan di dunia nyata. Minimnya batasan otoritas dalam dunia digital (*minimization of status authority*) juga memberikan ruang bagi individu untuk lebih terbuka, terutama bagi mereka yang merasa terhambat oleh hirarki sosial di kehidupan sehari-hari. Maka dari aspek-aspek *online disinhibition* pada pengguna TikTok berpotensi menjadi mekanisme *coping* bagi individu yang mengalami *loneliness* (Suler, 2004)

Cheung et al: 2020 mengatakan *Minimization of authority* merupakan dimana individu merasa berkurangnya hingga hilangnya pengaruh dari pihak-pihak otoritas di dunia maya saat individu melakukan proses komunikasi di dunia maya. Beberapa orang beranggapan bahwasanya media sosial dapat menjadi wadah dimana mereka dapat menunjukkan eksistensi maupun keberadaannya dengan bebas sehingga mereka dapat dengan leluasa berekspresi dan mendapatkan umpan balik seperti pujian ataupun like sedangkan di dunia nyata keberadaan mereka cenderung tidak dianggap. Hal ini

diperkuat oleh *preliminary* oleh Irwanto (2023) yang diambil melalui wawancara, menunjukkan bahwa media sosial merupakan sebuah wadah untuk individu secara bebas menjadi diri mereka sendiri dalam konten TikTok. Pada partisipan berinisial LA ia merupakan individu yang introvert, lebih banyak diam, dan kurang ekspresif dalam kehidupan sehari-hari. Namun, saat menggunakan TikTok, partisipan merasa lebih bebas mengekspresikan diri dan tampil lebih ekstrovert. Kebebasan ini muncul karena partisipan menggunakan identitas anonim dan menjaga jarak dari orang-orang terdekat, sehingga mengurangi rasa takut akan penilaian sosial. Partisipan juga mengatur agar akun tidak terhubung dengan kontak pribadi untuk menjaga privasi. Dalam sehari, partisipan dapat menghabiskan hingga 16 jam di TikTok untuk membuat konten. Partisipan merasa dirinya di dunia nyata dan di TikTok seperti dua pribadi yang berbeda, dengan TikTok menjadi ruang untuk berekspresi tanpa rasa takut dihakimi.

Serupa dengan partisipan berinisial LA, partisipan lain yang berinisial BR juga merasakan perbedaan signifikan antara dirinya di dunia nyata dan di dunia maya. BR menyebutkan bahwa TikTok menjadi ruang bagi dirinya untuk menyalurkan perasaan dan mengekspresikan jati diri yang selama ini tersembunyi. Berbeda dengan LA yang lebih menekankan kebebasan tanpa topeng, BR menyadari bahwa ia telah kecanduan dengan platform tersebut,

bahkan menghabiskan waktu berjam-jam tanpa henti. BR juga menjelaskan bahwa orang-orang yang mengenalnya di dunia nyata seringkali terkejut saat melihat videonya di TikTok. Mereka yang mengenalnya sebagai sosok pendiam dan jarang berinteraksi merasa tak menyangka bahwa BR bisa tampil begitu ekspresif dan centil di TikTok. Reaksi orang-orang ini semakin memperjelas perbedaan besar antara identitas BR di dunia maya dan dunia nyata, serta menggambarkan bagaimana TikTok telah menjadi ruang bagi BR untuk mengeksplorasi sisi dirinya yang tidak dapat ia tunjukkan dalam kehidupan sehari-hari.

Seperti yang telah diungkapkan oleh kedua narasumber baik narasumber BR dan juga LA keduanya sama-sama mengalami aspek-aspek yang ada pada *online disinhibition* dimana pada BR mengatakan bahwa pada aplikasi TikTok ia dapat melakukan apa saja tanpa harus memakai ‘topeng’ serta LA yang mengatakan bahwasannya pada aplikasi TikTok ia merasa bebas sehingga kemudian ia dapat menjadi lebih ekspresif dan juga suka bergaya (centil), ungkapan kedua narasumber itu dapat didefinisikan sebagai aspek *dissociative anonymity* dimana individu merasa bahwa ia dapat menyembunyikan maupun mengubah identitasnya ketika ia berkomunikasi di dunia maya.

Selanjutnya LA mengungkapkan bahwasannya ketika bermain TikTok ia merasa tidak dapat dihakimi karena ia tidak menggunakan

nama aslinya serta jangkauan yang ada pada TikTok bukanlah dari orang-orang terdekatnya, ungkapan LA tersebut dapat menggambarkan faktor *invisibility* dimana individu merasa bahwa ia tidak dapat dilihat secara fisik oleh orang lain ketika mengakses media sosial miliknya.

Baik BR maupun LA mengungkapkan bahwa ketika keduanya berkomunikasi dengan individu lain baik melalui panggilan suara mereka dapat membayangkan wajah dari lawan bicaranya tersebut. LA menambahkan ketika ia telah selesai menonton unggahan dari aktor favoritnya terkadang ia juga membayangkan faktor tersebut menjadi kekasihnya dan juga berbinbincang dengannya, ungkapan BR dan juga LA masuk kedalam aspek *solipsistic interojection* dimana individu merasa bahwa ia dapat mendengarkan suara maupun melihat adanya gambaran akan orang lain dalam pemikirannya ketika berkomunikasi di internet.

BR mengungkapkan TikTok merupakan wadahnya untuk menyalurkan perasaannya dan juga dirinya. Begitupula LA yang mengungkapkan bahwasannya ia merasa bahwa dirinya merupakan sosok yang berbeda ketika ia berinteraksi dengan TikTok ia menambahkan bahwa dirinya merasa bebas mengekspresikan dirinya seutuhnya tanpa harus takut akan cemooh dari orang lain, ungkapan BR dan juga LA tersebut menggambarkan adanya aspek *dissociative imagination* dimana individu memandang lingkungan *online* tempat

untuk melakukan interaksi dan komunikasi sebagai sebuah dunia khayalan yang tidak memiliki keterkaitan dengan kehidupan sosialnya.

BR mengungkapkan bahwasannya ketika ia berkonten di TikTok dia merasa bahwa ia dapat menunjukkan siapa dirinya dan juga kecentilan yang ia miliki tanpa takut orang lain mencemooh dirinya. ia menambahkan bahwasannya orang yang ia kenal di dunia nyata seringkali mengungkapkan bahwa mereka kaget akan perbedaan yang BR tampilkan pada akun TikToknya BR sendiri dikenal sebagai anak yang pendiam dan jarang berinteraksi maupun LA yang mengungkapkan bahwa cenderung untuk memilih fitur ‘tidak sinkronkan pada kontak’ maupun memilih tombol ‘tidak suka’ pada konten individu tersebut sehingga individu tersebut kemudian tidak dapat melihat akun LA begitupula sebaliknya, Baik BR maupun LA sama sama menunjukkan adanya aspek dari *minimization of authority* dimana individu merasa pada dunia maya tidak ada pengaruh dari pihak yang memiliki otoritas berkurang atau bahkan hilang.

Terdapat perbedaan antara interaksi di media sosial dengan interaksi di dunia nyata. Individu yang berinteraksi di media sosial cenderung tidak memiliki konsekuensi secara langsung ketika mereka terhubung dengan individu yang lain. Hal tersebut kemudian menjadikan seseorang dapat mengalami *online disinhibition* dimana individu cenderung lebih bebas dalam berperilaku di dunia maya

daripada di dunia nyata. Individu merasa bahwa melalui dunia maya seperti media sosial mereka dapat dengan bebas berperilaku maupun mengungkapkan dirinya lebih banyak daripada saat mereka berada di lingkungan sosialnya (Irwanto, 2023)

Fitur-fitur pada TikTok, seperti *For You Page* (FYP), *live streaming* hingga penggunaan filter dan musik, berperan penting dalam perilaku *online disinhibition* tersebut. Individu dengan *loneliness* yang tinggi cenderung terdorong untuk mengekspresikan diri secara lebih bebas karena merasakan adanya anonimitas. Penggunaan *username* bukan nama sebenarnya, kemampuan menyamarkan identitas melalui filter, atau bahkan pilihan untuk tidak menampilkan wajah secara langsung menciptakan persepsi aman. Kondisi ini sejalan dengan konsep *benign disinhibition*, di mana individu justru mampu menampilkan dirinya, menceritakan pengalaman pribadi, atau menunjukkan kreativitas yang mungkin sulit mereka lakukan dalam interaksi *offline* (Suler, 2004; Peter et al., 2005). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *loneliness* tinggi memang lebih menikmati komunikasi *online*, merasakan anonimitas, serta menunjukkan perilaku lebih terbuka dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami *loneliness* (Nowland et al., 2018).

Di sisi lain, meskipun perilaku *online disinhibition* yang muncul pada konteks ini bersifat *benign* (positif), tidak menutup

kemungkinan juga timbulnya *toxic disinhibition*, misalnya dalam bentuk komentar negatif, ujaran kebencian, atau konten provokatif. Penelitian pada pengguna TikTok remaja di Indonesia menunjukkan bahwa anonimitas dan *online disinhibition* berkontribusi signifikan terhadap perilaku negatif seperti *cyberbullying* (Septiani & Widayarni, 2023). Namun, bagi individu dengan *loneliness* yang tinggi, *online disinhibition* dalam bentuk *benign* lebih dominan karena mereka cenderung mencari penerimaan, dukungan emosional, serta interaksi yang mampu mengurangi rasa keterasingan (Suler, 2004).

1.2 Identifikasi Masalah

Tingkat penetrasi internet di Indonesia terus mengalami peningkatan, dengan mayoritas pengguna didominasi oleh kelompok usia 12-26 (APJII, 2024). Aplikasi TikTok, sebagai salah satu media sosial yang populer, memungkinkan penggunaannya untuk mengekspresikan diri melalui video pendek (Malimbee, Waani & Suwu, 2021). Namun, di balik kemudahan dan kebebasan berekspresi tersebut, muncul fenomena *online disinhibition*, yaitu perilaku seseorang yang berbeda di dunia maya dibandingkan di dunia nyata (Suler, 2004).

Online disinhibition dipengaruhi oleh berbagai aspek, seperti *dissociative anonymity*, *invisibility*, *asynchronicity*, *solipsistic*

introjection, dissociative imagination, minimization of authority (Suler, 2004). Hal tersebut sering terjadi pada pengguna TikTok, terutama pada rentang usia *emerging adulthood* usia 18-25 tahun (Arnett, 2015). Fenomena ini dapat menjadi mekanisme koping terhadap perasaan *loneliness* yang sering dialami pada masa transisi ini (Arnett, 200; Coyne et al., 2013). *Loneliness* pada masa *emerging adulthood* dapat terjadi karena adanya perubahan besar dalam kehidupan sosial dan lingkungan individu (Arnett, 2000).

Meskipun media sosial seperti TikTok memberikan ruang bagi individu untuk terhubung dengan orang lain (Nowland et al., 2018) penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan justru dapat menciptakan identitas yang berbeda dan merasa lebih diterima (Irwanto, 2023).

Perasaan *lonely* pada masa *Emerging adulthood*, yang mencakup usia 18 hingga 29 tahun, dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Arnett et al., (2014) menyatakan individu pada tahap ini sering mengalami perpindahan tempat tinggal untuk melanjutkan pendidikan atau memulai karier yang dapat mengakibatkan berkurangnya interaksi dengan teman dan keluarga dekat, sehingga meningkatkan perasaan *loneliness*. Hunt et al., (2018) menjelaskan bahwa media sosial seperti TikTok berdampak di taraf tingkat *loneliness* individu. Terdapat penelitian yang menunjukan bahwasanya *loneliness* pada mahasiswa di Universitas Negeri Padang

di golongan kategori tinggi, dengan kecanduan media sosial TikTok. Artinya, semakin tinggi tingkat *loneliness* maka semakin tinggi pula penggunaan media sosial TikTok (Hardayanti & Ningsih, 2004).

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa *loneliness* tidak hanya mendorong individu untuk menggunakan TikTok sebagai sarana *coping*, tetapi juga memperkuat terjadinya *online disinhibition*. TikTok menyediakan fitur-fitur yang memungkinkan pengguna dengan tingkat *loneliness* tinggi untuk merasa aman, berani, dan lebih bebas mengekspresikan diri. Melalui fenomena ini, *online disinhibition* menjadi mekanisme psikologis yang menjembatani antara kebutuhan akan keterhubungan sosial dengan perilaku ekspresif di ruang digital.

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *loneliness* terhadap *online disinhibition* pada *emerging adulthood* di Indonesia?

1.3 Maksud Dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, penulis ingin mengetahui bagaimana pengaruh dari adanya perilaku *Loneliness* terhadap *Online Disinhibition*.

1.3.2 Tujuan

Berdasarkan uraian maksud di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empirik mengenai sejauh mana pengaruh *loneliness* terhadap *online disinhibition* pada *emerging adulthood* di Indonesia.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberi pemahaman mengenai adanya pengaruh *loneliness* terhadap *Online Disinhibition* pada *Emerging Adulthood* di Indonesia. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi sosial, serta menjadi masukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

1.4.2 Kegunaan Praktis

1.4.2.1 Bagi Responden Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu sumber informasi bagi responden mengenai bagaimana perasaan *loneliness* dapat memengaruhi *online disinhibition* pada *emerging adulthood* yang pengguna aplikasi TikTok

1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberi masukan bagi peneliti lain menjadi data awal, landasan atau rujukan dasar penelitian

untuk melakukan penelitian dengan pembahasan yang serupa, yaitu mengenai *Loneliness* dan *Online Disinhibition* sehingga dapat mengembangkan teori dimasa yang akan datang.