



Representasi Diri pada Remaja Pengguna Media Sosial: Kajian Kualitatif Interpretatif

Agustina Nicke Kakiay

Psikologi, Universitas Gunadarma, Depok, Indonesia

Email Korespodensi: nicke@staff.gunadarma.ac.id

Sejarah Artikel:

Diterima 02-07-2025

Disetujui 09-07-2025

Diterbitkan 11-07-2025

ABSTRACT

This study aims to explore self-representation among adolescent social media users using an interpretative qualitative approach. Social media has become a central space for adolescents to construct and present their identities in pursuit of social approval. The study involved six adolescents aged 15–18 years who actively use social media, with data collected through semi-structured in-depth interviews. Data were analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), which revealed four key themes: (1) tension between real and ideal self, (2) social validation as the basis of self-esteem, (3) pressure from social comparison, and (4) ambiguity between authenticity and performativity. The findings indicate that self-representation on social media is complex, pressure-laden, and strongly influenced by online social responses. The study recommends the importance of digital literacy and psychosocial support to help adolescents build a healthy sense of identity amidst the competitive culture of social media.

Keywords: *self-representation, social media, adolescents, social validation, digital identity, IPA*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi representasi diri pada remaja pengguna media sosial melalui pendekatan kualitatif interpretatif. Media sosial telah menjadi ruang utama bagi remaja dalam menampilkan identitas diri yang dikonstruksi secara sadar untuk memperoleh pengakuan sosial. Studi ini melibatkan enam partisipan remaja berusia 15–18 tahun yang aktif menggunakan media sosial, dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam semi-terstruktur. Analisis data menggunakan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), yang menghasilkan empat tema utama: (1) ketegangan antara diri nyata dan diri ideal, (2) validasi sosial sebagai landasan harga diri, (3) tekanan dari perbandingan sosial, dan (4) ambiguitas antara keaslian dan performativitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa representasi diri di media sosial bersifat kompleks, penuh tekanan, dan sangat dipengaruhi oleh respons sosial daring. Temuan ini merekomendasikan pentingnya literasi digital dan pendampingan psikososial bagi remaja agar

mampu membangun identitas diri secara sehat di tengah budaya media sosial yang kompetitif.

Katakunci: representasi diri, media sosial, remaja, validasi sosial, identitas digital, IPA

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Nicke Kakiay, A. (2025). Representasi Diri pada Remaja Pengguna Media Sosial: Kajian Kualitatif Interpretatif. CARONG: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora, 2(1), 93-100. <https://doi.org/10.62710/p62rg335>.

PENDAHULUAN

Di era digital saat ini, media sosial telah menjadi ruang utama bagi remaja dalam mengekspresikan diri, membangun identitas, dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Platform seperti *Instagram*, *TikTok*, dan *Snaphchat* tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga wadah utama pembentukan citra diri. Aktivitas daring yang intens menciptakan perubahan dalam dinamika representasi diri, di mana identitas dapat dikonstruksi, dikurasi, dan dipertunjukkan kepada audiens luas (Boyd, 2014). Representasi diri (*self-representation*) dalam konteks media sosial merupakan proses aktif di mana individu menampilkan citra tertentu mengenai dirinya kepada orang lain. Remaja sebagai kelompok usia yang sedang dalam fase eksplorasi identitas sangat rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk validasi sosial dari dunia maya (Goffman, 2023). Dalam ruang digital, remaja tidak hanya menjadi pengguna, tetapi juga produsen identitas sosial yang kompleks.

Proses ini dapat memunculkan ketegangan antara “diri yang ideal” yang ditampilkan di media sosial dengan “diri yang nyata” dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menciptakan dualisme identitas yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis, seperti kecemasan sosial, ketergantungan terhadap validasi eksternal (likes dan komentar), hingga rendahnya kepercayaan diri jika ekspektasi sosial tidak terpenuhi ((Chua & Chang, 2016; Marwick & Boyd, 2011). Fenomena ini semakin diperkuat oleh budaya digital yang menekankan pada visualisasi, performativitas, dan popularitas. Dalam masyarakat kontemporer, konsep identitas menjadi cair dan mudah dinegosiasikan melalui simbol-simbol visual yang dipublikasikan secara terus-menerus. Representasi diri tidak lagi sekadar refleksi diri personal, tetapi telah menjadi proyek sosial yang dipengaruhi oleh algoritma dan ekspektasi audiens daring.

Penelitian sebelumnya banyak menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mengukur pengaruh media sosial terhadap harga diri, citra tubuh, atau kecemasan sosial pada remaja (Perloff, 2014; Vogel et al., 2014). Namun, pendekatan ini cenderung mengabaikan aspek subjektif dan pengalaman pribadi remaja dalam memahami dan membentuk representasi dirinya. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan kualitatif yang lebih mendalam untuk mengungkap narasi-narasi personal di balik fenomena ini.

Metode kualitatif interpretatif, seperti *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), memungkinkan peneliti untuk menggali makna pengalaman individu secara mendalam dan kontekstual ((Smith et al., 2014). Pendekatan ini sangat relevan dalam memahami pengalaman remaja yang kompleks dan dinamis, terutama dalam membangun identitas diri di tengah budaya digital yang terus berkembang. Secara sosial, representasi diri yang dibentuk di media sosial juga berdampak pada hubungan interpersonal remaja. Kebutuhan akan pengakuan sosial, perbandingan sosial (*social comparison*), serta keterlibatan dalam tren-tren daring sering kali membentuk tekanan tersendiri yang memengaruhi pola pikir, emosi, dan perilaku mereka (Nesi & Prinstein, 2015). Tidak jarang remaja mengadaptasi kepribadian tertentu untuk “diterima” dalam lingkungan digital, meskipun bertentangan dengan nilai personal mereka.

Selain itu, konteks budaya dan nilai-nilai lokal juga memengaruhi cara remaja menampilkan diri secara daring. Di negara-negara dengan norma sosial yang kuat, seperti Indonesia, representasi diri remaja di media sosial sering kali mengalami konflik antara nilai tradisional dan tuntutan modernitas (Hapsari & Priyatna, 2020). Hal ini menciptakan ruang ambiguitas identitas yang menarik untuk diteliti lebih lanjut.

Melihat kompleksitas persoalan ini, penelitian ini bertujuan untuk menggali secara mendalam bagaimana remaja memaknai representasi diri mereka di media sosial. Penelitian ini juga ingin mengungkap dinamika antara identitas ideal yang ditampilkan dengan realitas psikologis yang dialami, serta pengaruh interaksi sosial daring terhadap perkembangan identitas diri remaja. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif interpretatif, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih utuh mengenai representasi diri remaja dalam konteks budaya media sosial. Hasil temuan ini juga dapat memberikan kontribusi teoritik dan praktis bagi pendidik, orang tua, serta profesional di bidang psikologi perkembangan dan konseling remaja.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Pendekatan IPA dipilih karena berfokus pada upaya memahami makna subjektif dari pengalaman personal individu. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi bagaimana remaja membentuk, menyadari, dan memaknai representasi dirinya di media sosial sebagai bagian dari proses identitas.

Subjek penelitian adalah remaja berusia 15–18 tahun yang merupakan pengguna aktif media sosial (khususnya Instagram dan TikTok), serta memiliki intensitas unggahan dan keterlibatan sosial yang tinggi. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive sampling dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

- Berusia antara 15–18 tahun
- Aktif menggunakan media sosial minimal 2 tahun
- Secara sadar menampilkan konten pribadi (foto, video, caption) di media sosial
- Bersedia terlibat dalam wawancara mendalam dan merefleksikan pengalaman pribadinya

Jumlah partisipan sebanyak 6 orang, sesuai dengan prinsip IPA yang menekankan pada kedalaman data daripada jumlah partisipan yang besar (Smith et al., 2014).

Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur yang berlangsung selama 45 hingga 60 menit untuk setiap partisipan. Wawancara ini dirancang untuk menggali pengalaman personal dan persepsi subjektif remaja terkait representasi diri di media sosial. Panduan wawancara disusun berdasarkan beberapa tema kunci, antara lain: bagaimana remaja memaknai akun media sosial mereka sebagai cerminan identitas diri; proses seleksi dalam menampilkan konten seperti foto, video, atau caption; perasaan dan reaksi mereka terhadap interaksi sosial berupa “likes” dan komentar; pengalaman melakukan perbandingan sosial secara daring dengan pengguna lain; serta persepsi mereka mengenai “diri ideal” yang ditampilkan di media sosial dan “diri nyata” dalam kehidupan sehari-hari. Seluruh wawancara dilakukan secara tatap muka dan direkam menggunakan perangkat audio dengan persetujuan dari partisipan. Setelah proses wawancara selesai, data direkam dikonversi menjadi transkrip tertulis secara verbatim, yang kemudian digunakan sebagai bahan utama dalam proses analisis mendalam menggunakan pendekatan interpretatif.

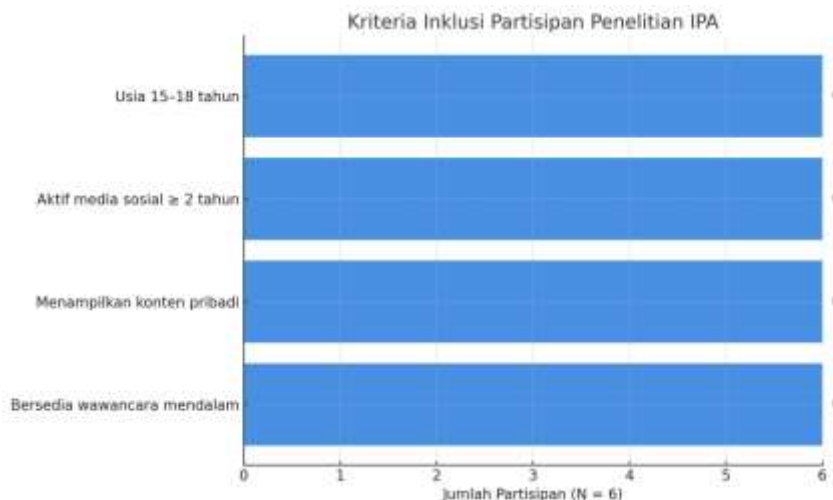
Teknik Analisa Data

Data dianalisis menggunakan prosedur *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) menurut Smith, Flowers, dan Larkin (2009), yang meliputi langkah-langkah:

- Membaca dan memahami transkrip secara menyeluruh
- Mengidentifikasi makna-makna penting dan ekspresi personal partisipan
- Mengembangkan tema-tema emergen yang saling berhubungan
- Menganalisis pola makna dalam konteks pengalaman hidup partisipan
- Menafsirkan makna berdasarkan perspektif psikologis dan sosial-kultural

Analisis dilakukan secara manual dengan bantuan coding terbuka dan kategorisasi tematik. Peneliti juga menuliskan refleksi pribadi (reflexive memo) untuk menjaga objektivitas dan kesadaran posisi peneliti dalam proses interpretasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN



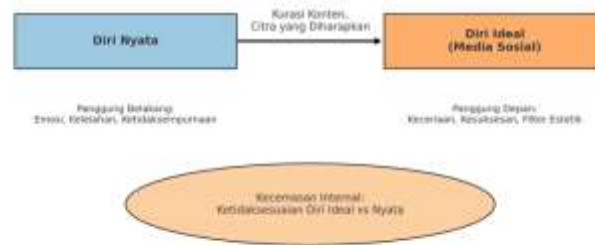
Gambar 1. Kriteria Inklusi Partisipan Penelitian IPA

Diagram berikut memperlihatkan semua partisipan ($N = 6$) memenuhi seluruh kriteria inklusi penelitian, menandakan seleksi yang sesuai dengan pendekatan *purposive sampling*

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), diperoleh empat tema utama yang merepresentasikan pengalaman remaja dalam membentuk dan memaknai representasi diri di media sosial, yaitu: (1) dualisme identitas antara diri ideal dan diri nyata; (2) validasi sosial sebagai penentu harga diri; (3) tekanan dari budaya perbandingan sosial; dan (4) ambiguitas antara keaslian dan performativitas.

Dualitas antara Diri Ideal dan Diri Nyata

Seluruh partisipan menggambarkan adanya perbedaan antara “diri yang ditampilkan” di media sosial dan “diri yang sebenarnya” dalam kehidupan nyata. Mereka mengaku memilih konten dengan sangat hati-hati agar sesuai dengan citra diri yang diharapkan oleh lingkungan sosial digital mereka. Seorang partisipan menyatakan, “Aku nggak mungkin upload foto saat lagi capek atau sedih, soalnya yang kulihat orang-orang selalu terlihat happy dan keren.” Temuan ini sejalan dengan teori *self-presentation Goffman* (1959), di mana individu berperan layaknya aktor yang menampilkan versi terbaik dari dirinya di “panggung depan”, sementara sisi personal disembunyikan di “panggung belakang”. Fenomena ini menunjukkan bagaimana media sosial menjadi wadah pembentukan diri ideal yang dikonstruksi untuk memperoleh penerimaan sosial. Namun, ketegangan antara diri ideal dan diri nyata ini menimbulkan kecemasan internal, karena adanya ketidaksesuaian antara citra digital dan realitas psikologis yang dirasakan remaja.

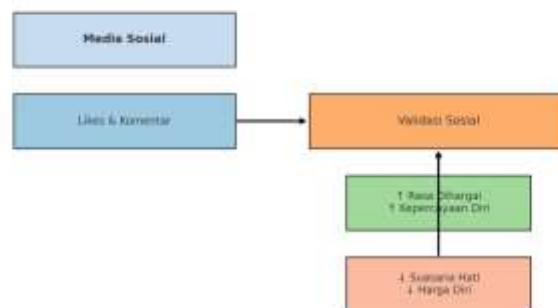


Gambar 2. Dualitas antara Diri Ideal dan Diri Nyata

Bagan di atas menggambarkan dinamika antara "diri nyata" dan "diri ideal" dalam konteks penggunaan media sosial oleh remaja. Kurasi konten yang selektif menjadi jembatan antara kenyataan psikologis dan citra digital yang ingin ditampilkan. Ketegangan antara "panggung depan" (penampilan publik) dan "panggung belakang" (realitas emosional) inilah yang menciptakan kecemasan internal pada individu, sebagaimana dijelaskan oleh teori *self-presentation Goffman* (1959).

Validasi Sosial sebagai Penentu Harga Diri

Partisipan juga mengungkapkan bahwa jumlah likes, komentar positif, dan jumlah pengikut memiliki pengaruh besar terhadap rasa percaya diri dan penerimaan diri mereka. Salah satu partisipan berkata, "Kalau postinganku sedikit yang like, aku bisa kepikiran dan ngerasa nggak cukup menarik." Hal ini mencerminkan ketergantungan remaja pada validasi eksternal untuk membentuk harga diri, sebagaimana dijelaskan oleh teori *contingent self-esteem*. Dalam konteks ini, interaksi sosial digital tidak hanya bersifat komunikasi, tetapi juga berfungsi sebagai cermin sosial yang membentuk persepsi diri remaja. Ketika respons positif diterima, remaja merasa dihargai. Sebaliknya, jika tidak mendapat respon yang diharapkan, mereka mengalami penurunan suasana hati dan mempertanyakan nilai dirinya.



Gambar 3. Validasi Sosial sebagai Penentu Harga Diri

Bagan di atas menggambarkan bagaimana likes dan komentar di media sosial berfungsi sebagai

bentuk validasi sosial eksternal yang berperan penting dalam membentuk harga diri remaja. Respons positif meningkatkan rasa dihargai dan kepercayaan diri, sedangkan kurangnya respons memicu penurunan suasana hati dan keraguan terhadap nilai diri sendiri. Mekanisme ini mendukung teori contingent *self-esteem* dari Deci & Ryan di mana rasa percaya diri sangat bergantung pada umpan balik eksternal.

Tekanan dari Budaya Perbandingan Sosial

Sebagian besar partisipan menyatakan bahwa mereka sering membandingkan diri dengan akun teman atau influencer lain. Perbandingan ini tidak hanya terkait dengan penampilan fisik, tetapi juga gaya hidup, popularitas, dan pencapaian. Seorang partisipan menyampaikan, *“Kadang aku ngerasa minder lihat teman-teman yang sering traveling atau punya barang branded.”* Temuan ini memperkuat kajian Chua & Chang (2016) bahwa media sosial menjadi ruang subur untuk social comparison, yang sering kali berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Budaya digital yang sangat visual dan kompetitif membuat remaja merasa harus terus tampil menarik dan mengikuti standar ideal yang dibentuk oleh lingkungan maya. Hal ini menyebabkan tekanan psikologis yang signifikan dan berpotensi menimbulkan kecemasan sosial maupun depresi ringan.

Ambiguitas antara Keaslian dan Performativitas

Meskipun remaja menyadari pentingnya menjadi diri sendiri, mereka juga merasa terdorong untuk menyesuaikan diri dengan tren atau ekspektasi sosial agar tidak tertinggal. Beberapa partisipan menyebutkan bahwa mereka sengaja mengedit foto, menggunakan filter, atau memilih caption yang “estetik” untuk menaikkan citra diri. *“Sebenarnya aku tahu itu bukan 100% aku, tapi kalau nggak gitu, takut nggak dilihat.”* Hal ini mencerminkan dilema antara autentisitas dan performativitas yang menjadi ciri khas generasi digital. Turkle menyebutkan bahwa media sosial menciptakan ruang “pseudo-intimasi” yang membuat batas antara kenyataan dan rekayasa menjadi kabur. Remaja berada dalam kondisi ambivalen: ingin tampil asli, tetapi sekaligus harus memenuhi ekspektasi sosial yang terbentuk secara kolektif di dunia maya.

Temuan penelitian ini memberikan pemahaman mendalam mengenai bagaimana remaja mengonstruksi identitasnya melalui media sosial. Mereka tidak hanya menjadi pengguna pasif, tetapi juga kreator aktif dalam menciptakan citra diri yang dapat diterima oleh komunitas digital. Namun, proses ini tidak bebas dari tekanan dan kontradiksi. Representasi diri di media sosial bukanlah refleksi tunggal dari siapa mereka sebenarnya, melainkan hasil negosiasi antara keinginan personal dan norma sosial. Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, hasil ini menguatkan studi Perloff (2014) yang menyoroti dampak negatif dari perbandingan sosial di media sosial terhadap citra diri dan harga diri. Namun, pendekatan kualitatif dalam studi ini memberikan nilai tambah dengan menangkap nuansa emosional dan konflik batin remaja yang tidak dapat dijangkau oleh pendekatan kuantitatif. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya intervensi psikososial, terutama dalam bidang pendidikan dan konseling remaja. Pendekatan yang menekankan pada literasi digital, penguatan identitas autentik, dan pengelolaan ekspektasi sosial dapat membantu remaja untuk menavigasi representasi diri mereka dengan lebih sehat dan sadar.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memainkan peran signifikan dalam proses pembentukan dan representasi diri remaja. Media sosial bukan hanya menjadi alat komunikasi, melainkan juga panggung digital tempat remaja menampilkan versi diri yang dianggap paling diterima secara sosial. Proses ini melibatkan kurasi konten yang selektif, penggunaan filter visual, hingga strategi pencitraan diri yang bertujuan mendapatkan pengakuan dari lingkungan virtual. Empat temuan utama berhasil diidentifikasi: pertama, adanya ketegangan antara diri nyata dan diri ideal yang ditampilkan di media sosial; kedua, kebutuhan akan validasi eksternal melalui likes dan komentar yang memengaruhi rasa percaya diri; ketiga, tekanan dari perbandingan sosial dengan teman dan figur publik yang membentuk standar ideal tertentu; dan keempat, konflik antara keinginan untuk tampil autentik dan tekanan untuk tampil sesuai harapan sosial. Representasi diri di media sosial terbukti menjadi proses yang tidak sederhana, karena melibatkan dinamika emosional, sosial, dan psikologis yang kompleks. Ketika respons sosial tidak sesuai harapan, remaja cenderung mengalami kekecewaan, kecemasan, bahkan meragukan nilai dirinya sendiri. Sebaliknya, ketika mendapat validasi, mereka merasakan peningkatan harga diri dan kepercayaan diri. Oleh karena itu, penting bagi lingkungan terdekat remaja, seperti keluarga, sekolah, dan komunitas sosial, untuk memberikan pemahaman serta pendampingan dalam membangun identitas yang sehat. Penguatan nilai keaslian, penerimaan diri, dan kesadaran terhadap realitas media sosial menjadi langkah penting agar remaja tidak terjebak dalam tekanan pencitraan yang semu. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi upaya edukasi dan pengembangan kebijakan yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja dalam era digital, sekaligus membuka ruang diskusi lanjutan mengenai bagaimana representasi diri dapat dikelola secara sehat di dunia maya.

DAFTAR PUSTAKA

- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Chua, T. H. H., & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in Human Behavior*, 55, 190–197.
- Goffman, E. (2023). The presentation of self in everyday life. In *Social theory re-wired* (pp. 450–459). Routledge.
- Hapsari, S., & Priyatna, A. (2020). Identitas Remaja dan Media Sosial: Studi Representasi Diri Mahasiswa Urban. *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 9(2), 123–139.
- Marwick, A., & Boyd, D. (2011). To see and be seen: Celebrity practice on Twitter. *Convergence*, 17(2), 139–158.
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 1427–1438.
- Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex Roles*, 71, 363–377.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2014). *Analysis: Theory, Method and Research*.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206.