

CITRA DIRI DITINJAU DARI INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA JEJARING SOSIAL INSTAGRAM PADA SISWA KELAS XI SMA N 9 YOGYAKARTA

SELF IMAGE BASED ON INTENSITY OF THE USE SOCIAL NETWORKING INSTAGRAM IN CLASS XI SMA N 9 YOGYAKARTA

Oleh : Iandesi Andarwati, Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta
desiiandesi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil citra diri, profil intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram, dan hubungan antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan jenis penelitian survei dan korelasional. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Instrumen yang digunakan adalah skala intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dan skala citra diri. Validitas instrumen dilakukan dengan validitas konstruk melalui uji ahli atau *expert judgement*, sedangkan reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan teknik prosentase dan teknik korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta sebanyak 62 siswa (62%) memiliki citra diri pada kategori tinggi, dalam hal intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram sebanyak 76 siswa (76%) memiliki intensitas penggunaan instagram pada kategori tinggi serta terdapat hubungan positif dan signifikan antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta dengan koefisien korelasi sebesar 0,298 dan taraf signifikansi sebesar 0,03, artinya semakin tinggi intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin tinggi citra diri dan sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin rendah citra diri.

Kata kunci: *citra diri, intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram*

Abstract

This study aims to determine the self-image in terms of the intensity of the use of social networking media instagram in class XI student of SMA 9 Yogyakarta. The approach used in this research is quantitative descriptive and correlational survey research type. Determination of the study subjects with proportional random sampling technique. Data collection techniques used were a questionnaire. The instrument used was a scale of intensity of the use of social networking media instagram and scale self-image. The validity of the instruments carried by the construct validity through expert testing or expert judgment, while the reliability of the instrument using Cronbach Alpha formula. The data analysis technique used is quantitative descriptive analysis by using percentage and product moment correlation technique.

The results showed that the self-image of a class XI student of SMA 9 Yogyakarta as many as 62 students (62%) have a self-image in the high category, in terms of the intensity of the use of social networking media instagram many as 76 students (76%) had the intensity of use instagram at high category as well there is a positive and significant correlation between the intensity of use of social networking media instagram with self-image in a class XI student of SMA 9 Yogyakarta with a correlation coefficient of 0.298 and a significance level of 0.03, meaning that the higher the intensity of the use of social networking media instagram, the higher the self-image and conversely the lower the intensity of the use of social networking media instagram, the lower the self-image.

Keywords: *self image, intensity of using social networking instagram*

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial memerlukan sebuah komunikasi agar dapat memenuhi kebutuhannya untuk berinteraksi dengan orang lain. Devito (Komang Sri dan Yohanes Kartika, 2013: 1) membagi sifat komunikasi dalam 2 jenis yaitu komunikasi secara langsung dan tidak langsung. Komunikasi langsung merupakan suatu aktivitas komunikasi yang dilakukan dengan saling bertatap muka tanpa menggunakan perantara media, sedangkan komunikasi secara tidak langsung merupakan suatu aktivitas komunikasi yang dilakukan tanpa bertatap muka dan menggunakan perantara media seperti *email*, *handphone*, jejaring sosial, dan *yahoo messenger*. Salah satu komunikasi tidak langsung yang sedang populer di kalangan remaja adalah jejaring sosial instagram. Siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta juga menggunakan instagram sebagai media komunikasi, narsistik, dan mengembangkan citra diri.

Citra diri dapat dibangun oleh remaja melalui internet atau media sosial. Remaja sudah tidak asing lagi dalam penggunaan internet untuk bermain media sosial, terutama remaja di daerah perkotaan. Infrastruktur jaringan internet yang memadai serta fasilitas yang dimiliki memudahkan remaja kota dalam mengakses internet. Hal ini didukung oleh sebuah survey (Aditya, 2014: 2) yang menyebutkan bahwa ada kesenjangan *digital* antara anak perkotaan dan pedesaan. Di

daerah perkotaan 87% anak dan remaja menggunakan internet sedangkan di daerah pedesaan hanya 13% anak dan remaja yang menggunakan internet. Fasilitas Wi-Fi yang diberikan sekolah secara terbuka dan dapat diakses kapan saja serta penggunaan *smarthphone* yang tinggi menjadikan siswa selalu bermain media sosial terutama instagram yang sedang populer tanpa menyaring hal-hal yang baik dan buruk sebagai akibatnya. Pengetahuan tentang penggunaan media sosial yang baik untuk membangun citra diri bagi siswa sangat perlu untuk diketahui. Seperti yang diungkapkan oleh Keke Mahardika (2015: 2) bahwa penggunaan media sosial instagram tentu membawa kemudahan bagi siswa untuk membangun komunikasi dan menampilkan dirinya kepada orang lain, akan tetapi instagram juga membawa dampak negatif seperti krisis percaya diri, persaingan kehidupan mewah, dan tidak mau menatap realita dan kenyataan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui citra diri siswa SMA N 9 Yogyakarta kelas XI ditinjau dari intensitas penggunaan media sosial instagram. Penelitian ini juga berusaha untuk mengetahui bagaimana citra diri siswa apakah tergolong sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah atau sangat rendah dan seberapa besar intensitas penggunaan media sosial instagram di kalangan siswa. Citra diri merupakan komponen dari bimbingan dan

konseling pribadi. Siswa diharapkan memiliki citra diri yang positif sehingga kepribadian, kesehatan mental, dan komunikasi interpersonal dapat terbentuk secara optimal.

Pada penelitian ini peneliti membatasi pada belum diketahuinya citra diri ditinjau dari intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram pada siswa kelas XI SMA N 9 Yogyakarta. Pembatasan tersebut bertujuan untuk mengetahui profil citra diri dan profil intensitas penggunaan instagram serta hubungan intensitas penggunaan instagram dengan citra diri. Definisi operasional dari citra diri adalah konsepsi atau penilaian seseorang mengenai orang macam apakah dirinya. Citra diri merupakan bagian dari konsep diri yang berkaitan dengan penerimaan terhadap dirinya baik secara fisik, psikologis, ataupun sosial. Citra diri terbentuk karena pengalaman masa lalu, lingkungan, baik keluarga, masyarakat atau pergaulan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan survei dan korelasional.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada kelas XI di SMA N 9 Yogyakarta yang terletak di Jalan Sagan, Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2015.

Target/Subjek Penelitian

Target/subjek penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta kelas XI SMA N 9 Yogyakarta. Sampel ditentukan dengan teknik *proportional random sampling* hingga didapatkan sampel berjumlah 100 orang siswa.

Prosedur Penelitian

Peneliti melaksanakan penelitian yang terdiri dari beberapa kegiatan meliputi observasi dan wawancara pra-penelitian. Kemudian dilanjutkan dengan pembuatan proposal dan instrumen. Instrumen yang digunakan berupa skala citra diri dan skala intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram. Instrumen digunakan setelah diuji validitasnya oleh *expert judgement* dan reliabilitasnya. Selanjutnya, peneliti melakukan pengambilan data pada sampel yang telah ditentukan. Data kemudian dianalisis menggunakan program SPSS *for windows* versi 16.0.

Data, Instrumen dan Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala psikologi yaitu skala citra diri dan skala intensitas penggunaan instagram yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori yang digunakan. Skala citra diri dan skala intensitas penggunaan instagram telah diuji oleh *expert judgement* dan telah diujicobakan untuk mengetahui skor validitas dan reliabilitasnya.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik prosentase dan teknik korelasi *product moment*. Teknik prosentase digunakan untuk mengetahui profil citra diri dan profil intensitas penggunaan instagram, sedangkan teknik korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan instagram dengan citra diri.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Citra Diri

Berikut ini adalah hasil data dari citra diri. Data selanjutnya dilakukan pengkategorisasian dengan teknik prosentase. Berikut hasil dari pengkategorisasian data citra diri:

Tabel 1. Kriteria Kategorisasi Citra Diri Siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta kelas XI

Variabel	Kriteria Kategorisasi	Kategori	Jumlah	Presentase
Citra Diri	100 – 136	Sangat Tinggi	35	35%
	80 – 99	Tinggi	62	62%
	60 – 79	Sedang	3	3%
	40 – 59	Rendah	0	0%
	20 – 39	Sangat Rendah	0	0
Total			100	100%

Berdasarkan data pada Tabel 1 maka dapat disimpulkan bahwa citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta secara umum berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak

62% siswa dengan rentang skor berada pada skor 80-99. Siswa yang memiliki citra diri dengan kategori sangat tinggi sebanyak 35% siswa dengan rentang skor 100-136, dan sebanyak 3% siswa yang memiliki kategori sedang dengan rentang skor 60-79, selain itu tidak terdapat siswa yang memiliki citra diri dengan kategori rendah atau sangat rendah.

b. Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram

Berikut ini adalah hasil data dari intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram. Data selanjutnya dilakukan pengkategorisasian dengan teknik prosentase. Berikut hasil dari pengkategorisasian intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram:

Tabel 2. Kriteria Kategorisasi Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram Siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta Kelas XI

Variabel	Kriteria Kategorisasi	Kategori	Jumlah	Presentase
Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram	110 – 148	Sangat Tinggi	6	6%
	88 – 109	Tinggi	76	76%
	66 – 87	Sedang	17	17%
	44 – 65	Rendah	1	1%
	22 – 43	Sangat Rendah	0	0%
	Total			100

Berdasarkan data pada Tabel 2 dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan

media jejaring sosial instagram pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta secara umum berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 76% siswa dengan rentang skor berada pada skor 88-109. Siswa yang memiliki intensitas sangat tinggi sebanyak 6% siswa dengan rentang skor 110-148, siswa yang memiliki intensitas sedang sebanyak 17% dengan rentang skor 66-87, siswa dengan intensitas rendah sebanyak 1% dengan rentang skor 44-65, dan tidak terdapat siswa yang memiliki intensitas sangat rendah. Data citra diri dan intensitas penggunaan media jejaring sosial tersebut diperoleh berdasarkan langkah-langkah pengkategorisasian dengan bantuan program *SPSS For Windows Seri 16.0*.

c. Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram dengan Citra Diri

Tabel 3. Koefisien Korelasi Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram dan Citra Diri

		Correlations	
		Intensitas Instagram	Citra Diri
Intensitas Instagram	Pearson Correlation	1	.298**
	Sig. (2-tailed)		.003
	N	100	100
Citra Diri	Pearson Correlation	.298**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	100	100

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 3 di atas didapatkan tingkat signifikansi sebesar $p(0,003) < 0,05$

yang artinya signifikan. Koefisien korelasi (r_{xy}) antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri sebesar 0,298 dengan taraf signifikansi 0,03 yang berarti hipotesis alternatif (H_a) berbunyi terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta diterima.

Besarnya koefisien korelasi tersebut bersifat positif sehingga dapat diartikan bahwa hubungan kedua variabel searah, searah artinya jika variabel X nilainya tinggi, maka variabel Y akan tinggi pula, dan sebaliknya jika variabel X bernilai rendah maka variabel Y juga akan bernilai rendah. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta. Berdasarkan hal tersebut, semakin tinggi intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin tinggi pula citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta, demikian juga sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin rendah pula citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta.

Besarnya sumbangan efektif dari variabel bebas (intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram) untuk variabel terikat (citra diri) dapat diketahui dari koefisien sumbangan efektif. Besarnya sumbangan

efektif setiap variabel bebas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4. Sumbangan Efektif Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Citra Diri * Intensitas Insta	.298	.089	.711	.505

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa koefisien determinasi (R^2) intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram yaitu sebesar 0,089. Hasil tersebut dapat dimaknai bahwa sumbangan efektif dari variabel intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram terhadap citra diri akademik sebesar 8,9% dengan demikian masih terdapat 91,1% faktor lain yang mempengaruhi citra diri pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta. Faktor-faktor lain yang kemungkinan mempengaruhi citra diri akan dibahas lebih lanjut dalam pembahasan hasil penelitian.

d. Pembahasan

Pada bagian ini akan dibahas mengenai hasil penelitian yang telah diperoleh secara empirik. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis alternatif (H_a) dapat diterima. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil perhitungan analisis uji korelasi

yang menunjukkan Koefisien korelasi (r_{xy}) antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri sebesar 0,298 dengan taraf signifikansi 0,03.

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa meningkatnya atau tingginya intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram diikuti dengan meningkatnya citra diri atau dapat juga dikatakan bahwa tingginya intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram mempengaruhi citra diri siswa. Hubungan yang positif dan signifikan menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin tinggi pula citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta, demikian juga sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin rendah pula citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ilkido KOPACZ (2011: 304) yang berjudul “*Say Lovely Things about Me so I Know I am Like That*”. *The Role of Positive Photo Comments Posted on Social Networking Websites in the Development of The Self Image* menunjukkan bahwa komentar yang positif terhadap foto yang ditampilkan di jejaring sosial dapat meningkatkan dan mengembangkan citra diri dan harga diri pengguna jejaring sosial tersebut. Komentar positif merupakan salah satu hal yang dapat juga diukur untuk mengetahui peningkatan citra diri pengguna jejaring sosial instagram, oleh karena itu

komentar positif dapat dijadikan variabel dalam mengukur citra diri pengguna jejaring sosial instagram selain mengukur intensitas penggunaannya. Pada penelitian ini komentar tidak dijadikan variabel tersendiri, tetapi ada item-item yang mengukur pendapat atau komentar orang lain. Item tersebut merupakan penjabaran dari aspek sosial untuk variabel citra diri.

Menurut Yanica (2014: 82) intensitas suatu kegiatan seseorang mempunyai hubungan yang erat dengan perasaan. Perasaan senang terhadap kegiatan yang akan dilakukan dapat mendorong orang yang bersangkutan melakukan kegiatan tersebut secara berulang-ulang. Kesenangan siswa dalam bermain media sosial instagram yang tengah populer memungkinkan siswa untuk terus memposting atau menampilkan foto-foto, saling bertukar, berkomentar, dan menyukai foto yang diunggah, bersaing untuk mendapatkan *follower* yang banyak, dan lain sebagainya. Semua kegiatan tersebut bertujuan untuk membangun dan menampilkan citra diri siswa kepada pengguna instagram yang lain. Beberapa pernyataan tersebut merupakan salah satu alasan peneliti untuk menghubungkan variabel berupa intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri.

Kontribusi intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram terhadap citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta yakni sebesar 8,9%, artinya persentase sisanya yakni sebesar 91,1% citra

diri dipengaruhi oleh faktor lain. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi citra diri seperti faktor komentar positif, persepsi, keyakinan, komunikasi, teman-teman sebaya, keadaan keluarga, sikap mendidik orang tua, dan perkembangan sosial. Menurut Holden (2005: 91-95) citra diri merupakan jalinan yang berupa hubungan atau pengaruh satu sama lain terhadap persepsi, keyakinan, isi pikiran, komunikasi, perilaku dan keputusan. Selain dari pendapat Holden, faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi citra diri menurut Andi Mappiare (dalam Norma Lulusiana, 2008: 10) adalah penampakan menyeluruh seperti keadaan fisik, nama atau panggilan, pakaian dan perhiasan, teman-teman sebaya, keadaan keluarga, situasi rumah tangga, sikap mendidik orang tua, pergaulan, dan perkembangan sosial.

Hal tersebut dapat diperkirakan oleh peneliti yang dominan adalah pergaulan dan perkembangan sosial karena siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta memiliki skor tinggi pada aspek sosial dan terlihat menonjol dari ketiga variabel citra diri (fisik, psikis, sosial). Dalam aspek sosial terdapat indikator siswa mampu menggambarkan, memahami, dan menerima pikiran serta perasaan orang lain, dan juga siswa mampu menggambarkan, memahami, dan menerima pengenalan, status, dan tanggapan yang didapatkan dari orang lain. Hal ini sesuai dengan pernyataan Jersild (dalam Fristy, 2012:5) salah satu aspek citra diri adalah *social self* yaitu pengenalan atau tanggapan individu yang didapatkan dari

teman atau lingkungan sosialnya akan berpengaruh terhadap bagaimana individu tersebut memandang dirinya sendiri. Pernyataan tersebut memberikan kemungkinan bahwa siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta memiliki pergaulan dan perkembangan sosial yang baik, sehingga siswa mampu menerima aspek sosialnya dengan baik dan menyebabkan citra diri siswa berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan beberapa faktor yang mempengaruhi citra diri tersebut maka citra diri pengguna jejaring sosial instagram selain diukur melalui intensitas penggunaannya, ada hal lain yang dapat diukur untuk mengetahui hubungan atau pengaruhnya penggunaan jejaring sosial instagram terhadap citra diri seperti faktor komunikasi antar pribadi, keterbukaan diri, *narsistic disorder*, komentar positif, persepsi, keyakinan, komunikasi, teman-teman sebaya, keadaan keluarga, sikap mendidik orang tua, dan perkembangan sosial. Faktor-faktor tersebut dapat dijadikan variabel yang dapat mengukur citra diri pengguna jejaring sosial instagram selain faktor intensitas, karena seperti yang sudah disebutkan sebelumnya bahwa kemungkinan ada responden yang intensitas penggunaan media jejaring sosialnya rendah akan tetapi memiliki citra diri yang tinggi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa citra diri siswa semakin tinggi dikarenakan intensitas penggunaan media jejaring sosial instagramnya juga tinggi. Hal tersebut dapat dilihat pada hasil korelasi antara intensitas

penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri yang memberikan hasil bahwa keduanya berkorelasi positif yaitu apabila intensitas penggunaan instagram semakin tinggi maka citra diri juga semakin tinggi sebaliknya intensitas penggunaan jejaring sosial semakin rendah maka citra diri juga semakin rendah. Sisi positif dari temuan tersebut menunjukkan bahwa siswa membangun citra dirinya melalui media jejaring sosial instagram. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Yudit Oktaria dan April Harefa (2011:3) bahwa kepopuleran situs jejaring sosial dalam hal ini adalah instagram harus dipergunakan secara cerdas untuk membangun *self image* (citra diri) maupun interaksi yang sehat.

Instagram selain digunakan siswa untuk membangun citra diri, ada sisi lain yang memungkinkan bahwa siswa membangun citra diri hanya terfokus dengan menggunakan instagram saja, padahal citra diri dapat dibangun tidak hanya melalui media jejaring sosial instagram. Kemungkinan tersebut berpengaruh pada komunikasi antar pribadi. Komunikasi antar pribadi diperlukan remaja guna menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, dalam hal ini adalah lingkungan sosial sekolah dan pertemanan. Komunikasi antar pribadi siswa sangat dipengaruhi oleh citra diri siswa. Citra diri yang berkaitan dengan penerimaan diri akan berpengaruh dengan bagaimana siswa berkomunikasi di media jejaring sosial instagram. Apabila citra diri siswa tinggi maka siswa akan

mengembangkan keakraban yang lebih baik, sebaliknya apabila citra diri siswa rendah maka siswa akan mengembangkan rasa iri, pengekan diri, serta terlalu berusaha menyenangkan hati orang lain. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Holden (2005: 91-95) yang menyebutkan bahwa Citra diri sangat mempengaruhi cara seseorang berhubungan dan berkomunikasi dengan orang lain. Hubungan seseorang dengan orang lain pada dasarnya merupakan perpanjangan dari hubungan seseorang dengan dirinya sendiri. Penerimaan diri yang buruk bisa menjadi penyebab tingkat kemandirian yang tidak sehat, kompetisi, rasa iri, pengekan diri, terlalu berusaha menyenangkan hati orang lain, dan penyiksaan diri, sebaliknya penerimaan diri yang positif bisa membantu mengembangkan keakraban yang lebih baik, keramahan dan kesuksesan secara menyeluruh.

Dalam hal ini intensitas siswa dalam menggunakan jejaring sosial instagram yang tinggi dapat membentuk dan mengembangkan citra diri siswa, tidak menutup kemungkinan bahwa siswa memberi tampilan citra diri yang tinggi karena menggunakan instagram, maka perlu dicari kembali bagaimana citra diri siswa sebenarnya apabila tanpa menggunakan instagram. Sesuai dengan hasil dari sumbangan efektif intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram terhadap citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta yakni sebesar 8,9%, artinya persentase sisanya yakni sebesar 91,1% citra

diri dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor lain tersebut bisa dipengaruhi oleh komunikasi antar pribadi, keterbukaan diri, *narsistic disorder*, komentar positif, persepsi, keyakinan, komunikasi, teman-teman sebaya, keadaan keluarga, sikap mendidik orang tua, dan perkembangan sosial.

Berdasarkan dari beberapa pemaparan sebelumnya maka diperlukan upaya untuk membangun dan mengembangkan citra diri siswa tanpa tergantung atau terfokus pada penggunaan media jejaring sosial instagram saja. Guru Bimbingan dan Konseling dalam hal ini berperan penting untuk mengarahkan siswa yang intensitas penggunaan instagramnya tinggi dengan tujuan membangun dan mengembangkan citra diri, bahwa citra diri yang baik sebenarnya bisa dibangun dengan komunikasi antar pribadi dan pergaulan yang baik dengan siapa saja, serta juga dapat dikembangkan dan dibangun melalui keterampilan sosial (*social skill*) dan penyesuaian diri. Menurut Renita Mulyaningtyas dan Yusup Purnomo (2007:62) keterampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri menjadi semakin penting ketika seseorang sudah menginjak masa remaja. Kegagalan remaja dalam menguasai keterampilan-keterampilan sosial akan menyebabkan remaja sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif (misalnya asosial atau antisosial).

Guru Bimbingan dan Konseling juga dapat berperan memberikan bimbingan tentang bagaimana menggunakan instagram secara bijak agar tidak cenderung kecanduan dan melalaikan tugas-tugas belajar, selain itu guru Bimbingan dan Konseling dapat memberikan layanan kepada siswa yang memiliki citra diri rendah karena tidak menggunakan media jejaring sosial instagram secara *intens*. Layanan tersebut dapat berupa bimbingan yang berbentuk bimbingan kelompok, permainan, sosiodrama, konseling individual maupun konseling kelompok. Isi atau materi dari layanan tersebut dapat berupa penerimaan diri, meningkatkan keterampilan sosial, konsep diri, dan materi tentang *self image* atau citra diri itu sendiri.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai citra diri ditinjau dari intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil perhitungan analisis uji korelasi yang menunjukkan Koefisien korelasi (r_{xy}) antara intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram dengan citra diri sebesar 0,298 dengan taraf signifikansi 0,03. Hubungan yang positif dan signifikan

menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin tinggi pula citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta, demikian juga sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram maka semakin rendah pula citra diri siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta.

Citra diri siswa pengguna media jejaring sosial instagram tergolong tinggi, yaitu sebanyak 62 siswa (62%) siswa berada pada kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta mampu menggambarkan, memahami, dan menerima aspek fisik, psikis, dan sosialnya dengan baik. Siswa yang memiliki citra diri tinggi berarti menghargai dirinya sendiri apa adanya baik fisik, psikis, atau sosial. Citra diri yang tinggi akan membawa kepada kebahagiaan, kesuksesan, dan kepuasan hidup.

Intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta tergolong tinggi, yaitu sebanyak 76 siswa (76%) siswa berada pada kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki minat tinggi dan tujuan yang tetap dalam menggunakan instagram, minat dan tujuan tersebut seperti minat untuk berinteraksi dengan orang lain melalui instagram, selain itu siswa juga merasa senang menggunakan instagram, tahu dan paham bagaimana cara menggunakan fitur, konten, serta aplikasi instagram, dan siswa juga memiliki durasi dan frekuensi yang

tinggi dalam penggunaan instagram. Berdasarkan durasi siswa kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta tergolong ke dalam *medium user* (pengguna sedang) yaitu siswa yang menggunakan instagram antara 10 – 40 jam setiap bulannya.

Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, saran yang diajukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi Pihak Sekolah

Kaitannya dengan hasil penelitian yang diperoleh, diharapkan pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah mengatur kuota atau batasan wi-fi yang ada di sekolah karena setiap kelas terhubung dengan wi-fi dan wi-fi bisa diakses kapan saja dan di mana saja di setiap sudut sekolah.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu mengoptimalkan perannya kembali untuk membimbing dan mengarahkan siswa bagaimana menggunakan jejaring sosial instagram secara bijak, mengembangkan citra diri siswa untuk perkembangan optimal siswa, meningkatkan citra diri siswa yang masih sedang atau rendah, dan membimbing membangun citra diri yang baik.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan selalu mampu mengontrol penggunaan jejaring sosial instagram, menggunakan instagram secara bijak dan apa adanya, memanfaatkan

instagram tidak hanya untuk memposting foto atau video pribadi, bisa untuk mengikuti dan mencari informasi yang bermanfaat, berwirausaha, dan lain sebagainya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti citra diri dan intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram, dapat memperhatikan faktor lain seperti komunikasi antar pribadi, keterbukaan diri (*self disclosure*), *narsistic disorder*, tingkat kecemasan apabila tidak menggunakan instagram, komunikasi interpersonal, eksistensi diri, prokrastinasi akademik, *cyber crime*, peran lingkungan, percaya diri, persaingan kehidupan, kecanduan instagram, persepsi, pengembangan subjek penelitian, dan hasilnya bisa diuji kembali guna pengembangan ilmu pengetahuan. Selain itu peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode kualitatif agar mendapatkan data yang lebih mendalam mengenai citra diri ditinjau dari intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Panji. (2014). Hasil Survei Pemakaian Internet Remaja Indonesia. *Artikel*. Diakses dari <http://tekno.kompas.com/read/2014/02/19/1623250/Hasil.Survei.Pemakaian.Internet.Remaja.Indonesia>. Pada tanggal 20 Januari 2015, Jam 14.00 WIB.
- Fristy. (2012). Citra Diri pada Remaja Putri yang Mengalami Kecenderungan Gangguan Body Dismorphic. *Skripsi*. Universitas Gunadarma.

- Holden, Robert. (2005). *Success Intelligence: Timeless Wisdom for a Maniac Society*. (Terjemahan Yuliani Liputo). Bandung: Mizan Pustaka.
- Ilkido, KOPACZ. (2011). "Say Lovely Things about Me so I Know I am Like That". The Role of Positive Photo Comments Posted on Social Networking Websites in the Development of The Self Image. *Journal Acta Universitatis Sapientiae, Social Analysis*; Vol 1, 2 (2011) 300-306. Babes-Bolyai University, Cluj-Napoca, Romania.
- Keke Mahardika. (2015). Pengaruh Instagram terhadap Kehidupan Remaja. *Artikel*. Diakses dari http://www.academia.edu/9797885/pengaruh_instagram_terhadap_kehidupan_remaja. Pada tanggal 17 Mei 2015, Jam 15.00 WIB.
- Komang Sri dan Yohanes Kartika. (2013). Perbedaan Intensitas Komunikasi Melalui Jejaring Sosial antara Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana; Vol. 1, No.1, 106-115*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Udayana. Diakses melalui <http://download.portalgaruda.org>.
- Norma Lulusiana. (2008). Hubungan antara Minat Membaca Majalah Remaja dengan Citra Diri Pada Remaja Putri. *Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Renita Mulyaningtyas dan Yusup Purnomo. (2007). *Bimbingan dan Konseling untuk SMA dan MA Kelas XI*. Jakarta: Erlangga.
- Yanica Nur Latifa. (2014). Korelasi antara Kebutuhan Afiliasi dan Keterbukaan Diri dengan Intensitas Menggunakan Jejaring Sosial pada Siswa Kelas VII SMP N 15 Yogyakarta. *Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Yudit Oktaria dan April Harefa. (2011). *Studi Literatur Keterbukaan Diri pada Remaja Pengguna Facebook.pdf*. Diakses dari <http://universitas.gunadarma.ac.id>. Pada tanggal 28 April 2015, Jam 12.00 WIB.