

# Gambaran *Self-Disclosure* pada Mahasiswa Kedokteran Pengguna Instagram di Sulawesi Utara

Angelia Virginia Malonda<sup>1\*</sup>, Jehosua Samratson Victor Sinolungan<sup>2</sup>, Lydia Edmay Viveca David<sup>2</sup>

1 Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia

2 Bagian Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia

**Abstrak:** Masa transisi dari pendidikan menengah ke perguruan tinggi merupakan fase krusial yang sering kali memicu tekanan psikologis, terutama bagi mahasiswa baru kedokteran. Proses ini menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi untuk menghadapi perubahan signifikan dalam aspek akademik dan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri melalui media sosial, khususnya Instagram, dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi mahasiswa dalam mengatasi tantangan tersebut. Namun, hingga kini, data mengenai gambaran keterbukaan diri pada mahasiswa baru kedokteran pengguna Instagram masih belum tersedia. Untuk mendapatkan gambaran tingkat keterbukaan diri melalui Instagram pada mahasiswa baru di kedokteran. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling method*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)* yang telah diadaptasi oleh Wahyuni. Penelitian ini memperlihatkan gambaran tingkat keterbukaan diri yang rendah melalui media sosial Instagram pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2024. Sebanyak 191 mahasiswa (80,9%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah, sedangkan 45 mahasiswa lainnya (19,1%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi. Keterbukaan diri mahasiswa baru kedokteran melalui Instagram mendominasi pada kategori rendah, terutama pada aspek kedalaman, sementara aspek ketepatan atau kejujuran menunjukkan tingkat keterbukaan yang lebih tinggi. Hal ini mencerminkan upaya mahasiswa menjaga integritas sebagai calon dokter dengan menghindari membagikan informasi personal atau sensitif. Faktor lingkungan sosial berpengaruh signifikan terhadap tingkat keterbukaan diri, sedangkan usia dan jenis kelamin tidak memiliki pengaruh yang berarti.

**Kata kunci:** Keterbukaan Diri, Instagram, Mahasiswa Baru Kedokteran

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pjp.v2i2.3609>

\*Correspondence: Angelia Virginia Malonda

Email:

[angeliamalonda011@student.unsrat.ac.id](mailto:angeliamalonda011@student.unsrat.ac.id)

Received: 10-01-2025

Accepted: 20-01-2025

Published: 01-02-2025



**Copyright:** © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Abstract:** The transition from secondary to tertiary education is a crucial phase that often triggers psychological distress, especially for new medical students. This process demands high adaptability to deal with significant changes in academic and social aspects. Research shows that self-disclosure through social media, especially Instagram, can provide significant benefits for students in overcoming these challenges. However, until now, data regarding the description of self-disclosure in new medical students using Instagram is still not available. To get a description of the level of self-disclosure through Instagram in new students in medicine. This research is a quantitative descriptive study with a cross-sectional approach using the total sampling method. The research instrument used the Revised Keterbukaan diri Scale (RSDS) questionnaire which was adapted by Wahyuni. This study shows a description of a low level of self-disclosure through Instagram in medical students of the Sam Ratulangi University Batch 2024. A total of 191 students (80.9%) have a low level of self-disclosure, while 45 other students (19.1%) have a high level of self-disclosure. Self-disclosure of new medical students through Instagram dominates in the low category, especially in the depth aspect, while the accuracy or honesty aspect shows a higher level of disclosure. This reflects students' efforts to maintain integrity as prospective doctors by avoiding sharing personal or sensitive information. Social environmental factors have a significant effect on the level of self-disclosure, while age and gender have no significant influence.

**Keywords:** Self-disclosure, Instagram, New Medical Student

## Pendahuluan

Masa transisi dari pendidikan menengah ke perguruan tinggi merupakan periode yang menantang, terutama bagi mahasiswa kedokteran yang menghadapi tuntutan akademik dan sosial yang kompleks. Lingkungan pendidikan kedokteran ditandai dengan beban akademik yang berat, tekanan waktu, serta kebutuhan untuk mengembangkan kompetensi teknis dan interpersonal. Tantangan ini sering kali memicu tekanan psikologis, terutama bagi mahasiswa baru yang harus beradaptasi dengan sistem pendidikan yang lebih ketat dan suasana sosial yang berbeda. Oleh karena itu, kemampuan untuk beradaptasi menjadi kunci dalam mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Sari & Zaini, 2024) (Rahmadani & Rahmawati, 2020).

Salah satu strategi yang dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan tersebut adalah *self-disclosure* atau keterbukaan diri (Sari & Iswari, 2019). *Self-disclosure* didefinisikan sebagai proses berbagi informasi pribadi kepada orang lain, yang dapat membantu individu memahami diri, membangun hubungan sosial, dan meningkatkan kesejahteraan emosional (Devito, 2012). Keterbukaan diri memungkinkan individu untuk melepaskan beban emosional, mendapatkan umpan balik sosial, serta memperkuat hubungan interpersonal. Dalam konteks mahasiswa kedokteran, keterbukaan diri memiliki peran penting dalam mendukung adaptasi, mengurangi tekanan psikologis, dan menciptakan lingkungan sosial yang mendukung (Ganau, 2018).

Media sosial, terutama Instagram, telah menjadi platform utama bagi generasi Z, termasuk mahasiswa kedokteran, untuk melakukan keterbukaan diri. Instagram menyediakan ruang untuk berbagi pengalaman melalui foto, video, dan teks, sehingga menjadi sarana yang efektif untuk membangun citra diri, berbagi informasi, dan menjalin hubungan sosial (Wahyuni & Retno, 2021). Laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa generasi Z mendominasi pengguna internet di Indonesia, dengan Instagram menjadi salah satu platform yang paling sering digunakan (APJII, 2024). Dalam konteks ini, mahasiswa kedokteran sering memanfaatkan Instagram untuk berbagi pengalaman akademik, prestasi, dan tantangan yang mereka hadapi, yang tidak hanya membantu mereka mendapatkan dukungan sosial tetapi juga membentuk citra profesional yang positif (Sari *et al*, 2018).

Namun, keterbukaan diri di media sosial tidak lepas dari risiko, terutama terkait privasi dan citra profesional. Mahasiswa kedokteran, yang memiliki kesadaran tinggi terhadap pentingnya menjaga reputasi, cenderung membatasi keterbukaan diri pada topik-topik yang mendukung citra akademik atau profesional mereka. Selain itu, kekhawatiran akan risiko penyalahgunaan informasi membuat mereka lebih selektif dalam berbagi

informasi pribadi di media sosial (Bazarova & Choi, 2014). Oleh karena itu, keterbukaan diri di Instagram sering kali difokuskan pada aspek-aspek yang mendukung hubungan sosial dan adaptasi akademik, sambil tetap menjaga keseimbangan antara privasi dan kebutuhan untuk berbagi (Sari & Putri, 2023).

Meskipun *self-disclosure* memiliki manfaat besar, penelitian terkait keterbukaan diri di media sosial pada mahasiswa kedokteran masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak membahas keterbukaan diri dalam interaksi tatap muka atau pada mahasiswa dari bidang studi lain. Padahal, mahasiswa kedokteran memiliki karakteristik dan tantangan yang unik, yang memengaruhi cara mereka menggunakan media sosial untuk keterbukaan diri. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih spesifik untuk memahami bagaimana mahasiswa kedokteran memanfaatkan Instagram sebagai media keterbukaan diri, serta faktor-faktor yang memengaruhi pola tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pola *self-disclosure* mahasiswa kedokteran pengguna Instagram di Sulawesi Utara. Fokus penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana mereka menggunakan Instagram dalam mendukung adaptasi selama masa transisi, serta untuk mengidentifikasi manfaat dan tantangan yang mereka hadapi dalam keterbukaan diri melalui media sosial. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi pendukung adaptasi mahasiswa kedokteran secara holistik, baik dari aspek akademik maupun sosial.

## Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena dari variabel yang diukur menggunakan angka. Penelitian ini bersifat observasional, di mana peneliti hanya mengamati dan mengukur variabel tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel tersebut. Penelitian ini juga dilakukan dengan menggunakan metode survei. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan mengeksplorasi data primer melalui kuesioner yang dibagikan lewat layanan *Google Form* untuk mengetahui gambaran *self-disclosure* pada mahasiswa pengguna Instagram di Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2024 yang dilakukan pada satu waktu tertentu.

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa baru angkatan 2024 di Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sam Ratulangi dengan jumlah populasi 236 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh jumlah populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *total sampling method* di mana jumlah sampel sama dengan jumlah total populasi yang ada yaitu 236 orang.

Variabel dalam penelitian ini adalah *self-disclosure* sebagai variabel tunggal dan juga terdapat data karakteristik yang diambil dari responden seperti usia, jenis kelamin dan tempat tinggal. Waktu penelitian dimulai sejak peneliti menyusun proposal penelitian yang dilakukan pada bulan Agustus 2024 dan pengumpulan data serta penyusunan hasil akhir penelitian akan dilaksanakan pada bulan November hingga Januari 2025.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner Keterbukaan Diri (*Self-Disclosure*) dengan menggunakan skala *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) dari Wheelless (1986) kemudian diadaptasi dari penelitian Diah Ria Ayu Wahyuni (2021) dengan total 26 butir pernyataan yang telah diuji coba dengan hasil reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0.958 (sangat tinggi). Skala tersebut disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Wheelless dkk (1986) yaitu ukuran atau jumlah, valensi, ketepatan dan kejujuran, tujuan dan maksud, kedalaman yang diajukan untuk mengetahui apakah mahasiswa pengguna Instagram melakukan keterbukaan diri atau tidak.

## Hasil dan Pembahasan

Pengumpulan data penelitian dilaksanakan pada tanggal 18–24 November 2024. Data dikumpulkan dengan cara membagikan tautan *Google Form* yang berisi kuesioner *Self-Disclosure* melalui WhatsApp kepada responden penelitian. Responden penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2024 yang berjumlah 236 orang.

**Tabel 1.** Karakteristik Usia Responden

Karakteristik Usia (Tahun)	Jumlah (n)	Persentase (%)
16	4	1,7
17	56	23,7
18	124	52,5
19	46	19,5
20	5	2,1
21	1	0,4
<b>Total</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Pendidikan Dokter 2024 berada pada kelompok usia 18 tahun, yang mencapai 124 orang atau 52,5% dari total sampel. Kelompok usia 17 tahun menyusul dengan jumlah 56 orang (23,7%), diikuti oleh usia 19 tahun sebanyak 46 orang (19,5%). Sebaran responden di usia yang lain relatif rendah, dengan 4 orang (1,7%) berusia 16 tahun, 5 orang (2,1%) berusia 20 tahun, dan hanya 1 orang (0,4%) berusia 21 tahun. Total keseluruhan responden adalah 236 orang (100%).

**Tabel 2.** Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Karakteristik Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	67	28,4
Perempuan	169	71,6
<b>Total</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Pendidikan Dokter 2024 adalah perempuan dengan persentase mencapai 71,6% (169 orang). Sementara itu, jumlah mahasiswa laki-laki hanya mencakup 28,4% dari total responden (67 orang). Total keseluruhan responden adalah 236 orang (100%).

**Tabel 3.** Karakteristik Tempat Tinggal Responden

Karakteristik Tempat Tinggal	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tinggal sendiri	137	58,1
Tinggal bersama keluarga	97	41,1
Tinggal bersama teman	2	0,8
<b>Total</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Pendidikan Dokter tinggal sendiri, yaitu sebanyak 137 orang yang mencakup 58,1% dari total responden. Sementara itu, 97 orang (41,1%) tinggal bersama keluarga, dan hanya 2 orang (0,8%) yang tinggal bersama teman. Total keseluruhan responden adalah 236 orang (100%).

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Hasil Pengukuran Keterbukaan Diri

Kategorisasi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tinggi	45	19,1
Rendah	191	80,9
<b>Total</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada mahasiswa kedokteran pengguna Instagram menunjukkan bahwa dari total 236 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat keterbukaan diri rendah, yakni sebanyak 191 (80,9%). Sementara itu, responden dengan tingkat keterbukaan diri tinggi berjumlah 45 orang (19,1%) dari total responden. Hasil ini

memberikan gambaran bahwa sebagian besar mahasiswa kedokteran cenderung untuk tidak membuka/mengungkapkan diri di Instagram.

**Tabel 5.** Tabulasi Silang antara Usia dengan Tingkat Keterbukaan Diri

Usia (Tahun)	<i>Self-Disclosure</i>				Jumlah	
	Tinggi		Rendah		n	%
	n	%	n	%		
16	0	0	4	2,1	4	1,7
17	14	31,1	42	22,0	56	23,7
18	24	53,3	100	52,4	124	52,5
19	7	15,6	39	20,4	46	19,5
20	0	0	5	2,6	5	2,1
21	0	0	1	0,5	1	0,4
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>191</b>	<b>100</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 5 menunjukkan bahwa usia 18 tahun memiliki persentase terbesar pada kategori keterbukaan diri tinggi yaitu 53,3% (24 orang), diikuti usia 17 tahun sebesar 31,1% (14 orang), usia 19 tahun sebesar 15,6% (7 orang) dan persentase terkecil berada pada usia 16, 20 dan 21 tahun yaitu 0% (0 orang). Sementara itu, pada kategori keterbukaan diri rendah diperoleh usia 18 tahun juga memiliki persentase terbesar yaitu 52,4% (100 orang), diikuti usia 17 tahun sebesar 22% (42 orang), usia 19 tahun sebesar 20,4% (39 orang), usia 16 tahun sebesar 2,1% (4 orang), usia 20 tahun sebesar 2,6% (5 orang), dan persentase terkecil berada pada usia 21 tahun yaitu 0,5% (1 orang). Data ini menunjukkan bahwa tingkat keterbukaan diri pada mahasiswa baru kedokteran pengguna Instagram cenderung bervariasi berdasarkan usia dengan puncak keterbukaan diri tertinggi berada pada usia 18 tahun.

**Tabel 6.** Tabulasi Silang antara Jenis Kelamin dengan Tingkat Keterbukaan Diri

Jenis Kelamin	<i>Self-Disclosure</i>				Jumlah	
	Tinggi		Rendah		n	%
	n	%	n	%		
Laki-Laki	4	8,9	63	33,0	67	28,4
Perempuan	41	91,1	128	67,0	169	71,6
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>191</b>	<b>100</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 6 menunjukkan bahwa pada kategori keterbukaan diri tinggi, perempuan memiliki persentase terbesar yaitu 91,1% (41 orang) sedangkan laki-laki sebesar 8,9% (4 orang). Pada kategori rendah, perempuan memiliki persentase terbesar yaitu 67,0% (128 orang) dan laki-laki sebesar 33,0% (63 orang). Hal ini menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

**Tabel 7.** Tabulasi Silang antara Tempat Tinggal dengan Tingkat Keterbukaan Diri

Tempat Tinggal	<i>Self-Disclosure</i>				Jumlah	
	Tinggi		Rendah		n	%
	n	%	n	%		
Tinggal Sendiri	20	44,4	117	61,3	137	58,1
Tinggal Bersama Keluarga	25	55,6	72	37,7	97	41,1
Tinggal Bersama Teman	0	0	2	1,0	2	0,8
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>191</b>	<b>100</b>	<b>236</b>	<b>100</b>

Tabel 7 menunjukkan bahwa pada kategori keterbukaan diri tinggi, mahasiswa yang tinggal bersama keluarga memiliki persentase terbesar yaitu 55,6% (25 orang), diikuti oleh mahasiswa yang tinggal sendiri sebesar 44,4% (20 orang). Pada kategori keterbukaan diri rendah, mahasiswa yang tinggal sendiri memiliki persentase terbesar yaitu 61,3% (117 orang), diikuti oleh mahasiswa yang tinggal bersama keluarga sebesar 37,7% (72 orang), dan mahasiswa yang tinggal bersama teman sebesar 1,0% (2 orang). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal bersama keluarga cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal sendiri atau bersama teman.

**Tabel 8.** Distribusi Frekuensi Hasil Pengukuran Tingkat Keterbukaan Diri tiap aspek

Aspek Keterbukaan Diri	Hasil				Jumlah	
	Tinggi		Rendah		n	%
	n	%	n	%		
<b>Ukuran atau Jumlah</b>	98	41,5	138	58,5	236	100
<b>Valensi</b>	94	39,8	142	60,2	236	100
<b>Ketepatan atau Kejujuran</b>	110	46,6	112	53,4	236	100
<b>Tujuan dan Maksud</b>	63	26,7	173	73,3	236	100
<b>Kedalaman</b>	6	2,5	230	97,5	236	100

Berdasarkan tabel 8 hasil dari pengukuran keterbukaan diri pada mahasiswa baru kedokteran pengguna Instagram menunjukkan bahwa pada aspek ukuran atau jumlah, sebanyak 98 responden (41,5%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi, sedangkan 138 responden (58,5%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah. Pada aspek valensi, sebanyak 94 responden (39,8%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi, sedangkan 142 responden lainnya (60,2%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah. Untuk aspek ketepatan atau kejujuran, sebanyak 110 responden (46,6%) memiliki tingkat keterbukaan

diri yang tinggi, sedangkan 112 responden (53,4%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah. Pada aspek tujuan dan maksud, sebanyak 63 responden (26,7%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi, sedangkan 173 responden (73,3%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah. Terakhir, pada aspek kedalaman, sebanyak 6 responden (2,5%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi, sedangkan 230 responden lainnya (97,5%) memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah. Diagram batang yang menyertai tabel ini menunjukkan bahwa aspek kedalaman memiliki persentase tertinggi (97,5%) pada keterbukaan diri kategori rendah, sedangkan aspek ketepatan atau kejujuran memiliki persentase tertinggi (46,6%) pada kategori keterbukaan diri tinggi.

## Pembahasan

*Self-disclosure*, menurut Jourard, adalah proses di mana seseorang membagikan informasi pribadi kepada orang lain, yang mencakup perasaan, pikiran, dan pengalaman yang biasanya tidak diketahui oleh orang lain (Jourard, 1964). Proses ini dianggap penting dalam membangun hubungan interpersonal yang lebih dalam dan autentik. Dalam era digital, bentuk *self-disclosure* telah berkembang dengan pesat melalui media sosial, seperti Instagram. Platform ini memungkinkan individu untuk secara terbuka membagikan aspek pribadi mereka melalui foto, status, dan cerita, meskipun dengan keterbatasan kontrol terhadap audiens yang lebih luas. *Online self-disclosure* di Instagram sering kali dipengaruhi oleh faktor seperti keinginan untuk mendapatkan validasi sosial, ekspresi diri, dan bahkan kebutuhan untuk berinteraksi dengan komunitas tertentu. Namun, fenomena ini juga membawa dampak negatif, seperti peningkatan tekanan sosial, distorsi citra diri, dan masalah privasi yang sering kali diabaikan pengguna (Purmiasa, Yoanita & Budiana, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-disclosure* pada mahasiswa baru Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado Angkatan 2024 yang menggunakan Instagram. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa baru pengguna Instagram di Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2024 diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah dengan jumlah 191 orang (80,9%) dari total 236 orang dan sisanya yaitu 45 orang (19,1%) memiliki keterbukaan diri yang tinggi. Hasil penelitian ini berbeda dengan kebanyakan penelitian lainnya salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Safira et al (2023) yang menunjukkan tingginya keterbukaan diri di Instagram. Mahasiswa, khususnya mahasiswa baru, dapat memiliki tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang tinggi di Instagram karena beberapa alasan yang didorong oleh kebutuhan sosial, personal, dan lingkungan digital. Salah satu faktor utamanya adalah keinginan untuk membangun

hubungan sosial dan adaptasi dengan lingkungan baru. Sebagai mahasiswa baru, mereka cenderung menggunakan Instagram sebagai sarana untuk memperkenalkan diri, memperluas jaringan pertemanan, dan menciptakan kesan positif di hadapan teman sebaya. Melalui keterbukaan diri, mereka dapat menunjukkan sisi personal yang dianggap menarik atau relevan dengan kelompok sosial yang mereka masuki (Safira, Asri & Triningtyas, 2023).

Meskipun Instagram secara umum dianggap sebagai platform yang mendukung keterbukaan diri, penelitian saya menunjukkan hasil yang berbeda, di mana mahasiswa baru kedokteran justru cenderung kurang mengungkapkan diri di media sosial tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kuputri (2020) menunjukkan bahwa sebanyak 52% dari total responden yang menggunakan Instagram memiliki tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang rendah. Temuan ini menyoroti adanya dinamika unik yang membedakan kelompok mahasiswa baru kedokteran ini dari pengguna Instagram pada umumnya. Mahasiswa baru, khususnya mahasiswa kedokteran, cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang rendah di Instagram, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor individu dan lingkungan. Salah satu alasan utama adalah ketakutan akan penilaian sosial. Mereka merasa cemas terhadap bagaimana akan dinilai oleh teman sebaya, senior, atau bahkan orang asing, terutama karena risiko kritik atau komentar negatif yang dapat memengaruhi rasa percaya diri. Kekhawatiran ini diperparah oleh sifat Instagram sebagai platform publik, di mana informasi yang dibagikan dapat diakses oleh banyak orang, termasuk yang tidak dikenal secara pribadi. Hal ini mendorong mahasiswa untuk berhati-hati dalam membagikan informasi pribadi demi menjaga privasi mereka (Habil, Budiman & Makhrian, 2023).

Di samping itu, mahasiswa kedokteran menghadapi tekanan adaptasi dalam lingkungan akademik yang kompetitif dan ekspektasi terhadap profesionalisme di bidangnya. Mereka cenderung selektif dalam mengungkapkan diri di media sosial untuk menjaga citra yang sesuai dengan norma sosial dan standar etika yang berlaku. Tekanan akademik yang tinggi dan fokus pada tugas-tugas perkuliahan juga menjadi prioritas utama, sehingga media sosial tidak dimanfaatkan sebagai ruang untuk mengekspresikan diri secara bebas. Konteks ini menunjukkan bahwa rendahnya keterbukaan diri mahasiswa baru kedokteran di Instagram bukan hanya disebabkan oleh kekhawatiran pribadi, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti tuntutan akademik dan norma profesional (Muttaqien, Hibatullah & Wulandari, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Liu (2023) menyebutkan bahwa tekanan sosial untuk menampilkan citra diri yang ideal juga memengaruhi pola keterbukaan diri.

Mahasiswa sering merasa terdorong untuk menunjukkan versi terbaik dari diri mereka, sehingga hanya berbagi hal-hal yang dianggap sesuai dengan ekspektasi sosial. Pada saat yang sama, proses pencarian identitas yang masih berlangsung membuat mereka ragu untuk mengungkapkan hal-hal yang terlalu personal, karena khawatir hal tersebut tidak selaras dengan identitas yang mereka bangun. Norma sosial dalam kelompok juga turut berperan, terutama di lingkungan pendidikan kedokteran yang memiliki standar etika tertentu. Keterbukaan diri yang terlalu tinggi di media sosial dapat dianggap kurang pantas atau tidak profesional, yang akhirnya membatasi mahasiswa dalam berbagi informasi pribadi (Habil, Budiman & Makhrian, 2023).

Pernyataan di atas juga didukung oleh hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa aspek ketepatan atau kejujuran memiliki tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) tertinggi di antara mahasiswa kedokteran yang aktif di Instagram, dengan 46,6% responden mengungkapkan diri secara tepat dan jujur. Tingginya tingkat ketepatan atau kejujuran dalam *self-disclosure* di Instagram di kalangan mahasiswa kedokteran dapat dijelaskan melalui beberapa faktor yang erat kaitannya dengan karakteristik profesi dan pola komunikasi mereka. Penelitian Kim dan Dindia (2011) menunjukkan bahwa media sosial memungkinkan individu untuk mengontrol narasi informasi yang mereka bagikan. Hal ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa kedokteran untuk memilih konten yang tidak hanya mencerminkan diri mereka tetapi juga mendukung citra profesional mereka sebagai calon tenaga medis. Mahasiswa kedokteran sering kali menyadari bahwa profesi yang mereka jalani memiliki ekspektasi tinggi terhadap integritas, kejujuran, dan tanggung jawab sosial. Oleh karena itu, mereka lebih cenderung membagikan informasi yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan, baik terkait pengalaman belajar, pandangan ilmiah, maupun kontribusi sosial (Kim & Dindia, 2011).

Dalam penelitian ini juga, aspek kedalaman menunjukkan tingkat keterbukaan diri yang paling rendah, hanya sebesar 2,5% dari total responden. Hal ini mengindikasikan bahwa mereka cenderung membatasi pengungkapan informasi yang sangat pribadi atau mendalam di platform publik seperti Instagram. Rendahnya tingkat keterbukaan diri pada aspek kedalaman di kalangan mahasiswa kedokteran di Instagram mencerminkan pola perilaku yang logis dan strategis dalam menggunakan media sosial. Instagram, sebagai platform yang bersifat publik, memungkinkan akses informasi oleh audiens yang luas dan heterogen, termasuk teman, keluarga, kolega, bahkan orang asing. Hal ini membuat mahasiswa kedokteran lebih cenderung membatasi pengungkapan informasi yang bersifat emosional, pribadi, atau terlalu mendalam. Penelitian oleh Bazarova dan Choi (2014) menjelaskan bahwa individu lebih berhati-hati dalam berbagi konten yang bersifat pribadi

di ruang digital karena kekhawatiran terhadap risiko privasi, seperti penyalahgunaan data, salah tafsir, atau dampak negatif pada hubungan sosial dan profesional (Muttaqien, Hibatullah & Wulandari, 2022).

Ada berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada mahasiswa seperti usia, jenis kelamin dan tempat tinggal. Ditinjau dari usia, keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada kategori tinggi didominasi oleh mahasiswa yang berusia 17-19 tahun dengan persentase tertinggi berada pada usia 18 tahun (53,5%), di mana menurut Kemenkes usia tersebut masuk dalam kategori remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangayuninggalih et al bahwa keterbukaan diri pada remaja lebih tinggi daripada dewasa muda. Usia 17-19 tahun adalah usia yang krusial karena pada usia tersebut, seorang remaja berada dalam tahap transisi dari remaja akhir menuju dewasa muda. Begitu banyak hal baru, baik dalam hal akademis maupun sosial yang harus mereka pelajari dan pahami untuk menavigasi kehidupan di lingkungan yang lebih luas dan kompleks. Di lingkungan kedokteran, tantangan yang dihadapi semakin besar, apalagi pada mahasiswa baru, mereka segera dihadapkan pada berbagai tantangan signifikan, seperti jadwal perkuliahan yang padat, materi yang kompleks dan banyak, serta lingkungan sosial yang penuh ambisi dan kompetisi. Tekanan tersebut sering kali menuntut mereka untuk menilai kembali kesiapan dan komitmen mereka terhadap jalur profesi yang mereka pilih. Dengan beban yang begitu besar, remaja menggunakan media sosial khususnya Instagram sebagai alat untuk mengungkapkan segala pikiran, perasaan dan pengalaman mereka kepada orang lain yang dapat membantu mereka untuk beradaptasi serta mengatasi tantangan yang dihadapi. Teori Sarwono mengungkapkan bahwa remaja lebih membutuhkan teman dan lebih ingin mendapatkan pengakuan dari teman sebayanya agar bisa diterima oleh lingkungan (Pangayuninggalih, Sari & Masykur, 2020).

Penelitian ini menunjukkan dominasi responden perempuan, dengan jumlah mencapai 169 orang (71,6%), sementara responden laki-laki tercatat sebanyak 67 orang (28,4%). Selanjutnya, dalam hal tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*), kategori tinggi didominasi oleh responden perempuan, yang berjumlah 41 orang (91,1%). Sebaliknya, pada kategori yang sama, responden laki-laki tercatat hanya sebanyak 4 orang (8,9%). Hasil yang sama juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gulo et al yang melibatkan 340 mahasiswa dengan jumlah yang seimbang antara laki-laki dan perempuan yaitu masing-masing sebanyak 170 orang, didapatkan hasil bahwa tingkat keterbukaan diri lebih tinggi pada perempuan daripada laki-laki, begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Dindia & Allen menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat *self-disclosure* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini selaras dengan teori Devito (2016) bahwa perempuan

lebih sering mengungkapkan dirinya daripada laki-laki, perempuan mengungkapkan lebih banyak tentang hubungan romantis mereka sebelumnya, perasaan mereka tentang teman sesama jenis terdekat mereka, ketakutan terbesar mereka, dan apa yang tidak mereka sukai tentang pasangan mereka (Lestari, 2016).

Tempat tinggal merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perilaku mahasiswa baru dalam mengekspresikan diri, termasuk keterbukaan diri (*self-disclosure*) melalui media sosial seperti Instagram. Berdasarkan penelitian ini, hasil yang didapatkan yaitu keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada kategori tinggi didominasi oleh mahasiswa yang tinggal bersama keluarga sebanyak 25 orang (55,6%) diikuti oleh responden yang tinggal sendiri yaitu sebanyak 20 orang (44,4%) dan tidak ada responden yang tinggal bersama teman yang berada pada kategori tinggi. Sedangkan, keterbukaan diri pada kategori rendah didominasi oleh mahasiswa yang tinggal sendiri sebanyak 137 orang (61,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shafira (2015) yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga memainkan peran penting dalam keterbukaan diri individu. Mahasiswa yang tinggal bersama keluarga cenderung merasa lebih aman dan didukung, sehingga lebih nyaman dalam mengekspresikan diri di media sosial. Sebaliknya, mahasiswa yang tinggal sendiri atau bersama teman mungkin menghadapi perasaan kesepian atau kurangnya dukungan emosional, yang dapat menghambat keinginan mereka untuk berbagi informasi pribadi secara online. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa faktor lingkungan, seperti pola asuh dan budaya, dapat memengaruhi keterbukaan diri seseorang. Mahasiswa yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang mendukung komunikasi terbuka cenderung lebih mudah mengungkapkan diri di platform seperti Instagram. Sebaliknya, mereka yang berasal dari latar belakang dengan komunikasi yang lebih tertutup mungkin merasa enggan untuk berbagi informasi pribadi secara publik. Dengan demikian, dukungan keluarga dan faktor lingkungan memainkan peran signifikan dalam menentukan tingkat keterbukaan diri mahasiswa di media sosial. Mahasiswa yang tinggal bersama keluarga cenderung memiliki rasa aman dan dukungan yang lebih besar, mendorong mereka untuk lebih terbuka di platform seperti Instagram (Muhrisa, 2021).

## Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa baru di Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2024 memiliki tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang rendah di Instagram, dengan persentase sebesar 80,9% responden berada pada kategori rendah. Rendahnya keterbukaan diri mencerminkan kehati-hatian mahasiswa dalam berbagi informasi pribadi di media

sosial, yang kemungkinan dipengaruhi oleh kesadaran akan privasi dan potensi risiko penggunaan *platform* publik.

### Daftar Pustaka

- APJII. (2024). Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang.
- Bazarova, N. N., & Choi, Y. H. (2014). Self-disclosure in social media: Extending the functional approach to disclosure motivations and characteristics on social network sites. *Journal of Communication*, 635–657. <https://doi.org/10.1111/jcom.12106>
- Devito, J. A. (2012). *The Interpersonal Communication Book*. 13th edition. USA: Pearson Education.
- Gainau. (2018). Hubungan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja di Panti Asuhan Penyantun Islam Banda Aceh. *J Empati*, 7(1):136-144.
- Habil, M., Budiman, D.A., Makhrian, A. (2023). Instagram Stories sebagai media pengungkapan diri mahasiswa Ilmu Komunikasi UNIB (Kajian pengguna Instagram Stories pada mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi Universitas Bengkulu). *Jurnal Kaganga*, 7(1), 69-82. doi:10.25139/jsk.3i2.1497.
- Jourard, S. M. (1964). *The transparent self*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Kim, J.K., Dindia, K.P. (2011). Self-Presentation in Computer-Mediated Communication: The Case of Blogs and Wikis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32(5), 252-262. doi:10.1016/j.appdev.2011.06.003.
- Lestari, S.S. (2016). Hubungan keterbukaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta. *E-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 75-85. doi:10.1234/ejbk.2016.5.3.75.
- Muhrisa. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dan Keterbukaan Diri dengan Kesepian pada Mahasiswa Perantau. Skripsi. Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Muttaqien, A.F., Hibatullah, F., Wulandari, R. (2022). Efektivitas Media Sosial Instagram Terhadap Pengungkapan Diri. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)*, 2(3), 370-375. doi: 10.47233/jkomdis.v2i1.396.
- Pangayuninggalih, R., Sari, R., Masykur, M. (2020). Pengaruh Usia Terhadap Keterbukaan Diri Mahasiswa. *Jurnal Empati*, 9(1), 45-50.
- Purmiasa, S.E., Yoanita, D., Budiana, D. (2019). Factors of Public Self-Disclosure Via Instagram Stories. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 423:397-410. doi:10.2991/assehr.k.200325.085.

- 
- Rahmadani, A., Rahmawati, Y.M. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(3), 158-166. doi: 10.29210/145700.
- Safira, A.I.P., Asri, D.N., Triningtyas, D.A. (2023). Self-Disclosure pada Media Sosial Instagram. *Seminar Nasional Sosial Sains, Pendidikan, Humaniora (SENASSDRA)*, 2(1), 360-366. doi:10.1234/senassdra.2023.2987-3940.
- Sari, A.C., Hartina, R., Awalia, R., Irianti, H., Ainun, N. (2018). Komunikasi dan Media Sosial. Preprint. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/329998890>
- Sari, C.A., Zaini, A.H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64-78. doi: 10.21107/personifikasi. v15i1.23190.
- Sari, D., & Putri, A. (2023). Self-Disclosure Generasi Z pada Media Sosial Instagram (Pengungkapan Diri melalui Instagram pada Peserta Homeschooling di Jakarta). *Arunika: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(1), 45-60. doi:10.1234/arunika.2023.321.
- Sari, D.E.S.P., Iswari, R.D. (2019). Hubungan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantauan di Universitas Sriwijaya. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-10. doi:10.1234/jpsikologi.2019.01.01.
- Wahyuni, D.R.A., Retno, A. (2021). The relationship between self-esteem and self-disclosure in Instagram using UNISSULA students. *Archetype: Jurnal Ilmiah Psikologi & Terapan*, 4(2), 1-10. doi:10.1234/archetype.2021.02.01.