

BAB II

GAMBARAN UMUM PENGGUNAAN AKUN ALTERNATIF INSTAGRAM, *SELF-ESTEEM*, DAN *SELF-DISCLOSURE*

2.1 Perkembangan Media Sosial dan Instagram sebagai Ruang Ekspresi Diri

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mendorong perubahan signifikan dalam pola interaksi sosial masyarakat. Kehadiran media sosial menjadi salah satu faktor utama yang mengubah cara individu berkomunikasi, berbagi informasi, serta mengekspresikan diri dalam kehidupan sehari-hari. Media sosial tidak lagi hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai ruang sosial digital yang memungkinkan individu untuk membangun identitas diri, memperoleh pengakuan sosial, serta menjalin hubungan interpersonal (Khaira et al., 2024). Dalam konteks ini, pengguna tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai produsen konten yang aktif.

Di antara berbagai platform media sosial, Instagram menjadi salah satu yang paling populer, khususnya di kalangan mahasiswa. Instagram menawarkan fitur berbasis visual seperti foto, video, *stories*, dan *reels* yang memungkinkan pengguna untuk menampilkan diri secara lebih kreatif dan menarik. Karakter visual ini menjadikan Instagram sebagai medium yang efektif dalam membangun citra diri. Bagi mahasiswa, Instagram tidak hanya digunakan untuk berbagi aktivitas sehari-hari, tetapi juga sebagai sarana untuk mengekspresikan emosi, pemikiran, serta pengalaman pribadi. Melalui unggahan konten, individu dapat menunjukkan siapa dirinya, bagaimana ia ingin dilihat oleh orang lain, serta nilai-nilai yang ingin disampaikan kepada audiensnya (Sikumbang et al., 2024).

Namun, dalam praktiknya, ekspresi diri di Instagram sering kali tidak sepenuhnya bebas. Adanya audiens yang luas membuat pengguna cenderung melakukan seleksi terhadap konten yang dibagikan. Hal ini mendorong munculnya strategi pengelolaan identitas digital, salah satunya melalui penggunaan lebih dari satu akun (Putri, 2025). Dengan demikian, Instagram tidak hanya berfungsi sebagai media komunikasi, tetapi juga sebagai ruang ekspresi diri yang kompleks, di mana individu secara aktif mengelola bagaimana dirinya ditampilkan dan dipersepsikan oleh orang lain.

2.2 Penggunaan Akun Alternatif Instagram di Kalangan Gen Z

Seiring dengan meningkatnya penggunaan Instagram, muncul fenomena penggunaan lebih dari satu akun oleh individu. Penggunaan akun alternatif di media sosial, khususnya

Instagram, semakin berkembang di kalangan Generasi Z. Berbeda dengan akun utama yang umumnya menampilkan konten yang lebih terkurasi dan estetik, akun alternatif cenderung digunakan sebagai ruang yang lebih santai dan autentik dalam mengekspresikan diri (Muflikhah, 2026). Data dari We Are Social (2024) menunjukkan bahwa lebih dari 60% pengguna media sosial berusia 16–24 tahun memiliki lebih dari satu akun, yang mengindikasikan bahwa praktik ini telah menjadi bagian dari kebiasaan digital generasi muda, bukan sekadar tren sementara (Minang, 2025).

Menurut Muflikhah (2026), akun alternatif berfungsi sebagai media bagi individu untuk mengekspresikan diri secara lebih bebas. Melalui akun ini, pengguna sering membagikan pengalaman sehari-hari, perasaan pribadi, hingga konten spontan yang tidak selalu ditampilkan di akun utama. Dengan demikian, akun alternatif menjadi ruang yang relatif lebih fleksibel dan minim tekanan sosial. Selain itu, menurut Dr. Crystal Abidin, seorang peneliti budaya digital dari Curtin University, Gen Z tumbuh dalam lingkungan digital yang penuh ekspektasi sosial, sehingga mendorong mereka untuk mencari ruang yang lebih aman dalam mengekspresikan diri tanpa kekhawatiran terhadap penilaian orang lain (Minang, 2025).

Fenomena ini menunjukkan bahwa penggunaan akun alternatif tidak hanya berkaitan dengan cara menggunakan media sosial, tetapi juga berhubungan dengan kondisi psikologis dan sosial penggunanya. Akun alternatif dapat digunakan sebagai sarana untuk mengeksplorasi identitas diri, mengelola tekanan sosial, serta menyesuaikan diri dengan norma yang berkembang di ruang digital. Dalam konteks tersebut, akun alternatif memberikan ruang bagi individu untuk menampilkan diri secara lebih autentik di tengah tuntutan untuk terlihat ideal di media sosial.

2.3 Mahasiswa Generasi Z sebagai Pengguna Aktif Instagram

Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2022 berada pada rentang usia dewasa awal, fase kehidupan yang ditandai oleh intensitas penggunaan media sosial yang tinggi serta proses pembentukan identitas diri yang masih berlangsung (Caroline, 2025). Sebagai bagian dari Generasi Z, mereka tumbuh di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital dan menjadikan platform seperti Instagram sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sosial sehari-hari (Zis et al., 2021).

Dalam penggunaan Instagram, mahasiswa pada kelompok usia ini tidak hanya berperan sebagai konsumen konten, tetapi juga sebagai pengelola identitas digital yang aktif, dengan mempertimbangkan apa yang ditampilkan, kepada siapa, dan dalam konteks apa

(Sikumbang et al., 2024; Rahmad et al., 2025). Kesadaran terhadap audiens dan pengelolaan citra diri di ruang digital menjadi bagian dari keseharian mereka, yang pada gilirannya memengaruhi cara mereka melakukan *self-disclosure* di berbagai ruang digital yang berbeda.

Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2022 dipilih sebagai subjek dalam penelitian ini berdasarkan hasil survei awal yang menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka aktif menggunakan akun alternatif Instagram sebagai ruang ekspresi yang lebih privat. Pilihan ini didasarkan pada relevansi empiris tersebut, bukan pada klaim kekhususan dibanding kelompok mahasiswa lain. Penelitian ini memposisikan mereka sebagai representasi dari Generasi Z pengguna Instagram aktif yang fenomena penggunaan akun alternatifnya relevan untuk dikaji lebih dalam.

2.4 Self-Esteem dalam konteks Mahasiswa Gen Z

Self-esteem merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri, baik secara positif maupun negatif. *Self-esteem* memengaruhi bagaimana seseorang melihat nilai dirinya, kepercayaan diri, serta bagaimana ia berinteraksi dengan lingkungan sosial (Holloway, 2017). Mahasiswa Generasi Z cenderung menghadapi berbagai tekanan dalam kehidupan, seperti tuntutan akademik dan sosial, yang dapat memengaruhi cara mereka memandang diri sendiri. Dalam beberapa kondisi, hal ini dapat terlihat dari rendahnya penerimaan diri, kurangnya kepercayaan diri, serta adanya kecenderungan sikap negatif terhadap diri sendiri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *self-esteem* dapat memengaruhi bagaimana mahasiswa memandang diri sendiri, yang kemudian turut berpengaruh pada cara mereka mengekspresikan diri, termasuk dalam penggunaan media sosial (Reo et al., 2024).

Individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam mengekspresikan diri, sedangkan individu dengan *self-esteem* rendah cenderung lebih berhati-hati, bahkan membatasi diri dalam membuka informasi pribadi. Dalam konteks media sosial, *self-esteem* berperan dalam menentukan bagaimana seseorang menampilkan dirinya, termasuk dalam memilih menggunakan akun utama atau akun alternatif sebagai sarana ekspresi (Lase et al., 2024).

2.5 Self-Disclosure dalam Interaksi Digital

Self-disclosure adalah proses di mana individu mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain. Dalam komunikasi interpersonal, *self-disclosure* menjadi elemen penting dalam membangun kedekatan dan hubungan sosial (Masaviru, 2016). Di era digital, *self-disclosure* mengalami perubahan signifikan. Media sosial memungkinkan individu untuk

mengungkapkan diri kepada audiens yang lebih luas, namun dengan tingkat kontrol tertentu. Individu dapat memilih apa yang dibagikan, kepada siapa dibagikan, hingga seberapa dalam informasi yang diungkapkan.

Akun alternatif Instagram menjadi salah satu bentuk media yang memfasilitasi *self-disclosure* yang lebih mendalam. Hal ini karena audiens pada akun tersebut biasanya lebih terbatas dan dianggap lebih “aman”, sehingga individu lebih berani mengungkapkan sisi pribadi yang tidak ditampilkan di akun utama.

2.6 Peran *Self-Esteem* dalam *Self-Disclosure* pada Penggunaan Akun Alternatif

Self-esteem berperan besar dalam *self-disclosure* seseorang. Individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung lebih terbuka dan percaya diri dalam melakukan *self-disclosure* sedangkan individu dengan *self-esteem* rendah mungkin menggunakan akun alternatif sebagai ruang aman untuk mengekspresikan diri tanpa takut penilaian negatif (Holloway, 2017). Fenomena ini juga tampak dalam konteks penggunaan akun alternatif Instagram.

Akun alternatif sering kali digunakan sebagai media kompromi antara kebutuhan mengekspresikan diri dan kekhawatiran terhadap penilaian sosial. Dengan demikian, fenomena ini relevan untuk diteliti guna memahami bagaimana mahasiswa menampilkan diri dan melakukan keterbukaan diri di ruang digital.

2.7 Relevansi Gambaran Umum dengan Penelitian

Gambaran umum yang telah diuraikan menunjukkan bahwa penggunaan akun alternatif Instagram tidak dapat dilepaskan dari dinamika psikologis dan sosial mahasiswa, khususnya terkait *self-esteem* dan *self-disclosure*. Fenomena ini penting untuk diteliti karena media sosial telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari mahasiswa. Dalam konteks ini, penggunaan akun alternatif dapat mencerminkan bentuk ekspresi diri yang lebih autentik. Selain itu, *self-esteem* berperan dalam memengaruhi cara individu berkomunikasi, sementara *self-disclosure* menjadi salah satu aspek penting dalam hubungan interpersonal di era digital. Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada bagaimana *self-esteem* berperan dalam *self-disclosure* mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2022 pada penggunaan akun alternatif Instagram.