

Pengaruh Anonimitas dan Kecemasan Sosial terhadap *Self-disclosure* pada Remaja Pengguna *Second account* Instagram di Karawang

Ainun Najwa Saeden¹, Cempaka Putrie Dimala², Haryanti Mustika³

^{1,2,3}Universitas Buana Perjuangan Karawang

ps22.ainunsaeden@mhs.ubpkarawang.ac.id¹, cempaka.putrie@ubpkarawang.id²,

haryanti.mustika@ubpkarawang.ac.id³

ABSTRACT

The use of Instagram second accounts among adolescents has increased as a means of expressing themselves more freely compared to their main accounts. This phenomenon indicates a tendency for adolescents to engage in self-disclosure on social media, which may be influenced by anonymity and social anxiety. This study aimed to analyze the influence of anonymity and social anxiety on self-disclosure among adolescent users of Instagram second accounts in Karawang Regency. The study employed a quantitative approach with a multiple linear regression design. The sample consisted of 395 adolescent Instagram second account users selected through convenience sampling. The research instruments included the Self-disclosure Scale, Perceived Anonymity Scale, and the Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A). The results showed that anonymity had a significant effect on self-disclosure ($p < .001$), whereas social anxiety did not have a significant effect on self-disclosure ($p = .255$). However, anonymity and social anxiety simultaneously had a significant effect on self-disclosure ($F = 19.764$, $p < .001$). The coefficient of determination indicated that both variables contributed 9.2% to self-disclosure. These findings suggest that anonymity plays an important role in encouraging adolescents' self-disclosure on Instagram second accounts, while social anxiety does not have a significant effect.

Keywords : *Anonymity, Social Anxiety, Self-disclosure, Second Instagram Account, Adolescents.*

ABSTRAK

Penggunaan *second account* Instagram di kalangan remaja semakin meningkat sebagai sarana untuk mengekspresikan diri secara lebih bebas dibandingkan akun utama. Fenomena ini menunjukkan adanya kecenderungan remaja untuk melakukan *self-disclosure* di media sosial yang diduga dipengaruhi oleh anonimitas dan kecemasan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* pada remaja pengguna *second account* Instagram di Kabupaten Karawang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi linier berganda. Sampel penelitian berjumlah 395 remaja pengguna *second account* Instagram yang diperoleh menggunakan teknik *convenience sampling*. Instrumen penelitian terdiri dari *Self-disclosure Scale*, *Perceived Anonymity Scale*, dan *Social Anxiety Scale for Adolescents* (SAS-A). Hasil penelitian menunjukkan bahwa anonimitas berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* ($p < 0,001$), sedangkan kecemasan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* ($p = 0,255$). Namun, secara simultan anonimitas dan kecemasan sosial berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* ($F = 19,764$; $p < 0,001$). Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 9,2% terhadap *self-disclosure*. Penelitian ini menunjukkan bahwa anonimitas merupakan faktor yang berperan dalam mendorong *self-disclosure* remaja pada *second account* Instagram, sedangkan kecemasan sosial tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan.

Kata kunci : Anonimitas, Kecemasan Sosial, Pengungkapan Diri, Akun Kedua Instagram, Remaja.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar terhadap pola komunikasi dan interaksi sosial manusia. Media sosial kini menjadi salah satu sarana yang banyak digunakan individu untuk menjalin hubungan dan berinteraksi. Selain digunakan untuk berbagi informasi, media sosial juga menjadi ruang bagi individu untuk membangun identitas diri, menjalin relasi, dan mengekspresikan kehidupan pribadi secara daring. Akbar dan Farhansyah (2018), yang menyatakan bahwa media sosial merupakan wadah utama pergaulan sosial daring yang memudahkan individu untuk berkomunikasi sekaligus mengungkapkan diri. Kemajuan teknologi juga memperluas batas interaksi manusia, dimana hubungan tidak hanya dilakukan secara tatap muka, tetapi juga melalui jaringan internet (Massaro & Simanjuntak, 2022). Perubahan ini turut menggeser pola komunikasi menjadi lebih banyak dilakukan secara tidak langsung melalui media sosial (Dinar, Fakhri, & Ridfah, 2023).

Perubahan cara individu berkomunikasi dan berinteraksi melalui media sosial berdampak pada meningkatnya penggunaan media sosial di Indonesia. Berdasarkan We Are Social (2022), pengguna internet di Indonesia mencapai 204,7 juta jiwa atau 73,7% dari populasi, dengan 68,9% di antaranya menggunakan media sosial. Instagram menjadi salah satu *platform* yang paling banyak digunakan, dengan tingkat penggunaan mencapai 85,3% dari pengguna media sosial (Putri & Wibowo, 2025). Instagram sendiri merupakan aplikasi berbasis jaringan yang memungkinkan penggunanya mengunggah foto dan video serta berinteraksi secara langsung melalui perangkat seluler (Robbi & Putri, 2024). Fitur seperti *instastory* menjadikan instagram sebagai media yang mudah digunakan untuk berbagi aktifitas sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan Napoleon Cat menunjukkan bahwa jumlah pengguna aktif Instagram di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 91,01 juta pengguna, dengan kelompok usia 18-24 tahun mendominasi penggunaan sebesar 36,03 juta pengguna (Faizal, Naim, & Fauzi, 2022). Data tersebut menunjukkan bahwa remaja merupakan salah satu kelompok pengguna Instagram yang paling aktif dan memiliki keterkaitan yang erat dengan perkembangan teknologi serta penggunaan media sosial. Remaja ini dikenal sebagai salah satu kelompok yang paling erat hubungannya dengan kemajuan teknologi dan pemakaian sebagai *platform* media sosial (Novelia & Rorong, 2024). Pendapat ini sejalan dengan penjelasan Subrahmanyam dan Greenfield (Akbar & Farhansyah, 2018), yang menyatakan bahwa remaja memiliki persentase tinggi dalam penggunaan sarana komunikasi elektronik, mulai dari pesan instan, surat elektronik, pesan singkat, blog, hingga layanan jejaring sosial.

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, remaja masih dalam proses menemukan jati diri serta berupaya membentuk gambaran tentang dirinya di lingkungan masyarakat. Proses tersebut mendorong remaja untuk mencari penghargaan dan penerimaan dari orang-orang di sekitarnya, sehingga mereka berusaha menonjolkan keberadaan dirinya (Faizal, Naim, & Fauzi, 2022). Sejalan dengan pandangan Monks yang menyatakan bahwa remaja pada rentang usia 12–21 tahun ditandai dengan meningkatnya keinginan untuk memperoleh kebebasan dan mencoba berbagai pengalaman baru remaja cenderung lebih aktif mengeksplorasi diri dan lingkungan sosialnya (Desmita, 2017). Sulhan dkk., (2024) menjelaskan bahwa berbagai perubahan yang terjadi selama masa remaja mendorong individu untuk memperoleh pengakuan dan penerimaan dari lingkungan sekitarnya. Kebutuhan akan penerimaan dan keberadaan diri tersebut menjadikan media sosial sebagai salah satu wadah utama bagi remaja untuk memperlihatkan dirinya sekaligus memperoleh tanggapan dari lingkungan sosialnya (Wiyono & Muhid, 2020).

Instagram merupakan salah satu *platform* media sosial yang paling sering dimanfaatkan remaja sebagai sarana berekspresi dan berkomunikasi dengan orang lain. Instagram dilengkapi beragam fitur interaksi, seperti tombol suka, kolom komentar, dan fitur pesan pribadi, yang memudahkan mereka menjalin hubungan sekaligus menampilkan identitas diri di dunia maya (Novelia & Rorong, 2024). Tidak hanya itu, Instagram juga berfungsi sebagai wadah bagi remaja untuk memperlihatkan ketertarikan, gaya hidup, dan karakter diri melalui berbagai kiriman atau konten kreatif yang disusun untuk mendapatkan perhatian dari orang lain (Novelia & Rorong, 2024).

Seiring dengan semakin meluas nya pemakaian Instagram, muncul kebiasaan baru di kalangan remaja, yaitu memiliki dua akun sekaligus atau yang sering disebut *second account*. Instagram memang memberikan kemudahan bagi penggunanya untuk mengelola beberapa akun berbeda dalam satu aplikasi yang sama (Pergi, 2025). Secara umum akun pertama (*first account*) digunakan untuk menampilkan gambaran diri yang positif dan mengesankan di mata banyak orang (Budiyanto & Aisyah, 2022). Di sisi lain, akun kedua (*second account*) berfungsi sebagai ruang yang lebih pribadi, tempat mereka membagikan keseharian secara apa adanya, jujur dan bebas bahkan untuk hal-hal yang tidak pernah diperlihatkan di akun utamanya (Putri & Wibowo, 2025).

Fenomena penggunaan *second account* menunjukkan bahwa tidak semua bentuk ekspresi diri dapat dilakukan secara bebas melalui akun utama. Remaja cenderung menggunakan *second account* sebagai ruang yang terasa lebih aman dan nyaman untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadi mereka tanpa terbebani oleh pandangan atau tekanan sosial dari lingkungan mereka (Thohirah, Nur & Daud, 2025). Fenomena ini menunjukkan bahwa *second account* tidak hanya digunakan sebagai alat komunikasi tetapi juga menyediakan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri secara lebih terbuka daripada melalui akun

utama mereka. Studi oleh Paramesti dan Nurdiarti (2022) menunjukkan bahwa pengguna *second account* dengan nama samaran menggunakan akun ini untuk menyembunyikan identitas mereka dari orang asing, menghindari ketidakpastian tentang pengunggahan konten, dan membatasi akses hanya kepada individu yang dipercaya. Lebih lanjut, Dewi dan Janitra (2018) menemukan bahwa *second account* sering digunakan sebagai "panggung belakang" atau *alter ego*, yaitu sebagai ruang untuk menunjukkan sisi diri yang tidak muncul di akun utama, yang terutama digunakan untuk promosi diri. Temuan ini menunjukkan bahwa *second account* berfungsi sebagai ruang alternatif, memungkinkan individu untuk mengungkapkan diri mereka secara lebih bebas dan otentik.

Perilaku terbuka yang ditunjukkan remaja melalui *second account* ini disebut sebagai *self-disclosure*. Melalui akun yang dianggap lebih aman dan nyaman, orang cenderung berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi mereka dengan lebih bebas kepada orang lain. Namun pengungkapan diri di media sosial ini tidak selalu mendapat respon positif. Massaro dan Simanjuntak (2024), menunjukkan bahwa individu yang mengungkapkan diri di media sosial berpotensi menerima komentar negatif. Lebih lanjut Dinar, Fakhri, dan Ridfah (2023) menemukan bahwa remaja lebih memilih untuk melakukan pengungkapan diri melalui media sosial daripada dalam percakapan tatap muka karena mereka takut akan penolakan dan reaksi negatif dalam kontak langsung.

Kecenderungan remaja mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi melalui *second account* Instagram menunjukkan pentingnya memahami konsep dalam konteks komunikasi interpersonal. Kemudian DeVito menjelaskan *self-disclosure* merupakan proses pengungkapan informasi pribadi, seperti pikiran, perasaan, dan pengalaman individu orang lain (Widiyastuti, 2016). Wheelless dan Grotz (1976) menjelaskan bahwa *self-disclosure* merupakan setiap pesan tentang diri yang dikomunikasikan seseorang kepada orang lain, dimana tingkat *self-disclosure* berbeda-beda tergantung pada persepsi individu dalam proses komunikasi tersebut. Dengan demikian, *self-disclosure* tidak hanya dipahami sebagai informasi yang diungkapkan, tetapi juga sebagai proses komunikasi yang terjadi melalui pesan-pesan yang bersifat membuka diri.

Self-disclosure memiliki beberapa aspek yang menunjukkan bagaimana individu melakukan *self-disclosure*, yaitu meliputi kesungguhan individu dalam mengungkapkan diri atau *intention of disclosure*, jumlah informasi yang diungkapkan atau *amount of self-disclosure*, muatan informasi yang disampaikan *valence of self-disclosure*, kemampuan mengontrol kedalaman informasi yang diungkapkan atau *control of depth or intimacy*, serta kesesuaian informasi dengan konteks pembicaraan atau *relevance message nature* (Wheelless & Grotz, 1976). Aspek-aspek ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* diri dapat berbeda pada setiap individu tergantung pada kondisi psikologis dan situasional yang dialami.

Berbagai risiko sosial, seperti penilaian negatif, stigma, dan ancaman terhadap citra diri, dapat membatasi *self-disclosure* individu dalam mengungkapkan

dirinya di media sosial (Wheeless & Grotz, 1976). Individu cenderung mencari ruang komunikasi yang dirasa lebih aman dan terkendali. Salah satu faktor yang mempengaruhi *self-disclosure* diri adalah anonimitas, yaitu kondisi ketika individu merasa lebih aman dalam mengungkapkan informasi pribadi karena identitas tidak sepenuhnya diketahui orang lain (Karna & Ediaty, 2021). Kebutuhan akan ruang komunikasi yang lebih aman mendorong penggunaan *second account* Instagram menjadi fenomena yang semakin umum di kalangan remaja (Habibati & Qodariah, 2026). *Second account* umumnya memiliki audiens yang lebih terbatas serta identitas yang lebih fleksibel dibandingkan *first account*, sehingga memberikan rasa aman bagi individu dalam mengekspresikan diri. Hite dkk., (2014) memandang anonimitas sebagai konstruk satu dimensi (*unidimensional*), sehingga anonimitas tidak terdiri atas beberapa aspek yang berbeda. Anonimitas berfokus pada persepsi individu mengenai sejauh mana identitas dirinya tidak diketahui atau sulit dikenali oleh orang lain dalam interaksi daring.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa anonimitas terkait dengan pengungkapan diri di media sosial. Xiao dkk., (2020) menemukan bahwa penggunaan *second account* Instagram berfungsi sebagai ruang yang lebih intim, sehingga mendorong individu untuk mengekspresikan diri secara lebih autentik. Christopherson (Habibati & Qodariah, 2026) menemukan bahwa anonimitas dapat meningkatkan pengungkapan diri karena individu merasa lebih bebas mengekspresikan pikiran dan perasaan tanpa khawatir terhadap penilaian sosial. Pramesti dan Dewi (2022) juga menunjukkan bahwa anonimitas terkait dengan pengungkapan diri pada pengguna media sosial, meskipun pengaruhnya dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang menyertai proses komunikasi daring. Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa anonimitas merupakan salah satu faktor yang berperan dalam mendorong pengungkapan diri individu ketika berinteraksi melalui media sosial.

Selain anonimitas, kecemasan sosial merupakan faktor yang memengaruhi pengungkapan diri. Akbar dan Farhansyah (Dinar, Fakhri, & Ridfah, 2023) menjelaskan bahwa kecemasan sosial adalah faktor internal yang memengaruhi pengungkapan diri individu. Menurut La Greca dan Lopez (1998), kecemasan sosial adalah keadaan psikologis yang ditandai dengan perasaan takut, cemas, dan tidak nyaman ketika seseorang berada dalam situasi sosial atau berinteraksi dengan orang lain, terutama karena kekhawatiran akan evaluasi negatif dari lingkungan sosial mereka. Individu dengan tingkat kecemasan sosial yang tinggi cenderung takut akan evaluasi negatif, kritik, atau penolakan dari lingkungan sosial mereka. Keadaan ini dapat memengaruhi keputusan seseorang untuk mengungkapkan atau menyembunyikan informasi pribadi, terutama ketika berinteraksi melalui media sosial.

La Greca dan Lopez (1998) mengemukakan bahwa kecemasan sosial terdiri atas tiga aspek, yaitu *Fear of Negative Evaluation*, *Social Avoidance and Distress in New Situations*, serta *Social Avoidance and Distress-General*. Aspek *Fear of Negative*

Evaluation berkaitan dengan kekhawatiran individu terhadap penilaian negatif dari orang lain. Aspek *Social Avoidance and Distress in New Situations* menggambarkan kecenderungan individu untuk menghindari serta merasa tidak nyaman dalam situasi sosial yang baru. Sementara itu, aspek *Social Avoidance and Distress-General* menunjukkan kecenderungan individu mengalami ketidaknyamanan dan penghindaran dalam berbagai situasi sosial secara umum.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kecemasan sosial terkait dengan pengungkapan diri. Sebuah studi oleh Akbar dan Farhansyah (2018) menemukan bahwa kecemasan sosial berhubungan dengan perilaku pengungkapan diri di kalangan remaja yang menggunakan media sosial, di mana kecemasan terkait evaluasi dan penilaian sosial dapat memengaruhi *self-disclosure* individu dalam berbagi informasi pribadi. Lebih lanjut, studi Ariyanti (2023) menemukan bahwa kecemasan sosial berperan dalam pengungkapan diri daring, menunjukkan bahwa keadaan psikologis individu dapat memengaruhi kecenderungan mereka untuk mengungkapkan informasi pribadi secara daring. Selain itu, penelitian oleh Massaro dan Simanjuntak (2024) menunjukkan hubungan antara kecemasan sosial dan pengungkapan diri daring, menjadikan kecemasan sosial sebagai faktor kunci yang perlu dipertimbangkan ketika memahami perilaku pengungkapan diri di media sosial. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial adalah faktor psikologis yang terkait dengan pengungkapan diri.

Dengan demikian, penelitian mengenai keterkaitan antara anonimitas, kecemasan sosial, dan *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram perlu dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai perilaku *self-disclosure* diri remaja di media sosial. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* pengguna *second account* Instagram pada remaja di Karawang. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diantaranya (1) H_{a1} terdapat pengaruh anonimitas terhadap *self-disclosure* pengguna *second account* Instagram pada remaja di Karawang, (2) H_{a2} terdapat pengaruh kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* pengguna *second account* Instagram pada remaja di Karawang, dan (3) H_{a3} terdapat pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* pengguna *second account* Instagram pada remaja di Karawang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian kausal untuk mengetahui pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* di antara pengguna *second account* Instagram di Karawang. Populasi sasaran penelitian ini terdiri dari remaja yang menggunakan *second account* Instagram di Kabupaten Karawang. Jumlah populasi dalam penelitian ini tidak diketahui, ukuran sampel ditentukan menggunakan rumus *Cochran*. Berdasarkan perhitungan dengan tingkat kepercayaan 95% dan margin kesalahan 5%, ukuran

sampel sebanyak 384 responden dihitung. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probabilitas* menggunakan metode *convenience sampling*, yaitu responden dipilih berdasarkan kemudahan kontak, ketersediaan, dan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian (Etikan, Musa & Alkassim, 2016). Pemilihan subjek pada penelitian ini didasarkan pada teori perkembangan Hurlock, yang mendefinisikan masa remaja pada rentang usia 12 hingga 21. Dimana pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial dan emosional, serta berada dalam proses pencarian dan pembentukan identitas diri (Sulhan dkk., 2024).

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala psikologi merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengungkap atribut psikologis individu melalui serangkaian pernyataan yang harus direspons oleh responden (Azwar, 2017). Instrumen penelitian terdiri dari skala *self-disclosure*, skala anonimitas, dan skala kecemasan sosial. Sebelum digunakan dalam pengambilan data, instrumen penelitian terlebih dahulu melalui tahap penilaian oleh para ahli atau *expert judgment* untuk menguji validitas isi yang dianalisis menggunakan koefisien *Aiken's V*. Kemudian instrumen diuji coba atau *try out* kepada 96 responden untuk mengetahui kualitas aitem. Hasil penilaian menunjukkan bahwa koefisien validitas pada skala anonimitas berkisar antara $> 0,6$ sedangkan pada skala *self-disclosure* berkisar antara $> 0,6$. Seluruh aitem memiliki koefisien validitas di atas $> 0,3$ sehingga dinyatakan memenuhi kriteria validitas isi dan layak digunakan dalam penelitian. Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dilakukan analisis validitas dan reliabilitas guna memastikan bahwa instrumen penelitian memenuhi kriteria sebagai alat ukur yang valid dan reliabel (Azwar, 2022).

Skala *self-disclosure* diukur menggunakan *Self-disclosure Scale* yang dikembangkan oleh Wheelless dan Grotz (1976) yang terdiri dari 18 aitem yang mencakup aspek *intended disclosure*, *amount of self-disclosure*, *positive-negative valence*, *honesty and accuracy of disclosure*, *control of general depth*, dan *relevance of message nature*. Responden diminta memberikan jawaban menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban mulai dari Tidak Pernah hingga Selalu. Contoh aitem pada skala ini yaitu "Saat saya ingin membuka diri, apa yang saya ungkapkan di *second account* selalu mencerminkan diri saya yang sebenarnya". Instrumen penelitian ini telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,916, yang mengindikasikan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik sehingga layak digunakan dalam penelitian.

Skala anonimitas diukur menggunakan *Perceived Anonymity Scale* yang dikembangkan oleh Hite, Voelker dan Robertson (2014) yang terdiri dari 5 aitem untuk mengukur persepsi ketersembunyian identitas individu di media sosial. Responden diminta memberikan jawaban menggunakan skala Likert lima pilihan jawaban mulai dari Sangat Tidak Setuju hingga Sangat Setuju. Contoh aitem pada

skala ini yaitu “Saya yakin orang lain tidak mengetahui siapa saya ketika menggunakan *second account* Instagram”. Instrumen penelitian ini telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,850, yang mengindikasikan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik sehingga dinyatakan reliabel untuk digunakan dalam penelitian.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan sosial adalah *Social Anxiety Scale for Adolescent (SAS-A)*. Pengembangan skala asli dilakukan oleh La Greca dan Lopez (1998). Kemudian, Apriliana dan Suranta (2019) melakukan adaptasi skala tersebut ke dalam Bahasa Indonesia yang selanjutnya diadopsi oleh peneliti. Skala SAS-A tersusun dari tiga aspek, yaitu *fear of negative evaluation*, *social avoidance and distress-new*, dan *social avoidance and distress-general*. Skala ini memiliki 11 aitem pernyataan, di mana responden memberikan jawaban dengan skala Likert lima poin, dari Tidak pernah sampai Selalu. Contoh aitem pada skala ini yaitu “Saya khawatir terhadap perkataan teman tentang saya”. Instrumen penelitian ini sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen penelitian ini terbukti valid, di mana semua item memiliki korelasi item-total antara 0,310 – 0,665. Selain itu, reliabilitas instrumen ini yang baik ditunjukkan oleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,839 yang jauh di atas ambang batas yang disyaratkan, sehingga instrumen ini dinyatakan reliabel.

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi linier berganda untuk mengetahui pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram remaja di Karawang. Analisis data dilakukan dengan bantuan program JASP versi 0.18.1 dan *software* IBM SPSS Statistics versi 26 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menyajikan analisis data yang diperoleh dari 395 responden remaja akhir di Kabupaten Karawang. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran instrumen penelitian secara daring menggunakan *google form*. Berdasarkan data yang telah terkumpul, berikut merupakan gambaran demografi responden dalam penelitian ini:

Tabel 1. Hasil Demografi Responden

Kriteria	Keterangan	Total	Presentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	120	30,38%
	Perempuan	275	65,62%
	Total	395	100%
Usia	12	4	1%
	13	23	5,8%
	14	20	5%
	15	11	2,7%
	16	33	8,3%

Kriteria	Keterangan	Total	Presentase
Status	17	27	6,8%
	18	36	9,1%
	19	34	8,6%
	20	65	16,4%
	21	142	35,9%
	Total	395	100%
	Pelajar	35	54%
	Mahasiswa	214	8,8%
	Pekerja	35	36,96%
	Total	395	100%
Tujuan Penggunaan <i>Second account</i>	Berbagi cerita pribadi	138	34,93%
	Mengikuti akun tertentu tanpa diketahui orang lain	43	10,88%
	Tempat curhat atau ekspresikan diri	171	43,29%
	Hanya untuk stalking	43	10,88%
	Total	395	100%
	Kurang dari 6 bulan	31	7,8%
Lama Menggunakan <i>Second account</i>	6–12 bulan	69	17,46%
	Lebih dari 1 tahun	295	74,68%
	Total	395	100%
	Jarang (1–2 kali seminggu)	49	12,40%
Intensitas Penggunaan	Cukup sering (3–5 kali seminggu)	119	30,12%
	Sangat sering (setiap hari)	227	57,46%
	Total	395	100%

Berdasarkan hasil pengumpulan data, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 275 orang (69,62%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 120 orang (30,38%). Berdasarkan usia, mayoritas responden berusia 21 tahun sebanyak 142 orang (35,9%), diikuti usia 20 tahun sebanyak 65 orang (16,4%), usia 18 tahun sebanyak 36 orang (9,1%), usia 19 tahun sebanyak 34 orang (8,6%), usia 16 tahun sebanyak 33 orang (8,3%), usia 17 tahun sebanyak 27 orang (6,8%), usia 13 tahun sebanyak 23 orang (5,8%), usia 14 tahun sebanyak 20 orang (5%), usia 15 tahun sebanyak 11 orang (2,7%), dan usia 12 tahun sebanyak 4 orang (1%).

Dilihat dari status responden, mayoritas merupakan mahasiswa sebanyak 214 orang (54%), diikuti pekerja sebanyak 146 orang (36,96%), dan pelajar sebanyak 35 orang (8,8%). Berdasarkan tujuan penggunaan *second account*, mayoritas responden menggunakan *second account* sebagai tempat curhat atau mengekspresikan diri sebanyak 171 orang (43,29%), diikuti berbagi cerita pribadi

sebanyak 138 orang (34,93%), mengikuti akun tertentu tanpa diketahui orang lain sebanyak 43 orang (10,88%), serta hanya untuk stalking sebanyak 43 orang (10,88%).

Adapun berdasarkan lama menggunakan *second account*, mayoritas responden telah menggunakan *second account* lebih dari 1 tahun sebanyak 295 orang (74,68%), diikuti penggunaan selama 6–12 bulan sebanyak 69 orang (17,46%), dan kurang dari 6 bulan sebanyak 31 orang (7,8%). Berdasarkan intensitas penggunaan, mayoritas responden menggunakan *second account* sangat sering atau setiap hari sebanyak 227 orang (57,46%), diikuti cukup sering sebanyak 119 orang (30,12%), dan jarang sebanyak 49 orang (12,40%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan perempuan berusia 21 tahun, berstatus mahasiswa, menggunakan *second account* sebagai tempat curhat atau mengekspresikan diri, telah menggunakan *second account* lebih dari satu tahun, serta mengaksesnya setiap hari.

Analisis diawali dengan uji normalitas untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan analisis regresi berganda untuk mengetahui pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure*. Pengujian dilakukan melalui uji parsial untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap *self-disclosure*, serta uji simultan untuk mengetahui pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial secara bersama-sama terhadap *self-disclosure*. Selain itu, dilakukan juga uji koefisien determinasi untuk melihat besarnya kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen, serta kategorisasi data untuk menggambarkan tingkat masing-masing variabel penelitian.

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data variabel independen dan dependen berdistribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program JASP versi 0.18.1. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

<i>Fit Statistics</i>			
Variabel	Test	Statistic	P
Anonimitas	Kolmogorov-Smirnov	0.222	<.001
Kecemasan Sosial	Kolmogorov-Smirnov	0.040	0.554
<i>Self-disclosure</i>	Kolmogorov-Smirnov	0.074	0.027

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi pada variabel anonimitas sebesar $<0.001 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel anonimitas tidak berdistribusi normal. Nilai signifikansi pada variabel kecemasan sosial sebesar $0.554 > 0,05$ yang menunjukkan bahwa variabel kecemasan sosial berdistribusi normal. Sedangkan nilai signifikansi pada variabel *self-disclosure* sebesar $0.027 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *self-disclosure* tidak berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Pengujian linearitas dilakukan menggunakan *software* IBM SPSS Statistics versi 26. Pengujian linearitas bertujuan guna memeriksa bahwa adanya hubungan linier antara variabel independen dan dependen (Sugiyono, 2021). Hubungan dipastikan bersifat linear apabila signifikansi *linearity* ($p < 0.05$), yang mengindikasikan terdapatnya hubungan linier antar variabel.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SD*ANO	Between	(Combined)	888.896	19	46.784	4.052	.000
	Groups	Linearity	462.273	1	462.273	40.041	.000
		Deviation from Linearity	426.623	18	23.701	2.053	.007
	Within		4329.321	375	11.545		
	Groups						
	Total		5218.218	394			

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara anonimitas dan *self-disclosure* memiliki nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, yang menunjukkan adanya hubungan linear antara kedua variabel. Namun, nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,007 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara anonimitas dan *self-disclosure* tidak sepenuhnya memenuhi asumsi linearitas.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SD*KS	Between	(Combined)	647.979	32	20.249	1.604	.023
	Groups	Linearity	175.363	1	175.363	12.890	.000
		Deviation from Linearity	472.616	31	15.246	1.208	.211
	Within		4570.239	362	12.625		
	Groups						

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan sosial dan *self-disclosure* memiliki nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 serta nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,211 lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kecemasan sosial dan *self-disclosure*.

Uji Regresi Berganda

Uji regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh dua atau lebih variabel bebas terhadap satu variabel terikat secara simultan. Menurut (Sugiyono, 2019), analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh beberapa variabel independen terhadap satu variabel dependen. Dalam penelitian ini, analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* pada remaja pengguna Instagram. Pengujian dilakukan menggunakan aplikasi JASP versi 0.18.1.

Dasar pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat nilai signifikansi pada uji parsial dan uji simultan. Pada uji parsial, apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel bebas secara individual berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Sedangkan pada uji simultan, apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel bebas secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka variabel bebas tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2019).

Uji Parsial

Menurut (Sugiyono, 2019), uji parsial digunakan untuk menguji signifikansi koefisien regresi secara individual antara variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam penelitian ini, uji parsial digunakan untuk mengetahui pengaruh anonimitas terhadap *self-disclosure* serta pengaruh kecemasan sosial terhadap *self-disclosure*. Pengujian dilakukan menggunakan aplikasi JASP versi 0.18.1. Dasar pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat nilai signifikansi (*p-value*). Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel bebas secara parsial berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka variabel bebas secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2019).

Tabel 5. Hasil Uji Parsial

<i>Coefficients</i>					
Model	Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	P
H ₀ (Intercept)	51.337	0.183		280.358	<.001
H ₁ (Intercept)	54.488	1.794		30.378	<.001
Total ANO	0.233	0.046	-0.270	-5.003	<.001

Total KS	0.041	0.036	0.062	1.140	0.255
----------	-------	-------	-------	-------	-------

Hasil uji parsial pada tabel di atas menunjukkan bahwa variabel anonimitas memiliki nilai t sebesar -5.003 dan nilai p sebesar <0.001 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa anonimitas berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure*. Variabel kecemasan sosial memiliki nilai t sebesar 1.140 dan nilai p sebesar 0.255 lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure*.

Uji Simultan

Uji simultan digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara bersama-sama (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, uji simultan digunakan untuk mengetahui pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial secara simultan terhadap *self-disclosure* pada pengguna Instagram. Pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat nilai signifikansi, dimana jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka terdapat pengaruh simultan, sedangkan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak terdapat pengaruh simultan.

Tabel 6. Hasil Uji Simultan

ANOVA

	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	P
H ₁	Regression	477.993	2	238.997	19.764	$<.001$
	Residual	4740.225	392	12.092		
	Total	5218.218	394			

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai F sebesar 19.764 dengan nilai p sebesar <0.001 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa anonimitas dan kecemasan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* pada pengguna Instagram. Dengan demikian, Ha₃ diterima dan H₀₃ ditolak.

Uji Koefisien Determinasi

(Sugiyono, 2021) menjelaskan bahwa uji koefisien determinasi memberikan kuantifikasi mengenai seberapa besar proporsi perubahan pada variabel dependen yang dapat diatribusikan pada perubahan dalam variabel independen.

Tabel 7. Koefisien Determinasi

Model Summary - SD

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
M ₀	0.000	0.000	0.000	3.639
M ₁	0.303	0.092	0.087	3.477

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.092 atau 9,2%. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh anonimitas dan kecemasan sosial terhadap *self-disclosure* sebesar 9,2%, sedangkan sisanya sebesar 90,8% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji parsial, hipotesis pertama H_{a1} yang menyatakan bahwa anonimitas berpengaruh terhadap *self-disclosure* dinyatakan diterima. Hal ini menunjukan bahwa anonimitas memiliki peran dalam meningkatkan kecenderungan *self-disclosure* pada remaja pengguna *second account* Instagram di Karawang. Individu yang merasa identitas dirinya lebih tersembunyi cenderung merasa lebih aman dan nyaman untuk mengungkapkan pikiran, perasaan maupun pengalaman pribadi nya di media social. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Habibati dan Qodariah (2026) yang menunjukan bahwa anonimitas berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram. Penelitian tersebut menemukan bahwa semakin tinggi persepsi anonimitas yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk melakukan *self-disclosure*. Temuan ini juga diperkuat oleh hasil analisis Gordon dkk., (2019) yang menunjukan bahwa anonimitas memiliki hubungan positif dengan *self-disclosure* dalam komunikasi daring. Dalam konteks komunikasi daring, anonimitas dapat menurunkan hambatan psikologis, seperti rasa takut terhadap penilaian sosial dan kekhawatiran akan evaluasi negatif dari orang lain. Dengan demikian, anonimitas dapat dipahami sebagai faktor yang mendorong munculnya *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram.

Selain itu, berdasarkan hasil uji parsial, hipotesis kedua H_{02} yang menyatakan bahwa kecemasan sosial berpengaruh terhadap *self-disclosure* dinyatakan ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* pada remaja pengguna *second account* Instagram di Kabupaten Karawang. Artinya, tinggi rendahnya kecemasan sosial individu tidak secara langsung menentukan kecenderungan individu dalam melakukan *self-disclosure* pada *second account* Instagram. Hal ini sejalan dengan penelitian ini sejalan dengan penelitian Sigarlaki dan Nurvinkania, (2022) yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan sosial dengan pengungkapan diri. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecemasan sosial tidak selalu menentukan tinggi rendahnya *self-disclosure* individu. Selain itu, penelitian Akbar dan Farhansyah (2018), juga menjelaskan bahwa tingkat kecemasan dan *self-disclosure* pada pengguna media sosial tidak selalu menunjukkan pola yang sama. Dalam konteks ini, *second account* dapat dipahami sebagai ruang alternatif yang memberikan rasa aman dan kontrol terhadap audiens, sehingga individu tetap dapat melakukan pengungkapan diri meskipun memiliki tingkat kecemasan sosial tertentu.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh pendapat Sisnawar, Karimah & Zein (2023). yang menyatakan bahwa perilaku *self-disclosure* di media sosial lebih dipengaruhi oleh *trust*, *perceived safety*, dan *privacy management* dibandingkan faktor individu tertentu. Dalam konteks *second account* Instagram, pengguna cenderung lebih selektif dalam menentukan audiens dan lebih mampu mengontrol privasi akun mereka. Kondisi tersebut membuat individu merasa lebih aman dan nyaman dalam mengungkapkan diri, sehingga rasa takut terhadap evaluasi sosial menjadi lebih rendah. Oleh karena itu, hasil ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial bukan merupakan faktor utama yang menentukan *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* pada media sosial tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi emosional individu, tetapi juga dipengaruhi oleh bagaimana individu mengelola identitas digital dan memilih lingkungan komunikasi yang dianggap nyaman. Pengguna *second account* cenderung lebih selektif dalam menentukan siapa saja yang dapat melihat unggahan mereka, sehingga rasa takut terhadap evaluasi sosial menjadi lebih rendah. Kondisi tersebut memungkinkan individu tetap melakukan *self-disclosure* meskipun memiliki kecemasan sosial (Habibati & Qodariah, 2026). Temuan ini didukung oleh penelitian (Cintania & Dewi, 2022) yang menunjukkan bahwa faktor anonimitas dan pengelolaan audiens lebih berperan dalam memengaruhi *self-disclosure* dibandingkan faktor internal tertentu. Selain itu, Scott R. Scott (Gordon, dkk., 2019) juga menjelaskan bahwa anonimitas merupakan persepsi subjektif individu mengenai sejauh mana identitas dirinya dikenali oleh orang lain. Ketika individu merasa lebih anonim dan memiliki kontrol terhadap audiensnya, kecemasan terhadap penilaian sosial dapat berkurang sehingga *self-disclosure* tetap dapat dilakukan.

Berdasarkan hasil uji simultan, hipotesis ketiga H_{a3} yang menyatakan bahwa anonimitas dan kecemasan sosial secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* dinyatakan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara simultan memiliki kontribusi terhadap *self-disclosure* pada remaja pengguna *second account* Instagram di Kabupaten Karawang. Anonimitas berperan sebagai faktor yang memberikan rasa aman dan kebebasan dalam mengungkapkan diri, sedangkan kecemasan sosial berkaitan dengan kondisi psikologis individu dalam menghadapi interaksi sosial. Dengan demikian, interaksi antara faktor situasional dan faktor psikologis menjadi penting dalam menjelaskan perilaku *self-disclosure* di media sosial.

Hasil koefisien determinasi menunjukkan bahwa anonimitas dan kecemasan sosial hanya mampu menjelaskan sebesar 9,2% variasi *self-disclosure*, sedangkan sebesar 90,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Temuan ini mengindikasikan bahwa perilaku *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram merupakan fenomena yang kompleks dan tidak hanya dipengaruhi oleh anonimitas serta kecemasan sosial. Faktor-faktor lain seperti kebutuhan akan dukungan sosial, kontrol audiens, regulasi emosi, kualitas hubungan interpersonal,

serta kebutuhan untuk memperoleh validasi sosial diduga turut berkontribusi terhadap kecenderungan individu dalam melakukan *self-disclosure* di media sosial.

Dalam konteks sosial, hasil penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden yang mayoritas berada pada usia remaja akhir. Pada tahap perkembangan ini, individu cenderung berada dalam proses pencarian identitas diri serta memiliki kebutuhan yang tinggi untuk memperoleh penerimaan sosial dan dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya. *Second account* Instagram kemudian menjadi salah satu media yang digunakan individu untuk mengekspresikan diri secara lebih bebas, terutama ketika mereka merasa kurang nyaman melakukan pengungkapan diri pada akun utama.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anonimitas berperan sebagai faktor yang dapat meningkatkan *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram, sedangkan kecemasan sosial tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap *self-disclosure*. Dengan demikian, keberadaan ruang komunikasi yang memberikan rasa aman, kontrol audiens, dan perlindungan identitas menjadi aspek penting dalam mendorong individu untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan dirinya di media sosial.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa anonimitas berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* pada remaja pengguna *second account* Instagram di Kabupaten Karawang. Semakin tinggi persepsi anonimitas yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu dalam melakukan *self-disclosure* di media sosial. Sementara itu, kecemasan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure*, sehingga tinggi rendahnya kecemasan sosial tidak secara langsung menentukan *self-disclosure* individu pada *second account* Instagram. Namun, secara simultan anonimitas dan kecemasan sosial bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure* pada remaja pengguna *second account* Instagram di Kabupaten Karawang. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa anonimitas dan kecemasan sosial memberikan kontribusi sebesar 9,2% terhadap *self-disclosure*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis individu, tetapi juga oleh rasa aman, kontrol audiens, dan pengelolaan identitas digital dalam lingkungan media sosial.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, remaja pengguna *second account* Instagram diharapkan dapat lebih bijak dalam melakukan *self-disclosure* di media sosial dengan tetap memperhatikan batasan privasi dan keamanan informasi pribadi yang dibagikan. Selain itu, orang tua dan lingkungan sekitar diharapkan

mampu memberikan dukungan emosional dan menciptakan komunikasi yang terbuka agar remaja memiliki ruang yang sehat dalam mengekspresikan diri. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan *self-disclosure*, seperti dukungan sosial, kontrol audiens, regulasi emosi, loneliness, maupun kebutuhan validasi sosial. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda, seperti pendekatan kualitatif atau *mixed method*, agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai perilaku *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Z., & Faryansyah, R. (2018). Pengungkapan diri di media sosial ditinjau dari kecemasan sosial pada remaja. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 94-99.
- Annabillah, F. A., & Boer, K. M. (2023). Fitur close friends instagram sebagai keterbukaan diri mahasiswa yang mengalami kecemasan bermedia sosial. *Jurnal Indonesia: Manajemen Informatika dan Komunikasi*, 4(3), 1550-1565. <https://doi.org/10.35870/jimik.v4i3.379>
- Ariyanti, S. (2023). Kecemasan sosial, kesepian, dan pengungkapan diri online pada dewasa awal pengguna aplikasi kencan Tinder. *Jurnal Penelitian Sosial dan Ekonomi*, 5 (2), 1475-1484. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.242>
- Azri, I. R., & Dian, W. P. (2024). Dramaturgi pengguna second account pada media sosial Instagram. *Bandung Conference Series: Communication Management*, 4(2), 552-558.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi revisi). Pustaka Pelajar.
- Azzah Sulhan, N. A., Ardaniah, N. H., Nasrullah, & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1).
- Budiyanto, A., & Aisyah, S. (2022). *Self-disclosure* dalam komunikasi interpersonal. *Jurnal Komunikasi Humaniora*, 5(1), 45-56.
- Clark, G., Gordon, L., et al. (2019). Anonymity in online communication. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 24(3), 145-160. <https://doi.org/10.1093/jcmc/zmz003>
- Desmita. (2017). *Psikologi perkembangan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, R., & Janitra, P. A. (2018). Dramaturgi dalam media sosial: second account di instagram sebagai alter ego. *Jurnal Ilmu Komunikasi (JKMS)*, 7(1), 340-347.
- Dinar, L., Fakhri, N. F., & Ridfah, A. (2023). Hubungan kecemasan sosial dengan pengungkapan diri dimoderatori dukungan sosial online pada individu pengguna media sosial. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(2). <https://doi.org/10.30984/jiva.v4i2.2843>

- Etikan, I., Musa, SA, & Alkassim, RS (2016). Perbandingan pengambilan sampel kenyamanan dan pengambilan sampel bertujuan. *Jurnal Amerika tentang statistik teoritis dan terapan*, 5 (1), 1-4.
- Faizal, A. A., Naim, M., & Fauzi, A. (2022). Fenomena Instagram sebagai sarana eksistensi pada kelompok remaja di Kelurahan Sudimara Selatan. Buana Komunikasi (*Jurnal Penelitian Dan Studi Ilmu Komunikasi*), 3(1), 7-15.
- Gultom, S. F., & Rohani, L. (2024). *Pengaruh aktualisasi konsep diri dalam self-disclosure terhadap second account pada aplikasi instagram di kota medan. Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.22210/satwika.v8i1.33098>
- Habibati, K. G., & Qodariah, S. (2026, February). Pengaruh anonimitas terhadap self-disclosure pengguna second account pada generasi z. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 6, No. 1).
- Haqqi, A. M. L., Ilmi, M. K., & Adi, N. R. M. (2025). Pengaruh akun kedua instagram terhadap keterbukaan diri mahasiswa. *Jurnal Penelitian Sosial Ilmu Komunikasi*, 9(1), 48–57. <https://doi.org/10.33751/jpsik.v9i1>
- Hite, D. M., Voelker, T. A., & Robertson, A. (2014). Measuring perceived anonymity: The development of a context independent instrument. *Journal of Methods and Measurement in the Social Sciences*, 5(1), 22–39.
- Karna, A., & Ediati, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi online self disclosure pada remaja: *Kajian Literatur Sistematis. Jurnal Psikologi*, 48(2), 123–138. <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v13i2.7620>
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Lisa, H., & Irma, A. (2025). Penggunaan akun second Instagram sebagai media ekspresi diri remaja di era digital. *Arini: Jurnal Ilmiah Dan Karya Inovasi Guru*, 2(1), 1-15.
- Massaro, T., & Simanjuntak, E. (2024). Kecemasan sosial dan pengungkapan diri online pada mahasiswa pengguna twitter/x. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(1), <https://doi.org/10.33508/exp.v12i1.5546> 103-114.
- Novelia, B., & Rorong, MJ (2024). Studi fenomenologi dan analisis dramaturgi pengalaman hidup pada siswa sma negeri 17 batam penggunaan akun instagram kedua: pendahuluan, kajian teori, metodologi penelitian, hasil dan pembahasan, simpulan, daftar pustaka. *Jurnal scientia: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 6 (1). <https://doi.org/10.33884/scientiajournal.v6i1.8320>
- Paramesti, A. R., & Nurdiarti, R. P. (2022). Penggunaan pseudonym di second account Instagram dalam perspektif etika digital. *Jurnal Communio: Jurnal Jurusan Ilmu Komunikasi*, 11(1), 89-102. <https://doi.org/10.35508/jikom.v11i1.5184>

- Permadi, DA (2022). Kecemasan sosial dan intensitas penggunaan media sosial pada remaja. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 2 (1), <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2022.v2i1.7-13>
- Pramesti, C. S. L., & Dewi, D. K. (2022). Pengaruh anonimitas terhadap self disclosure pada generasi z di twitter. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 51-64. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i5.47347>
- Puteri, D. E., & Rosada, U. D. (2026). Hubungan self-disclosure dengan kecemasan sosial pada siswa. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 9(1), 748-754. <https://doi.org/10.54371/jiip.v9i1.10147>
- Putri, A. S., & Wibowo, D. H. (2025). Hubungan self-harga diri dengan self-disclosure pengguna second account pada usia dewasa awal. *Jurnal Penelitian dan Pengetahuan Inovasi*, 5(2), 1563-1578. <https://doi.org/10.53625/jirk.v5i2.10623>
- Robbi, AI, & Putri, DW (2024). Dramaturgi pengguna akun kedua di media sosial instagram. *Seri Konferensi Bandung: Manajemen Komunikasi*, 4 (2), 552-558. <https://doi.org/10.29313/bcscm.v4i2>
- Samsabila, S., Mahdar, M., & Hasyim, A. (2026). Self disclosure pada second account instagram sebagai ruang ekspresi diri generasi z. *Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research*, 4(2), 2048-2056.
- Septiani, Pergi (2025). Gambaran self disclosure pada masa emerging dewasa yang memiliki second account instagram di kabupaten bireuen *Disertasi Doktor, Universitas Malikussaleh*.
- Sigarlaki, MA, & Nurvinkania, AA (2022). Hubungan persahabatan sosial dengan mengungkapkan diri dalam hubungan persahabatan. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 6 (3), 345-362. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i3.5807>
- Sisnawar, W. C., El Karimah, K., & Zein, D. (2023). Penggunaan fitur closefriend Instagram sebagai bentuk self disclosure. *Comdent: Communication Student Journal*, 1(1), 134-149.
- Sitinjak, L., Naryoso, A., & Rakhmad, W. (2023). Representasi diri pada akun utama dan akun kedua Instagram. *Jurnal Komunikasi Massa*, 7(2), 101-114.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan r&d* (Sutopo, Ed.; 2nd ed.).
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulhan, N. A. A. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: *Tinjauan Psikologi. Behavior*, 1(1), 9-36.
- Thohirah, MD, Nur, H., & Daud, M. (2025). @RealMe dan Dualitas Identitas Digital pada Remaja: Pengaruh Second Account sebagai Ruang Aman Ekspresi Diri di Media Sosial. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2 (9).
- We Are Social. (2022). *Digital 2022 Indonesia*.

- Wheeless, L. R., & Grotz, J. (1976). Conceptualization and measurement of reported *self-disclosure*. *Human Communication Research*, 2(4), 338–346. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00494.x>
- Widiyastuti, A. (2016). Pengaruh tipe kepribadian terhadap *self-disclosure* pada pengguna facebook. *Jurnal Psikologi Universitas Esa Unggul*, 18.
- Wiyono, T., & Muhid, A. (2020). *Self-disclosure* melalui media instagram: Dakwah bi al-nafsi melalui keterbukaan diri remaja. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 40(2).
- Xiao, S., Metaxa, D., Park, JS, Karahalios, K., & Salehi, N. (2020, April). Acak, berantakan, lucu, mentah: Finstas sebagai konfigurasi ulang intim media sosial. Dalam *Prosiding konferensi CHI 2020 tentang faktor manusia dalam sistem komputasi* (hlm. 1-13).