

Self Concept dan Subjective Wellbeing dalam Online Disinhibition Effect Mahasiswa Pengguna Instagram

Devinita Budiman

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Hetti Sari Ramadhani

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Adnani Budi Utami

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: devinitaa28@gmail.com

Abstract

The Relationship Between Self-Concept and Subjective Well-Being with Online Disinhibition Effect Among Instagram Users. The purpose of this study is to analyze the relationship between self-concept and subjective well-being with online disinhibition effect among students who have Instagram accounts. This study employs a quantitative correlational approach, utilizing purposive sampling for sample selection and the Lameshow formula to determine the sample size in this population. Data were collected through an online questionnaire distributed across several social media platforms. A negative relationship was found between self-concept and the online disinhibition effect. The second hypothesis was accepted, indicating a significant negative relationship between subjective well-being and the online disinhibition effect. The results of this study showed a significant relationship between self-concept and subjective well-being with the online disinhibition effect among college students with Instagram accounts, with an F value of 93.48 and significance of 0.000 ($p < 0.05$). This study concludes that self-concept and subjective well-being act as predictors of the online disinhibition effect among Instagram-using students. It is important for students to better understand themselves and enhance their awareness in maintaining appropriate behavior on social media, especially for those with multiple accounts, to avoid inappropriate behavior.

Keywords: Online Disinhibition Effect, Self Concept, Subjective Wellbeing, Instagram

Abstrak

Hubungan Konsep Diri dan Kesejahteraan Subjektif dengan Efek Disinhibisi Online pada Mahasiswa Pengguna Instagram. Tujuan penelitian ini yakni guna menganalisis hubungan antara self concept dan subjective wellbeing dengan online disinhibition effect pada mahasiswa yang memiliki akun Instagram. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan menerapkan teknik purposive sampling untuk pengambilan sampel serta penggunaan rumus Lameshow untuk menentukan jumlah sampel pada populasi di penelitian ini. Data dikumpulkan berdasarkan kuesioner yang disebarluaskan secara online di beberapa platform media sosial. hubungan negatif antara self concept dan online disinhibition effect. Hipotesis kedua diterima, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara subjective wellbeing dan online disinhibition effect. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self concept dan subjective wellbeing dengan online disinhibition effect pada mahasiswa yang memiliki Instagram dengan nilai F sebesar 93,48 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa self concept dan subjective wellbeing berperan sebagai prediktor online disinhibition effect pada mahasiswa pengguna Instagram. Penting bagi mahasiswa untuk lebih mengenali diri dan meningkatkan kesadaran dalam menjaga perilaku di media sosial, terutama bagi mahasiswa yang memiliki akun ganda, guna menghindari perilaku yang tidak sesuai.

Kata kunci: Online Disinhibition Effect, Self Concept, Subjective Wellbeing, Instagram

Pendahuluan

Kemajuan dalam sains dan teknologi, terutama di sektor informasi dan komunikasi melalui internet, sekarang memungkinkan pengguna untuk lebih sederhana dalam mengakses dan memanfaatkan platform media sosial. Media sosial adalah wadah digital dimana penggunanya dapat berinteraksi secara *online* dengan membagikan konten yang berupa tulisan, foto, video, bahkan rekaman suara. Mengacu pada The Global Statistics, total pengguna media sosial di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 191,4 juta individu (68,9%). Di antara berbagai platform, Instagram menjadi yang paling populer dengan jumlah pengguna di Indonesia mencapai 90.183.200 orang (32,7%) pada Agustus 2024, termasuk di dalamnya pengguna yang berusia 18-24 tahun menurut data dari Napoleon Cat.

Instagram menjadi salah satu media sosial yang dijadikan sebagai gaya hidup baru dikalangan anak muda yang menggunakan media sosial. Fenomena yang umum di kalangan generasi masa kini adalah memiliki lebih dari satu akun Instagram atau yang biasa dikenal sebagai akun kedua. Akun ini dimanfaatkan untuk menciptakan citra diri yang diharapkan dan sebagai wadah untuk mengekspresikan aspek-aspek lain dari diri mereka (Menyapa, 2024). Hal ini diperkuat dengan observasi yang menunjukkan bahwa setidaknya ada 27 orang yang memiliki *second account* dengan 21 akun diantara aktif mengunggah sesuatu setiap hari dalam kurun waktu 5 hari berturut-turut. Peneliti kemudian membandingkan dengan *main account* pada orang yang sama dan menemukan hanya 7 diantaranya mengunggah sesuatu pada laman *main account* yang dimilikinya dalam jangka waktu yang sama yaitu 5 hari.

Sejalan dengan Pena, Wolff, & Wojcieszak dalam Damayanti et al. (2022) menjelaskan bahwa salah satu konsekuensi akibat mudahnya mengakses internet adalah muncul konsep kebebasan dan kostumisasi dalam bermedia sosial. Konsep ini mengakibatkan seseorang bisa menciptakan berbagai karakter dirinya secara anonim yang disebut *online disinhibition effect*. *Online disinhibition effect* adalah saat seseorang merasa lebih tenang, mengalami pengendalian yang lebih rendah, dan lebih leluasa dalam mengekspresikan diri di lingkungan online, sehingga individu lebih mungkin untuk mengungkapkan diri atau bertindak dengan cara yang lebih ekstrem dibandingkan dengan perilaku mereka di dunia nyata. Sesuai dengan pendapat Kiswantomo et al. (2022) yang mengatakan bahwa tidak sedikit fenomena dimana individu memiliki kepribadian dan perilaku yang berbeda antara dimedia sosial dan didunia nyata. Kondisi ini membuat individu dapat bertindak menyimpang dari aturan-aturan sosial yang berlaku di dunia nyata.

Salah satu faktor dari *online disinhibition effect* adalah *dissociative anonymity* yang merupakan penyembunyian atau perubahan identitas aslinya saat berada didunia nyata. Contoh kasus dapat diambil dari film dokumenter dengan judul The Tinder Swindler yang merupakan adaptasi dari kejadian nyata yang dilakukan oleh Simon Leviev. Simon Leviev atau yang memiliki nama asli Shimon Hayut, merupakan pria asal Israel yang berhasil menipu tiga wanita Eropa setelah mengaku sebagai putra dari seorang miliuner dan memeras korbannya hingga menimbulkan kerugian finansial (Salsabilla, 2023). Selain itu, dikutip dari artikel yang diterbitkan oleh CNBC pada tahun 2022 didapati bahwa Indonesia berada di peringkat ke enam dengan

tindakan penipuan online (Bestari, 2022). Sejalan dengan penelitian milik Putri & Hamzah (2022) yakni pengguna media sosial dapat bebas menggunakan dan mengelola akun media sosialnya. Hal ini membuat sebagian pengguna media sosial memiliki *second account* untuk melakukan penipuan identitas, *stalker*, dan *cattfishing* diaplikasi kencan online (Atmadja & Kiswantomo, 2020)

Contoh kasus lain yang berkaitan dengan *online disinhibition effect* adalah kasus yang diduga salah satu putra orang terpenting di Indonesia memiliki akun anonim di Kaskus dengan nama fufufafa. Dalam akun tersebut, terdapat banyak unggahan yang menghina politikus-politikus Indonesia dan unggahan yang melecehkan sejumlah artis perempuan Indonesia. Kegiatan menghina dan melecehkan pada akun ini termasuk kedalam *toxic disinhibition* yang ditimbul karena kurangnya kontak mata saat berada di lingkungan internet, rendahnya *self concept* dan control diri, serta berbagai faktor eksternal lain. Menurut Anggraini & Amalia dalam Damayanti et al. (2022) dan Fitria (2021) karakteristik orang yang rentan terkena *online disinhibition effect* adalah orang yang mengalami kebingungan terhadap dirinya sendiri atau krisis identitas sehingga memunculkan batasan antara *ideal self* dan *real self* yang berakibat pada tumbuhnya *self concept* yang negative.

Self concept adalah kesadaran dari dalam diri individu mengenai segala hal tentang diri sendiri dan perbedaan dirinya dengan orang lain yang terbentuk dari penilaian diri sendiri dan persepsi orang lain (Noviekayati et al., 2021; Sholikin, 2019). *Self concept* memiliki lima aspek, diantaranya aspek fisik, sosial, moral, psikis, dan keluarga. Secara umum *self concept* bisa dipisahkan menjadi dua yakni *self concept* positif dan *self concept* negative (Istiqomah & Musthofa, 2023). *Self concept* yang negatif ini dapat mendorong munculnya *online disinhibition effect* Hal ini diperkuat dengan penelitian oleh Nugraha et al. (2022) mengemukakan yakni terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self concept* dengan *toxic disinhibition online effect*. Sedangkan penelitian Damayanti dkk (2022) menunjukkan adanya hubungan positif antara *self concept* dan online disinhibition effect. Namun, penelitian lain milik Nugraha et al. (2022) membuktikan yakni tidak terdapat hubungan antara *self concept* dengan *toxic disinhibition online effect* pada mahasiswa pengguna sosial media Instagram.

Selain itu, peneliti juga memiliki dugaan bahwa *subjective well-being* juga dapat mempengaruhi seseorang dalam bersosial media dan memunculkan kecenderungan memiliki ciri *online disinhibition effect* (Ariati, 2017). Namun, penelitian milik Kiswantomo et al. (2022) menunjukkan bahwa *subjective wellbeing* tidak berkontribusi signifikan terhadap dua bentuk *online disinhibition effect* yaitu *benign* dan *toxic online disinhibition*. Menurut Mutiara (2018) dan Dewi & Nasywa (2019) terdapat faktor-faktor yang memengaruh *subjective well being* seseorang, yaitu faktor internal mencakup jenis kelamin, kepribadian, dan presentasi diri sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial, agama dan spiritualitas, dan media sosial.

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa masih ditemukan inkonsistensi hasil dan belum banyak penelitian yang menempatkan *self concept* dan *subjective wellbeing* secara bersamaan sebagai *stimulan* terhadap munculnya *online disinhibition effect*. Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan

juga membuat penelitian tentang topik *toxic online disinhibition effect* ini penting untuk dilakukan sebab kejadian tersebut akan menimbulkan perilaku-perilaku yang lebih beresiko pada dunia maya, berupa *cyberbullying*, ujaran kebencian, pribadi narsistik, melemahnya kepercayaan diri, krisis identitas dan lain-lain.

Oleh karena itu, tujuan penelitian ini yakni: (1) Menguji hubungan antara *self concept* dengan *online disinhibition effect* pada mahasiswa yang memiliki lebih dari satu akun Instagram. (2) Menguji hubungan antara *subjective well being* dengan *online disinhibition effect* pada mahasiswa yang memiliki lebih dari satu akun Instagram. (3) menguji hubungan antara *self concept* dan *subjective wellbeing* dengan *online disinhibition effect* pada mahasiswa yang memiliki lebih dari satu akun Instagram. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini, yaitu: (1) Terdapat hubungan antara *self concept* dengan *online disinhibition effect* pada mahasiswa yang memiliki lebih dari satu akun Instagram dengan arah korelasi negatif. (2) Terdapat hubungan antara *subjective well being* dengan *online disinhibition effect* pada mahasiswa yang memiliki lebih dari satu akun Instagram dengan arah hubungan negatif. (3) Terdapat hubungan antara *self concept* dan *subjective well being* dengan *online disinhibition effect* pada mahasiswa yang memiliki lebih dari satu akun Instagram. Diharapkan penelitian ini akan menghasilkan sumbangan pada keilmuan psikologi dan menjadi bahan kajian bagi mahasiswa untuk memperhatikan konsekuensi *negative* yang muncul dari penggunaan media sosial yang berkaitan dengan *self concept* dan *subjective well being*.

Metode

Populasi penelitian ini yakni mahasiswa aktif yang memiliki akun Instagram pada perguruan tinggi negeri dan swasta di Kota Surabaya. Penarikan sampel pada penelitian ini diambil dengan teknik *Purposive Sampling* dengan kriteria mahasiswa berusia 18-26 tahun yang berkuliah di Surabaya dengan aktif menggunakan Instagram minimal 3 jam/ hari dan memiliki *second account* Instagram. Sampel penelitian ini berjumlah 112 responden yang dihitung menggunakan rumus Lameshow. Jenis penelitian ini ialah kuantitatif korelasional dengan menggunakan instrumen pengumpulan data yakni skala likert 1-5 untuk variabel *Online Disinhibition Effect dan self concept* sedangkan pada variabel *subjective well being* menggunakan skala likert 1-4. Instrumen penelitian tersebut lalu diuji validitas isi dan reliabilitasnya menggunakan *Alpha cronbach*. Sementara itu, uji prasyarat penelitian ini terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah regresi berganda menggunakan IBM SPSS Statistic 26.

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Subjek Berdasarkan Rentang Usia

Karakteristik	Rentang Usia	Jumlah	Presentase
Rentang Usia	19 Tahun	8	7,14%
	20 Tahun	27	24,11%
	21 Tahun	31	27,68%
	22 Tahun	21	18,75%
	23 Tahun	17	15,18%
	24 Tahun	5	4,46%
	25 Tahun	2	1,79%
	26 Tahun	1	0,89%
Total		112	

Berdasarkan tabel 1 diketahui yakni terdapat 112 responden berkategori rentang usia 19-26 Tahun dengan masing-masing presentase yakni usia 19 Tahun dengan presentase yaitu 7,14%, usia 20 Tahun dengan presentase yaitu 24,11%, usia 21 Tahun dengan presentase yaitu 27,68%, usia 22 Tahun dengan presentase yaitu 18,75%, usia 23 Tahun dengan presentase yaitu 15,18%, usia 24 Tahun dengan presentase yaitu 4,46%, usia 25 Tahun dengan presentase yaitu 1,79%, dan usia 26 Tahun dengan presentase yaitu 0,89%. Sehingga bisa dibuat simpulan yakni rentang usia responden paling banyak dalam penelitian ini adalah usia 21 Tahun.

Tabel 2. Karakteristik Subjek Berdasarkan Semester yang Sedang Ditempuh

Karakteristik	Perguruan Tinggi	Jumlah	Presentase
Asal Perguruan Tinggi	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	49	43,75%
	Universitas Airlangga	28	25%
	Universitas Negeri Surabaya	8	7,14%
	Universitas Surabaya	23	20,54%
	Institut Teknologi Sepuluh Nopember	4	3,57%
Total		112	

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa terdapat 152 responden dengan kategori perguruan tinggi, yakni Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan presentase sebesar 43,75%, Universitas Airlangga dengan presentase sebesar 25%, Universitas Negeri Surabaya dengan presentase sebesar 7,14%, Universitas Surabaya dengan presentase 20,54%, dan Institut Teknologi Sepuluh Nopember dengan presentase 3,57%. Dapat disimpulkan bahwa perguruan tinggi responden paling banyak pada penelitian ini yakni Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Tabel 3. Hasil Kategori Analisis Deskriptif Variabel *Online Disinhibition Effect*

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Sangat Rendah	<44	14	13%	61/11
Rendah	44-54	5	4%	

Sedang	55-65	7	6%
Tinggi	66-77	23	21%
Sangat Tinggi	>77	63	56%
N		112	100%

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan hasil tabel 3 membuktikan yakni dari 112 partisipan terdapat 63 partisipan yang memiliki *online disinhibition effect* dengan kategori sangat tinggi.

Tabel 4. Hasil Kategori Analisis Deskriptif Variabel *Self Concept*

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Sangat Rendah	<70	15	13%	93/15
Rendah	70-85	6	5%	
Sedang	86-100	7	6%	
Tinggi	101-116	5	4%	
Sangat Tinggi	>116	79	71%	
N		112	100%	

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan hasil tabel 4 membuktikan yakni dari 112 partisipan terdapat 79 partisipan yang memiliki *Self Concept* dengan kategori sangat tinggi.

Tabel 5. Hasil Kategori Analisis Deskriptif Variabel *Subjective Wellbeing*

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Sangat Rendah	<53	17	15%	72/13
Rendah	53-65	15	13%	
Sedang	66-78	24	21%	
Tinggi	79-92	40	36%	
Sangat Tinggi	>92	16	14%	
N		112	100%	

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan hasil tabel 5 membuktikan yakni dari 112 partisipan terdapat 40 partisipan yang memiliki *Subjective Wellbeing* dengan kategori tinggi.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov		
<i>Online Disinhibition Effect (Y), Self Concept(X1), Subjective Wellbeing (X2)</i>	Sig. 0,200	Keterangan Normal

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 6 memperoleh hasil bahwa data berdistribusi normal sebesar 0,200 sebab nilai signifikansi > 0,05.

Tabel 7. Hasil Uji Llinearitas Variabel *Self Concept* dengan *Online Disinhibition Effect*

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Online Disinhibition Effect (Y) - Self Concept (X1)	0,746	0,860	Linier
<i>Online Disinhibition Effect (Y) – Subjective Wellbeing (X2)</i>	3,275	0,179	Linier

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 7 membuktikan yakni terdapat hubungan yang linier antar variabel *Online Disinhibition Effect* dengan *Self Concept* dengan taraf signifikan sebesar 0,860 Tabel tersebut juga menunjukkan yakni terdapat hubungan yang linier antar variabel *Online Disinhibition Effect* dengan *Subjective Wellbeing* dengan taraf signifikan sebesar 0,179.

Tabel 8. Hasil Uji Multikolinearitas Variabel *Self Efficacy* dan *Social Support*

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
<i>Self Concept (X1) – Subjective Wellbeing (X2)</i>	0,318	3,148	Tidak Terjadi Multikolinearitas

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 8 membuktikan yakni tidak terjadi multikolinearitas pada variabel *Self Concept* dan *Subjective Wellbeing*. Hal ini dikarenakan nilai *tolerance* yang didapatkan sebesar 0,318 dan VIF sebesar 3,148.

Tabel 9. Hasil Uji Heterokedastisitas Variabel *Self Efficacy* dan *Social Support*

Variabel	Sig.	Keterangan
<i>Self Concept (X1)</i>	0,212	Tidak Terjadi Heterokedastisitas
<i>Subjective Wellbeing (X2)</i>	0,769	Tidak Terjadi Heterokedastisitas

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 9 membuktikan yakni tidak terjadi heteroskedastisitas pada variabel *Self Concept* dan *Subjective Wellbeing* dengan nilai AB_RES variabel *Self Concept* sebesar 0,212 dan AB_RES *Subjective Wellbeing* sebesar 0,769.

Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis 1

Variabel	T	Sig.	Keterangan
<i>Self Concept</i>	6,538	0,000	Signifikan

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 10 diketahui yakni skor $t = 6,538$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), artinya adanya korelasi positif antara *Self Concept* dengan *Online Disinhibition Effect* maka H1 ditolak.

Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis 2

Variabel	T	Sig.	Keterangan
<i>Online Disinhibition Effect</i>	-12,161	0,000	Signifikan

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 11 diketahui yakni skor $t = -12,161$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), artinya adanya korelasi negatif antara *Subjective Wellbeing* dengan *Online Disinhibition Effect* maka H2 diterima.

Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis 3

Variabel	F	Sig.
<i>Online Disinhibition Effect</i>	93,48	0,000

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 12 diketahui yakni nilai F yaitu 93,48 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) sehingga H3 diterima. Hal ini menandakan bahwa *Self Concept* dan *Subjective Wellbeing* secara bersama-sama dapat berpengaruh terhadap *Online Disinhibition Effect*.

Tabel 13. Hasil Uji R Square (Kontribusi)

Variabel	R-Square	Keterangan
<i>Online Disinhibition Effect</i>	0,632	Tinggi

Sumber: Output SPSS

Berdasarkan tabel 13 diketahui yakni nilai *R-Square* pada taraf yang cenderung tinggi yakni 63,2% yang berarti *Self Concept* dan *Subjective Wellbeing* secara bersama-sama mempunyai pengaruh 63,2% terhadap *Online Disinhibition Effect*. Adapun 36,7% sisanya dapat disebabkan oleh variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Pembahasan

Pada hasil uji korelasi parsial, diketahui yakni skor $t = 6,538$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), artinya adanya korelasi positif antara *Self Concept* dengan *Online Disinhibition Effect*, sehingga H1 ditolak. Kondisi tersebut menandakan yakni ketika semakin tinggi *Self Concept* maka *Online Disinhibition Effect* juga akan semakin tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian milik Haqie (2024) yang mengatakan bahwa *Self Concept* secara parsial memiliki hubungan terhadap *Online Disinhibition Effect* karena sosial media dapat digunakan remaja untuk menumbuhkan citra dirinya yang lebih baik disaat mereka tidak mendapatkan validasi di dunia nyata. Dengan demikian, mahasiswa yang mempunyai konsep diri yang baik maka mereka akan lebih berani dan percaya diri untuk membangun kepribadian yang berbeda dengan berusaha menunjukkan eksistensi yang lebih baik lagi di media sosial. Sejalan dengan studi oleh Rakhmat (2022) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai konsep

diri yang positif akan berusaha membangun citra yang baik di sosial medianya. Perilaku yang tidak sesuai antara dunia maya dan dunia nyata serta ketidakmampuan mengontrol perilaku saat di dunia maya ini memunculkan *online disinhibition effect*.

Pada hasil uji korelasi parsial, diketahui yakni skor $t = -12,161$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$), artinya adanya korelasi negatif antara *Subjective Wellbeing* dengan *Online Disinhibition Effect* sehingga hipotesis 2 diterima. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi *Subjective Wellbeing* maka semakin rendah *Online Disinhibition Effect*. Individu dengan *Subjective Wellbeing* baik cenderung memanfaatkan media sosial untuk mengekspresikan diri yang sebenarnya dan memiliki kesadaran akan etika bermedia sosial, serta memiliki ketahanan emosional yang kuat. Penelitian lain oleh Febriyanti (2024) mengatakan yakni terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Subjective Wellbeing* dengan *Online Disinhibition Effect*. Perbedaan hasil ini disebabkan oleh perbedaan jumlah sampel dan *platform*.

Pada hasil uji simultan pada variabel *Self Concept* (X1) dan *Subjective Wellbeing* (X2) dengan *Online Disinhibition Effect* (Y), didapati nilai F sebesar 93,48 dengan signifikansi $0,000$ ($p > 0,05$) sehingga H3 diterima. Hal ini menandakan bahwa secara simultan *Self Concept* dan *Subjective Wellbeing* dapat menjadi prediktor adanya *Online Disinhibition Effect*. Artinya, mahasiswa yang memiliki *Self Concept* positif dan tingkat *Subjective Wellbeing* tinggi cenderung lebih terbuka dalam interaksi secara *online* dan mempengaruhi cara berperilaku di *Platform* media sosial Instagram dengan merasa lebih bebas guna mengekspresikan diri serta berbagi pengalaman dengan orang lain.

Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ialah terdapat hubungan positif signifikan antara *Self Concept* dan *Online Disinhibition Effect* pada mahasiswa yang memiliki akun Instagram dengan nilai skor $t = 6,538$ dan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) sehingga hipotesis 1 ditolak. Sementara itu, terdapat hubungan *negative* signifikan antara *Subjective Wellbeing* dan *Online Disinhibition Effect* dengan nilai skor $t = -12,161$ dan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) maka hipotesis 2 diterima. Serta terdapat hubungan simultan yang signifikan antara *Self Concept* dan *Subjective Wellbeing* dengan *Online Disinhibition Effect* pada mahasiswa yang mempunyai akun Instagram dengan nilai F sebesar 93,48 dan signifikansi $0,000$ ($p > 0,05$) sehingga hipotesis 3 diterima.

Berlandaskan kesimpulan tersebut, peneliti mempunyai beberapa saran yang dapat disampaikan, diantaranya mahasiswa diharapkan untuk dapat meningkatkan *self concept* dengan cara berusaha untuk bisa menerima diri sendiri, melatih rasa Syukur, selalu belajar dan berkembang, dan menghindari berada di sekitar orang-orang yang *negative*. Mahasiswa juga dapat memfokuskan diri pada hal-hal yang positif, melakukan refleksi diri agar lebih paham akan diri mereka sendiri, serta melakukan aktivitas lain yang dapat memberikan kesenangan dan meningkatkan emosi positif. Sementara saran yang bisa diberikan terhadap peneliti selanjutnya yakni agar memperhatikan variabel-variabel lain yang memiliki peluang menjadi prediktor adanya *Online Disinhibition Effect*, seperti anonimitas, kontrol diri, *self esteem*, dan *self compassion*. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat memperbesar jumlah sampel

penelitian dengan melibatkan kriteria selain yang digunakan oleh peneliti agar penelitian tersebut lebih akurat dan dengan hasil yang lebih merata.

Referensi

- Ariati, J. (2017). Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektive) Dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*.
- Atmadja, K., & Kiswantomo, H. (2020). Hubungan antara komponen-komponen subjective-well being dan internet addiction. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(1), 27–42.
- Bestari, N. P. (2022, August 2). Negara sarang penipuan di dunia ada di Indonesia. *CNBC Indonesia*.
- Damayanti, Salsabila, H., & Rusmawati, D. (2022). *Hubungan Antara Self concept dengan Online Disinhibition Effect Pada Siswa SMA Sultan Agung 1 Semarang* [Undergraduate thesis]. Universitas Diponegoro.
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). *Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being* [Doctoral dissertation]. Universitas Ahmad Dahlan.
- Fitria, M. (2021). *Hubungan Antara Self-Esteem dengan Online Disinhibition Effect pada Remaja Pengguna Media Sosial* [Doctoral dissertation]. Universitas Andalas.
- Istiqomah, Y. A., & Musthofa, W. (2023). *Hubungan Antara Self Concept dengan Rasa Rendah Diri Remaja Panti* [Doctoral dissertation]. UIN RADEN MAS SAID.
- Kiswantomo, H., Rahmani, K., & Aliifah, D. N. (2022). Subjective Well Being Sebagai Prediktor Online Disinhibition Effect pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*.
- Menyapa, U. (2024, March 14). 7 Alasan Seseorang Memiliki Second Account Instagram Menurut Riset. Retrieved. *Medium.Com*.
- Mutiara, F. Y. (2018). *Pengaruh presentasi diri, dukungan sosial, dan afinitas media sosial terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa pengguna instagram*. Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Noviekayati, I. G. A. A. , Farid, M., & Amana, L. N. (2021). Inferiority feeling pada remaja panti asuhan: Bagaimana peranan self concept dan dukungan sosial. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 104–118.
- Nugraha, R. G., Rahmani, K., Indriane, E., & Aliifah, D. N. (2022). Hubungan antara Self-Concept dan Toxic Disinhibition Online Effect pada Mahasiswa yang Menggunakan Media Sosial Instagram. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 6(1), 37–48.
- Putri, C. E., & Hamzah, R. E. (2022). Analisis Fenomena Penipuan Identitas Diri (Catfishing) Pada Literasi Digital Pengguna Media Sosial. *KOMUNIKATA*, 3(2), 67–68.
- Salsabilla, R. (2023, August 31). Belajar dari tinder swindler, ini 4 cara hindari penipu. *CNBC Indonesia*.
- Sholikin, R. A. P. (2019). Hubungan Antara Gambaran Diri dengan Disinhibition Effect pada Remaja. *DIII Keperawatan*.