Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia
E-ISSN: 3031-9897
Website: https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa

Volume 4 No 01, Maret 2026
Hal.: 83 – 88

Kecenderungan Narsistik sebagai Prediktor Intensitas Penggunaan Media Sosial

Kharisma Alinda Sari
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Hetti Sari Ramadhani
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Tatik Meiyuntariningsih
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
E-mail: kharismaalindasri@gmail.com

Abstract

This study examined the relationship between narcissistic tendencies and the intensity of social media use among adolescents. The objective was to determine whether narcissistic traits and the amount of time spent on social media are related. The study employed a correlational design with a quantitative methodology. The participants were adolescents aged 15 to 19 who actively used social media. A total of 163 individuals were selected using purposive sampling. The instruments used were the narcissistic tendency scale and the social media usage intensity scale, both developed based on relevant psychological theories. Data were analyzed using a correlation technique to determine the relationship between the variables. The results indicated a tendency for higher narcissistic traits to be associated with more intense use of social media. Adolescents who exhibit narcissistic characteristics tend to use social media as a platform for self-expression and to seek approval or validation from others. This finding highlights the psychological role of social media as a space for constructing identity, especially among youth with self-focused personality traits. The study contributes to the understanding of how personality dynamics influence digital behavior in the adolescent population.

Keywords: *adolescent; narcissistic tendencies; self-validation; social media; usage intensity.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kecenderungan narsistik dengan intensitas penggunaan media sosial pada remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat kaitan antara ciri-ciri narsistik dan jumlah waktu yang dihabiskan di media sosial. Penelitian menggunakan desain korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15 hingga 19 tahun yang aktif menggunakan media sosial. Sebanyak 163 partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi skala kecenderungan narsistik dan skala intensitas penggunaan media sosial yang disusun berdasarkan teori psikologi yang relevan. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan kecenderungan narsistik yang lebih tinggi cenderung memiliki intensitas penggunaan media sosial yang lebih besar. Remaja yang menunjukkan sifat narsistik menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mengekspresikan diri dan memperoleh persetujuan dari orang lain. Temuan ini menegaskan bahwa media sosial berperan sebagai ruang psikologis dalam membangun identitas diri, terutama bagi individu dengan karakteristik kepribadian yang berpusat pada diri sendiri.

Kata kunci: *intensitas penggunaan media sosial; kecenderungan narsistik; media sosial; remaja; validasi diri.*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara individu berinteraksi secara sosial, khususnya melalui media sosial. Remaja menjadi kelompok yang paling aktif menggunakan platform ini untuk berekspresi, membentuk citra diri, dan memperoleh pengakuan sosial. Fenomena ini sejalan dengan meningkatnya kebutuhan akan validasi dan perhatian yang ditunjukkan melalui aktivitas digital seperti membagikan foto, video, dan cerita pribadi.

Dalam konteks psikologis, perilaku ini berkaitan erat dengan kecenderungan narsistik, yaitu keinginan individu untuk dikagumi, merasa unggul, serta kurangnya empati terhadap orang lain. Remaja yang memiliki kecenderungan ini diduga menggunakan media sosial secara lebih intens sebagai sarana untuk membangun eksistensi diri. Namun, penggunaan media sosial yang tinggi juga dikaitkan dengan risiko psikologis seperti ketergantungan, tekanan sosial, dan penurunan kualitas hubungan interpersonal.

Penelitian terdahulu telah mengkaji keterkaitan antara narsistik dan media sosial, namun hasilnya bervariasi. Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan positif, sementara yang lain tidak menemukan hubungan signifikan. Selain itu, sebagian besar penelitian berfokus pada populasi mahasiswa atau pengguna dewasa, sehingga remaja sebagai kelompok usia yang rentan dan aktif di media sosial belum banyak dikaji secara spesifik.

Penelitian ini bertujuan untuk melengkapi hal tersebut dengan mempelajari intensitas penggunaan media sosial berdasarkan tingkat kecenderungan narsistik. Penelitian ini diharapkan dapat membantu perkembangan ilmu psikologi perkembangan, khususnya dalam memahami dinamika identitas remaja di era digital. Penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional dan instrumen yang berasal dari teori psikologi kepribadian dan perilaku digital.

Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada fokus usia subjek (remaja 15–19 tahun) yang belum banyak dieksplorasi secara mendalam, serta pada integrasi aspek narsistik yang diukur secara multidimensional dan intensitas media sosial berdasarkan dimensi psikologis, bukan hanya durasi atau frekuensi penggunaan.

Metode

Metode kuantitatif dengan desain korelasional digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan narsistik dan intensitas penggunaan media sosial pada remaja berusia 15 hingga 19 tahun. Populasi yang terlibat dalam penelitian ini adalah mereka yang aktif menggunakan media sosial.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 163 partisipan yang dipilih menggunakan metode purposive sampling, yang berarti subjek dipilih berdasarkan standar yang terkait dengan tujuan penelitian. Kriteria untuk partisipasi termasuk: (1) berusia 15–19 tahun; (2) berdomisili di Sidoarjo; (3) memiliki akun media sosial aktif (Instagram, WhatsApp, TikTok, Facebook, atau X); dan (4) memiliki smartphone yang digunakan untuk mengakses media sosial setiap hari.

Prosedur penelitian dimulai dari penyusunan instrumen, uji coba alat ukur, hingga penyebaran kuesioner secara daring melalui Google Form. Instrumen yang digunakan memiliki dua skala, yaitu skala kecenderungan narsistik yang disusun berdasarkan tujuh aspek kepribadian, dan ukuran tingkat intensitas penggunaan media sosial yang mengukur perhatian, penghayatan, frekuensi, dan waktu yang dihabiskan untuk menggunakannya. Masing-masing skala disusun dalam bentuk pernyataan dengan empat pilihan respons (Sangat Sesuai hingga Sangat Tidak Sesuai) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum penyebaran.

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan teknik korelasi Spearman untuk melihat keterkaitan antar variabel. Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik yang sesuai, dengan tetap memperhatikan prasyarat analisis seperti uji normalitas dan linearitas. Prosedur ini dirancang agar dapat direplikasi pada konteks penelitian yang serupa.

Hasil

Studi ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada korelasi antara kecenderungan narsistik dan intensitas penggunaan media sosial. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan narsistik dalam kategori sedang, dan intensitas penggunaan media sosial didominasi oleh kategori sedang hingga tinggi.

Sebelum uji hipotesis dilakukan, data diuji untuk normalitas dan linearitas. Hasilnya menunjukkan bahwa distribusi data tidak normal, jadi korelasi Spearman digunakan untuk menganalisisnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kecenderungan narsistik dan intensitas penggunaan media sosial; semakin banyak remaja yang memiliki kecenderungan narsistik, semakin banyak penggunaan media sosial.

Interpretasi ini didukung oleh temuan bahwa sosial media sering digunakan sebagai sarana untuk menampilkan citra diri dan mendapatkan pengakuan sosial, yang sejalan dengan karakteristik individu narsistik. Kendati demikian, temuan ini bersifat korelasional, sehingga tidak dapat disimpulkan sebagai hubungan sebab-akibat. Faktor lain seperti tekanan sosial dan lingkungan juga dapat mempengaruhi intensitas penggunaan media sosial.

Tabel 1. Hasil Korelasi Spearman antara Kecenderungan Narsistik dan Intensitas Penggunaan Media Sosial

Variabel	**Kecenderungan_Narsistik**	**Intensitas_Penggunaan_Media_Sosial**
1. Kecenderungan_Narsistik	—	.281**
2. Intensitas_Penggunaan_Media_Sosial	.281**	—
N	162	163
p-value	< .001	< .001

Sumber: Output SPSS

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada remaja, kecenderungan narsistik dan intensitas penggunaan media sosial cenderung positif. Artinya, semakin tinggi individu memiliki sifat narsistik, maka semakin tinggi pula keterlibatannya dalam aktivitas media sosial. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa media sosial telah menjadi ruang strategis bagi individu dengan kecenderungan narsistik untuk mengekspresikan diri, mencari validasi, dan membangun citra diri secara publik.

Secara psikologis, individu narsistik cenderung membutuhkan perhatian dan pengakuan dari lingkungan sekitarnya. Media sosial menawarkan platform ideal yang memungkinkan mereka mengontrol tampilan diri, mengatur narasi personal, dan menerima umpan balik dalam bentuk suka, komentar, dan jumlah pengikut. Hal ini sejalan dengan penelitian Zula (2024) yang menemukan bahwa individu dengan tingkat narsistik tinggi lebih aktif di media sosial dan cenderung menampilkan diri secara berlebihan. Temuan ini juga diperkuat oleh studi Najah et al. (2021) yang menyatakan bahwa perilaku narsistik berperan sebagai prediktor dalam intensitas penggunaan media sosial, terutama pada platform yang berbasis konten visual seperti TikTok.

Namun demikian, hasil penelitian ini berbeda dengan temuan Sari (2021), yang menyimpulkan bahwa justru intensitas penggunaan media sosial dapat mendorong berkembangnya kecenderungan narsistik. Perbedaan ini dapat dijelaskan melalui pendekatan arah hubungan yang berbeda. Penelitian ini menempatkan narsistik sebagai variabel prediktor, sementara Sari menempatkannya sebagai konsekuensi dari eksposur berlebihan terhadap media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat dinamis dan mungkin timbal balik, tergantung pada konteks pengguna dan faktor psikososial lainnya.

Penelitian Liang (2021) juga mendukung temuan ini, di mana individu dengan narsisme tinggi menunjukkan intensitas lebih besar dalam menggunakan media sosial, terutama Instagram, untuk mempertahankan eksistensi sosial. Platform seperti Instagram dan TikTok memungkinkan pengguna mengatur citra diri secara selektif, yang sangat relevan bagi individu dengan kecenderungan narsistik.

Dari sisi aspek psikologis, penelitian ini mengonfirmasi bahwa narsistik bukan hanya sebatas karakter kepribadian yang berdampak pada relasi interpersonal, namun juga memengaruhi pola perilaku digital. Pemanfaatan media sosial oleh individu narsistik mencerminkan upaya pemenuhan kebutuhan psikologis tertentu seperti pengakuan diri dan pembentukan identitas sosial. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman yang lebih luas mengenai dinamika psikologi kepribadian di era digital, khususnya dalam konteks perkembangan remaja yang sangat dipengaruhi oleh teknologi.

Kontribusi teoritis dari penelitian ini adalah memperluas penerapan teori narsistik dalam ranah digital, serta menekankan pentingnya pengukuran intensitas media sosial yang tidak hanya berdasarkan frekuensi, namun juga memperhatikan aspek afektif dan motivasional. Secara praktis, temuan ini dapat digunakan untuk merancang intervensi psikologis dan edukasi digital yang membantu remaja lebih bijak

dalam menggunakan media sosial, terutama dalam mengelola kebutuhan validasi dan citra diri.

Kesimpulan

Studi ini menemukan bahwa remaja dengan kecenderungan narsistik memiliki hubungan positif dengan intensitas penggunaan media sosial. Mereka juga cenderung lebih aktif menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mengekspresikan diri, memperoleh pengakuan, serta membentuk citra diri yang diinginkan. Temuan ini menjawab tujuan penelitian dan memberikan kontribusi penting terhadap perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami dinamika kepribadian remaja di era digital. Penelitian ini menyoroti bahwa media sosial berperan tidak hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai ruang refleksi identitas dan aktualisasi diri bagi individu dengan karakteristik kepribadian tertentu. Hal ini memperluas cakupan kajian psikologi kepribadian dalam konteks budaya digital yang terus berkembang.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar remaja lebih bijak dalam menggunakan media sosial dengan memperhatikan tujuan dan durasi penggunaannya, serta menyadari dampaknya terhadap pembentukan citra diri dan kesehatan psikologis. Bagi pendidik, orang tua, dan praktisi psikologi, penting untuk memberikan pendampingan dan edukasi yang mendorong kesadaran kritis terhadap penggunaan media sosial, khususnya dalam mengelola kebutuhan validasi dan ekspresi diri. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi faktor lain seperti konsep diri atau regulasi emosi untuk memahami lebih dalam dinamika psikologis dalam penggunaan media sosial pada remaja.

Referensi

Ajzen, I. (2020). The theory of planned behavior: Frequently asked questions. *Human Behavior and Emerging Technologies, 2*(4), 314–324. https://doi.org/10.1002/hbe2.195

Al-Ghazali, M. A., & Yusuf, R. (2023). Narcissistic behavior and its relationship with social media use among adolescents. *Journal of Adolescent Psychology, 12*(2), 77–89.

Collins, A. C., Rahmawati, N., & Pratama, G. (2021). Narcissism and social media usage intensity among Indonesian youth. *Indonesian Journal of Psychology, 8*(1), 45–56. https://doi.org/10.24854/jpsi.v8i1.2021

Evan, B., Nuraini, D., & Putri, S. R. (2024). Adolescent emotional regulation and digital engagement patterns. *Journal of Youth Development, 10*(2), 101–115.

Feng, Y., Li, X., & Zhao, Q. (2023). Escaping reality: Motivations and psychological outcomes of social media use. *Psychological Research on Internet Behavior, 11*(1), 55–68. https://doi.org/10.31455/prib.2023.11.1.55

Hall, J. A., Pennington, N., & Holmstrom, A. (2019). Expanding the understanding of social media intensity and psychological well-being. *Communication Research Reports, 36*(1), 28–39.

Liang, S. (2021). Kecenderungan perilaku narsistik dengan intensitas penggunaan media sosial Instagram. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 10*(2), 104–112. Diunduh dari http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/2893 tanggal 10 Juli 2025

Najah, L., Permata, I., & Khairunnisa, D. (2021). Narcissism and self-presentation strategies on TikTok among college students. *Journal of Cyberpsychology, 7*(2), 133–144.

Prasetya, A., & Rachmawati, T. (2020). Media sosial dan pencarian identitas diri remaja. *Jurnal Psikologi Sosial, 15*(3), 88–96.

Putri, R. A., & Wibowo, F. A. (2024). Motif validasi diri pada remaja pengguna media sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Digital, 3*(1), 67–75.

Sari, D. M. (2021). Intensitas penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap perilaku narsistik. *Jurnal Psikologi Terapan, 9*(1), 55–63. https://doi.org/10.31000/jpt.v9i1.2021

Setiawan, R., & Lestari, N. (2023). Adolescents' self-image and media exposure: A psychosocial perspective. *Asian Journal of Psychology and Mental Health, 15*(1), 42–58.

Susanti, V., & Anggraeni, M. (2022). Pengaruh keterlibatan emosional terhadap kecanduan media sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, 11*(2), 118–130.

Zula, N. F. (2024). Narcissistic personality traits as a predictor of social media intensity. *Journal of Adolescent Behavior and Technology, 6*(1), 22–34. https://doi.org/10.24123/jabt.v6i1.2024