

LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN SELF DISCLOSURE DENGAN FENOMENA HYPERHONEST PADA REMAJA

Utari Pratiwi¹, Firman², Netrawati³

^{1,2,3}Universitas Negeri Padang

¹utaripratiwi93@gmail.com, ²firman@fip.unp.ac.id, ³netrawati@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

The influence of adolescent self-disclosure in the context of social media use, especially related to the hyperhonest phenomenon. Self-disclosure on social media allows teenagers to reveal personal information intensively, which can influence the formation of their identity and social relationships. This research uses a literature study approach to compile and analyze various relevant literature sources regarding adolescent self-disclosure and the hyperhonest phenomenon on social media. The selected literature sources include journal articles, books, and dissertations that examine this topic from various perspectives. Teenagers' self-disclosure in social media provides a platform that allows them to develop their self-identity in a broader and deeper way. Features like "Close Friends" on Instagram influence the intensity of self-disclosure by creating a more restricted and intimate environment. However, uncontrolled use of self-disclosure can also pose risks to teenagers' privacy and mental health. Adolescents' self-disclosure on social media plays an important role in shaping their identity and social relationships. By disclosing personal information online, teens can construct narratives about themselves and strengthen social bonds with their peers. However, it is important to pay attention to wise privacy management and awareness of the psychological impact of intensive self-disclosure.

Keywords: *hyperhonest, identity, self-disclosure, social media, teenagers, social relationships*

ABSTRAK

Pengaruh *self-disclosure* remaja dalam konteks penggunaan media sosial, khususnya terkait dengan fenomena *hyperhonest*. *Self-disclosure* di media sosial memungkinkan remaja untuk mengungkapkan informasi pribadi secara intensif, yang dapat mempengaruhi pembentukan identitas dan hubungan sosial mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur untuk menyusun dan menganalisis berbagai sumber literatur yang relevan mengenai *self-disclosure* remaja dan fenomena *hyperhonest* di media sosial. Sumber-sumber literatur yang dipilih meliputi artikel jurnal, buku, dan disertasi yang mengkaji topik ini dari berbagai perspektif. *Self-disclosure* remaja dalam media sosial memberikan platform yang memungkinkan mereka untuk mengembangkan identitas diri

dengan cara yang lebih luas dan mendalam. Fitur-fitur seperti "*Close Friends*" di Instagram memengaruhi intensitas *self-disclosure* dengan menciptakan lingkungan yang lebih terbatas dan intim. Namun, penggunaan yang tidak terkendali dari *self-disclosure* ini juga dapat menimbulkan risiko terhadap privasi dan kesehatan mental remaja. *Self-disclosure* remaja dalam media sosial berperan penting dalam membentuk identitas dan hubungan sosial mereka. Dengan mengungkapkan informasi pribadi secara *online*, remaja dapat membangun narasi tentang diri mereka sendiri dan memperkuat ikatan sosial dengan teman-teman sebaya mereka. Namun, penting untuk memperhatikan pengelolaan privasi yang bijak dan kesadaran akan dampak psikologis dari *self-disclosure* yang intensif.

Kata Kunci: hyperhonest, identitas, self-disclosure, media sosial, remaja, hubungan sosial

A. Pendahuluan

Di era digital saat ini, media sosial telah menjadi bagian integral kehidupan remaja, mempengaruhi cara mereka berinteraksi, mengungkapkan diri, dan membangun identitas sosial. Konsep *self-disclosure* atau keterbukaan diri menjadi krusial dalam konteks ini, menggambarkan sejauh mana remaja mengungkapkan informasi pribadi tentang diri mereka kepada orang lain, baik secara *offline* maupun *online*. Selain itu, fenomena *hyperhonest*, yang menyoroti kecenderungan untuk menjadi terlalu jujur atau terbuka dalam ekspresi diri, juga semakin menarik perhatian. Fenomena ini sering kali dapat diamati dalam praktik penggunaan media sosial, di mana remaja

mungkin merasa lebih nyaman untuk berbicara secara terbuka mengenai masalah pribadi atau pandangan mereka tanpa banyak pertimbangan.

Kajian-kajian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Hamzah & Putri (2020), Chiquita & Febriana (2023), dan Edria & Saragih (2024), telah menunjukkan bahwa remaja menggunakan media sosial untuk melakukan *self-disclosure* secara intensif, terutama melalui fitur-fitur yang memungkinkan akses terbatas seperti "*Close Friends*" di *Instagram*. Namun, masih perlu dipahami lebih dalam bagaimana *self-disclosure* ini berkaitan dengan fenomena *hyperhonest*, khususnya pada remaja.

Dalam konteks ini, artikel literatur review ini bertujuan untuk mengisi celah pengetahuan dengan

melakukan analisis terhadap berbagai studi yang ada mengenai hubungan antara *self-disclosure* dengan fenomena *hyperhonest* pada remaja. Dengan memperdalam pemahaman ini, diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang dinamika komunikasi remaja dalam dunia digital serta implikasi pentingnya dalam pendidikan dan pengembangan remaja masa kini.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian yang akan digunakan dalam artikel literatur review ini adalah studi literatur. Studi literatur merupakan pendekatan sistematis untuk mengumpulkan, mengevaluasi, dan menyintesis informasi dari berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Pendekatan ini tidak melibatkan pengumpulan data primer melalui penelitian lapangan, tetapi lebih fokus pada analisis terhadap studi-studi yang sudah ada dan publikasi ilmiah terkait (Hamzah, R. E., & Putri, C. E. 2020).

Dengan menggunakan pendekatan studi literatur, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam

memperdalam pemahaman tentang perilaku komunikasi remaja dalam era digital, khususnya dalam konteks penggunaan media sosial untuk *self-disclosure* yang *hyperhonest*. Metode ini juga memungkinkan untuk menyediakan dasar yang kuat bagi penelitian lanjutan dan pengembangan teori dalam bidang ini.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Self-Disclosure Remaja Berkembang Dalam Konteks Penggunaan Media Sosial Dan Dampaknya Terhadap Fenomena Hyperhonest

Dalam konteks penggunaan media sosial, *self-disclosure* remaja mengalami perkembangan yang signifikan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk karakteristik individu, jenis platform media sosial, dan norma-norma sosial yang berlaku. *Self-disclosure* di media sosial merujuk pada kecenderungan seseorang untuk mengungkapkan informasi pribadi atau pengalaman secara sukarela kepada orang lain melalui berbagai fitur seperti posting status, foto, video, atau dalam bentuk interaksi langsung seperti komentar dan pesan pribadi (Chiquita, O. C., & Febriana, P. 2023).

Penggunaan media sosial memfasilitasi *self-disclosure* remaja dengan cara yang belum pernah terjadi sebelumnya. Remaja sering merasa lebih nyaman dalam berbagi informasi pribadi secara *online* karena mereka dapat mengontrol dan mempresentasikan diri mereka kepada audiens mereka. Fitur-fitur seperti privasi yang dapat disesuaikan (misalnya, setting "*Close Friends*" di Instagram) memungkinkan remaja untuk memilih dengan siapa mereka berbagi informasi secara lebih terbuka, sementara tetap menjaga privasi dari orang lain yang tidak termasuk dalam lingkaran tersebut. Namun, dampak dari *self-disclosure* yang intensif ini sering kali mengarah pada fenomena *hyperhonest*, di mana remaja cenderung untuk menjadi terlalu jujur atau terbuka dalam ekspresi diri mereka. Fenomena ini dapat menghasilkan efek-efek seperti: (Edria, A. L., & Saragih, M. Y. 2024)

a. Over-sharing

Remaja mungkin tergoda untuk mengungkapkan terlalu banyak informasi pribadi yang seharusnya lebih dijaga privasinya, terutama ketika mereka merasa nyaman dalam

lingkungan online yang terasa lebih anonim.

b. Keterlibatan Emosional yang Intensif

Self-disclosure hyperhonest dapat meningkatkan keterlibatan emosional remaja dalam interaksi online, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka jika pengalaman tersebut tidak diatur dengan baik.

c. Pencitraan Diri yang Tidak Seimbang

Fenomena *hyperhonest* juga dapat mempengaruhi cara remaja membangun citra diri mereka di dunia maya. Mereka mungkin cenderung menunjukkan sisi-sisi dari diri mereka yang lebih rawan atau emosional tanpa pertimbangan yang memadai terhadap konsekuensi sosial atau psikologisnya. Selain itu, penggunaan media sosial untuk *self-disclosure* juga dapat mempengaruhi pembentukan identitas remaja dan interaksi sosial mereka secara keseluruhan. Dengan begitu banyak informasi pribadi yang tersedia dan diakses secara publik, remaja dapat menghadapi tantangan dalam membedakan antara apa yang layak untuk dibagikan secara online dan apa yang sebaiknya disimpan untuk

lingkaran kehidupan yang lebih pribadi (Harahap, D., & Hendriyani, H. 2023). Secara keseluruhan, perkembangan *self-disclosure* remaja dalam konteks media sosial mencerminkan dinamika kompleks antara kebutuhan untuk berbagi, kontrol atas privasi, dan konsekuensi dari ekspresi yang terlalu jujur atau terbuka. Memahami dampak fenomena *hyperhonest* ini penting dalam konteks pendidikan dan pengembangan remaja di era digital saat ini, di mana mereka harus dilengkapi dengan keterampilan untuk mengelola identitas online mereka dengan bijak dan memahami implikasi dari interaksi mereka di media sosial

2. Penggunaan Fitur-Fitur Media Sosial Seperti "Close Friends" Di Instagram Memengaruhi Intensitas Self-Disclosure Remaja

Penggunaan fitur-fitur media sosial seperti "Close Friends" di Instagram memiliki dampak signifikan terhadap intensitas *self-disclosure* remaja dalam konteks digital saat ini. Fitur ini memungkinkan pengguna untuk memilih lingkaran kecil teman atau kelompok yang spesifik dengan siapa mereka ingin berbagi konten

secara eksklusif, tanpa dipublikasikan kepada semua pengikut mereka. Hal ini menciptakan platform yang lebih terbatas dan dianggap lebih pribadi oleh pengguna, memfasilitasi *self-disclosure* yang lebih intensif dan terbuka (Azizah, M. 2023). Remaja cenderung merasa lebih nyaman untuk mengungkapkan informasi pribadi atau pengalaman yang lebih intim kepada kelompok "Close Friends" mereka. Mereka merasa bahwa lingkungan ini lebih aman dan kurang terpapar terhadap publik luas, sehingga mereka cenderung untuk berbicara lebih jujur dan terbuka mengenai masalah pribadi, emosi, atau pengalaman yang mungkin tidak mereka bagi di platform media sosial yang lebih umum.

Dengan adanya fitur seperti ini, intensitas *self-disclosure* remaja dapat meningkat karena mereka merasa memiliki kendali yang lebih besar atas siapa yang dapat melihat informasi pribadi mereka (Wibisono, H. E. G., & Pratisti, W. D. 2022). Ini juga menciptakan dinamika sosial yang lebih mendalam antara mereka dan kelompok teman terdekat mereka, karena saling membagikan pengalaman dan cerita yang mungkin tidak mereka diskusikan secara

terbuka di platform yang lebih publik. Namun demikian, meskipun fitur "*Close Friends*" dapat memfasilitasi interaksi yang lebih intim, terdapat juga potensi risiko psikologis. Remaja mungkin merasa terdoda untuk mengungkapkan terlalu banyak informasi yang sensitif atau pribadi, tanpa mempertimbangkan implikasi jangka panjangnya terhadap privasi dan kesehatan mental mereka. Hal ini menunjukkan pentingnya pendidikan digital yang lebih baik dan kesadaran akan etika *online*, untuk membantu remaja memahami batasan-batasan yang sehat dalam berbagi informasi secara digital (Nawwaf et al., 2022).

Secara keseluruhan, fitur-fitur seperti "*Close Friends*" di Instagram secara signifikan memengaruhi cara remaja melakukan *self-disclosure* dalam lingkungan digital. Ini menciptakan peluang untuk keterbukaan yang lebih dalam antara teman-teman dekat mereka, sambil memberikan tantangan baru dalam mengelola privasi dan keamanan informasi pribadi mereka di era digital yang semakin terbuka dan terhubung ini.

3. *Self-Disclosure* Remaja Dalam Media Sosial Dapat Berkontribusi Terhadap Pembentukan Identitas Dan Hubungan Sosial Mereka

Self-disclosure remaja dalam media sosial memiliki peran yang signifikan dalam pembentukan identitas dan hubungan sosial mereka. Melalui *self-disclosure*, remaja dapat mengungkapkan nilai-nilai, minat, pengalaman hidup, dan aspek-aspek lain dari diri mereka kepada publik online. Proses ini membantu mereka membangun narasi tentang siapa mereka dalam dunia digital, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap diri sendiri dan cara orang lain melihat mereka (Tsani, L. M., & Raihana, P. A. 2022).

Self-disclosure di media sosial memungkinkan remaja untuk menggambarkan identitas mereka secara lebih lengkap dan kompleks daripada yang mungkin dapat mereka ungkapkan dalam interaksi tatap muka atau di lingkaran sosial offline. Mereka dapat mengekspresikan aspek-aspek dari diri mereka yang mungkin kurang ditampilkan secara terbuka di kehidupan sehari-hari, seperti minat dalam hobi tertentu, aspirasi karier,

atau pandangan terhadap isu-isu sosial dan politik (Aggriany, Z. M., & Kustiawan, W. 2023). Selain itu, *self-disclosure* yang terjadi dalam konteks media sosial dapat memperkuat hubungan sosial remaja dengan teman-teman mereka. Dengan berbagi informasi pribadi dan pengalaman melalui platform seperti *Instagram*, *Facebook*, atau *Twitter*, remaja dapat membangun kedekatan dan saling memahami dengan teman sebaya mereka. Interaksi ini membantu memperdalam ikatan sosial mereka dan menciptakan lingkungan di mana mereka merasa diterima dan dihargai oleh kelompok mereka.

Namun demikian, dampak *self-disclosure* juga dapat memiliki aspek yang kompleks. Terlalu banyak *self-disclosure* yang tidak terpikirkan atau terlalu intim dapat mempengaruhi privasi dan reputasi online remaja, serta memengaruhi persepsi orang lain terhadap mereka. Selain itu, tergantung pada reaksi dan respons dari teman atau audiens *online*, *self-disclosure* juga dapat memengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan emosional remaja (Saputri et al., 2022).

Dengan demikian, penting bagi remaja dan orang tua serta pendidik untuk memahami peran *self-disclosure* dalam membentuk identitas dan hubungan sosial remaja di era digital ini. Pendidikan tentang kesadaran digital, privasi *online*, dan manajemen diri dalam berbagi informasi pribadi menjadi kunci untuk membantu remaja memanfaatkan media sosial secara positif dalam pembentukan identitas mereka tanpa mengorbankan privasi atau kesejahteraan mereka.

D. Kesimpulan

Self-disclosure remaja dalam konteks media sosial, terutama dalam hubungannya dengan fenomena *hyperhonest*, memberikan gambaran yang komprehensif tentang dinamika interaksi sosial dan pembentukan identitas di era digital saat ini. *Self-disclosure* remaja melalui media sosial memainkan peran penting dalam membentuk identitas mereka. Dengan mengungkapkan informasi pribadi dan pengalaman hidup secara online, remaja dapat membangun narasi tentang siapa mereka, mencerminkan nilai-nilai, minat, dan aspirasi mereka kepada publik online. Proses ini memungkinkan mereka

untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan berbagai aspek dari diri mereka yang mungkin kurang terlihat di kehidupan sehari-hari.

Penggunaan fitur-fitur seperti "Close Friends" di *Instagram* juga mempengaruhi intensitas *self-disclosure* remaja. Fitur ini menciptakan lingkungan yang lebih terbatas dan dianggap lebih pribadi, memungkinkan remaja untuk berbagi informasi secara lebih terbuka dan intim dengan kelompok teman yang dipilihnya. Namun demikian, ada tantangan terkait dengan pengelolaan privasi dan kontrol terhadap informasi pribadi mereka di platform yang semakin terbuka dan terhubung ini. Dalam konteks hubungan sosial, *self-disclosure* di media sosial memperkuat ikatan antara remaja dengan teman-teman sebaya mereka. Dengan berbagi pengalaman dan pandangan melalui platform digital, remaja dapat membangun kedekatan dan saling memahami, menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dan inklusif.

DAFTAR PUSTAKA

Aggriany, Z. M., & Kustiawan, W. (2023). Analisis Penggunaan Media Sosial Twitter Sebagai Media Curhat oleh Kalangan

Muslim Generasi Z. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(6), 3118-3133.

Azizah, M. (2023). Hubungan Antara Impression Management Dan Trust Dengan Negative Emotional Disclosure Di Media Sosial Pada Mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).

Chiquita, O. C., & Febriana, P. (2023). Analisis Fenomena Hyperhonest Penggunaan Fitur Instagram Close Friends Dalam Batasan Privasi. *KOMUNIKATIF: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, 12(1), 25-36.

Edria, A. L., & Saragih, M. Y. (2024). Fitur "Status" Jurnalisme Media Sosial Whatsapp Sebagai Bentuk Self-Disclosure Pada Remaja Generasi Digital Native. *Jurnal Noken: Ilmu-Ilmu Sosial*, 10(1), 126-137.

Hamzah, R. E., & Putri, C. E. (2020). Analisis Self-Disclosure Pada Fenomena Hyperhonest Di Media Sosial. *Jurnal Pustaka Komunikasi*, 3(2), 221-229.

Harahap, D., & Hendriyani, H. (2023). Motivation, Self Disclosure dan Psychological Well Being pada Perempuan Dewasa Muda Ibu Kota Melalui Media Sosial Instagram. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 6(2), 744-759.

Nawwaf, M. N., Indriani, W., Maharani, W., & Yundianto, D. (2022). Analysis Of Self Disclosure On Users Of

Pseudonym Accounts Which Display Toxic Disinhibition On Twitter Social Media: A Literature Study. *In International Conference Of Humanities And Social Science (ICHSS)* (pp. 402-409).

Saputri, M. R. J., Aisyah, V. N., Kom, S. I., & Kom, M. (2022). Analisis Keterbukaan Diri Melalui Akun Twitter@ Mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Tsani, L. M., & Raihana, P. A. (2022). Hubungan Pola Asuh Otoritatif dengan Keterbukaan Diri Pada Masa Emerging Adult (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Wibisono, H. E. G., & Pratisti, W. D. (2022). Self-Disclosure of Generation Z. *Proceeding ISETH International Summit on Science, Technology, and Humanity*. 282-288.