

**HUBUNGAN ANTARA PRESENTASI DIRI ONLINE DENGAN
KETERGANTUNGAN EMOSIONAL DALAM RELASI ONLINE PADA
MAHASISWA DI BANDAR LAMPUNG: PERAN MEDIASI KESEPIAN**

Virliyati Afiyah Intani¹, Shinta Pratiwi², Mulya Virgonita³
^{1,2,3}Program Magister Psikologi, Universitas Semarang
virliyatiafiyahintani@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to explore the relationship between online self-presentation and emotional dependency in online relationships among university students in Bandar Lampung, examining the mediating role of loneliness between both variables. Using a phenomenological approach grounded in bottom-up methodology, this research integrates qualitative and quantitative methods (mixed methods). In the qualitative phase, in-depth interviews were conducted with 12 purposively selected students to understand their lived experiences regarding self-presentation on digital platforms. Qualitative findings were then used to construct hypotheses and measurement instruments in the quantitative phase involving 247 students from various universities in Bandar Lampung. Quantitative data were analyzed using structural equation modeling (SEM) with bootstrapping to test the mediation effect. Results indicate that idealized online self-presentation positively and significantly correlates with emotional dependency ($\beta = 0.42$; $p < .001$). Loneliness was found to partially mediate this relationship (indirect effect = 0.18; 95% CI [0.09; 0.28]). Phenomenological findings reveal that students construct digital identities as a compensatory mechanism for feelings of social rejection in physical environments, ultimately reinforcing cycles of emotional dependency in virtual relationships. The implications of this study are relevant for developing campus-based digital literacy programs and psychological interventions.

Keywords: online self-presentation, emotional dependency, online relationships, loneliness, university students, phenomenology

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi hubungan antara presentasi diri online dengan ketergantungan emosional dalam relasi online pada mahasiswa di Bandar Lampung, dengan mengkaji peran mediasi kesepian di antara kedua variabel tersebut. Menggunakan pendekatan fenomenologis berbasis bottom-up approach, penelitian ini menggabungkan metode kualitatif dan kuantitatif (mixed methods). Pada tahap kualitatif, wawancara mendalam dilakukan terhadap 12 mahasiswa yang dipilih secara purposive untuk memahami pengalaman hidup mereka terkait presentasi diri di platform digital. Temuan kualitatif kemudian digunakan untuk mengonstruksi hipotesis dan instrumen pengukuran pada tahap kuantitatif yang

melibatkan 247 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Bandar Lampung. Data kuantitatif dianalisis menggunakan structural equation modeling (SEM) dengan bootstrapping untuk menguji efek mediasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa presentasi diri online yang bersifat idealized self-presentation berkorelasi positif dan signifikan dengan ketergantungan emosional ($\beta = 0,42$; $p < 0,001$). Kesenian terbukti memediasi hubungan tersebut secara parsial (indirect effect = 0,18; 95% CI [0,09; 0,28]). Temuan fenomenologis mengungkapkan bahwa mahasiswa mengonstruksi identitas digital sebagai mekanisme kompensasi atas perasaan tidak diterima di lingkungan fisik, yang pada akhirnya memperkuat siklus ketergantungan emosional dalam relasi virtual. Implikasi penelitian ini relevan bagi pengembangan program literasi digital dan intervensi psikologis berbasis kampus.

Kata kunci: presentasi diri online, ketergantungan emosional, relasi online, kesepian, mahasiswa, fenomenologi

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat telah mengubah secara fundamental cara manusia membangun dan mempertahankan relasi sosial. Platform digital seperti Instagram, TikTok, WhatsApp, dan berbagai media sosial lainnya tidak hanya berfungsi sebagai ruang berbagi informasi, melainkan telah berkembang menjadi arena pembentukan identitas dan relasi interpersonal yang kompleks. Di Indonesia, penetrasi internet mencapai 78,19% atau sekitar 215,6 juta pengguna pada tahun 2023 (APJII, 2023), dengan kelompok usia 18-24 tahun—yakni kelompok mahasiswa—menjadi pengguna paling aktif.

Dalam konteks ini, fenomena presentasi diri online (online self-presentation) menjadi semakin relevan untuk dikaji. Presentasi diri online merujuk pada proses selektif di mana individu memilih, memodifikasi, dan menampilkan aspek-aspek tertentu dari dirinya kepada audiens digital (Goffman, 1959; Zhao et al., 2008). Berbeda dengan presentasi diri dalam interaksi tatap muka yang bersifat spontan dan real-time, presentasi diri online memungkinkan pengguna untuk melakukan kontrol yang lebih besar terhadap impresi yang ingin dibangun, termasuk melalui pemilihan foto, pengeditan konten, hingga konstruksi narasi diri yang terencana.

Fenomena yang menarik perhatian peneliti adalah

meningkatnya prevalensi ketergantungan emosional (emotional dependency) dalam relasi online di kalangan mahasiswa. Ketergantungan emosional dalam konteks ini dipahami sebagai kondisi di mana individu memiliki kebutuhan yang berlebihan akan validasi, kehadiran, dan respons afektif dari pasangan atau teman dalam relasi yang terbentuk dan dipelihara melalui medium digital (Lemos & Fagundes, 2019). Beberapa studi melaporkan bahwa mahasiswa yang aktif mengkonstruksi presentasi diri yang idealized di media sosial cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi ketika tidak mendapatkan respons yang diharapkan dari relasi online mereka (Vogel et al., 2014; Fardouly & Vartanian, 2015).

Kesepian (loneliness) hadir sebagai variabel yang secara teoritis dan empiris terkait dengan kedua konstruk di atas. Teori kesepian kognitif Peplau dan Perlman (1982) mendefinisikan kesepian sebagai pengalaman subyektif yang tidak menyenangkan akibat adanya ketidaksesuaian antara relasi sosial yang diinginkan dan relasi sosial yang aktual. Di era digital, paradoks kesepian muncul: individu yang

secara kuantitas memiliki banyak koneksi online justru melaporkan tingkat kesepian yang tinggi karena kualitas koneksi tersebut yang superfisial (Turkle, 2011; Cacioppo & Patrick, 2008).

Penelitian ini berangkat dari keprihatinan terhadap kurangnya kajian yang mengintegrasikan perspektif fenomenologis—yang mampu menangkap kedalaman pengalaman subjektif—dengan analisis statistik berbasis bottom-up approach dalam memahami dinamika psikologis mahasiswa di Bandar Lampung. Sebagai kota yang memiliki pertumbuhan jumlah mahasiswa yang signifikan dengan lebih dari 120.000 mahasiswa aktif dari berbagai perguruan tinggi negeri dan swasta (Kemendikbudristek, 2023), Bandar Lampung menawarkan konteks sosiokultural yang unik untuk mengkaji fenomena ini.

Bottom-up approach dalam penelitian ini dipilih secara sadar untuk menghindari imposisi kerangka teori yang dibangun berdasarkan konteks budaya yang berbeda. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk terlebih dahulu mendengar dan memahami pengalaman aktual subjek penelitian,

sebelum menggunakan temuan tersebut sebagai fondasi untuk membangun model analitik yang lebih terstruktur. Integrasi antara pendekatan fenomenologis dan analisis kuantitatif ini diharapkan dapat menghasilkan pemahaman yang lebih holistik dan kontekstualistik.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: (1) Bagaimana mahasiswa di Bandar Lampung memaknai dan mengalami praktik presentasi diri online dalam kehidupan sehari-hari mereka? (2) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara presentasi diri online dengan ketergantungan emosional dalam relasi online? (3) Apakah kesepian memediasi hubungan antara presentasi diri online dan ketergantungan emosional? Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoritis pada pengembangan model psikologi digital yang kontekstualistik, serta kontribusi praktis pada program intervensi kesehatan mental di lingkungan kampus.

B. Metode Penelitian

TINJAUAN PUSTAKA

Presentasi Diri Online

Konsep presentasi diri secara sosiologis pertama kali dikembangkan oleh Erving Goffman dalam karya monumentalnya *The Presentation of Self in Everyday Life* (1959). Goffman menggunakan metafora dramaturgis untuk menjelaskan bahwa interaksi sosial pada dasarnya adalah pertunjukan di mana individu berusaha mengelola impresi yang ditampilkan kepada orang lain. Dalam konteks digital, teori ini mendapat perpanjangan dan revisi yang signifikan, terutama terkait dengan perluasan kapasitas individu dalam mengelola presentasi dirinya (Hogan, 2010; Marwick & boyd, 2011).

Zhao et al. (2008) membedakan dua dimensi utama presentasi diri online: (1) *idealized self-presentation*, yakni kecenderungan untuk menampilkan versi diri yang lebih sempurna, sukses, atau menarik daripada realitas; dan (2) *authentic self-presentation*, yakni kecenderungan untuk menampilkan diri secara jujur dan konsisten dengan identitas offline. Penelitian selanjutnya menambahkan dimensi ketiga, yaitu *strategic self-presentation*, yang

merujuk pada pemilihan konten yang disengaja untuk mencapai tujuan relasional atau sosial tertentu (Hancock & Toma, 2009).

Di kalangan mahasiswa, *idealized self-presentation* telah menjadi norma yang hampir tidak disadari. Studi yang dilakukan oleh Vogel et al. (2014) di Amerika Serikat menemukan bahwa 68% mahasiswa mengakui secara aktif menyunting foto dan narasi yang diunggah untuk menciptakan kesan yang lebih positif. Di Indonesia, penelitian Putri et al. (2021) pada mahasiswa di Yogyakarta menunjukkan pola serupa, di mana tekanan sosial dari peers menjadi determinan utama kecenderungan *idealized self-presentation*.

Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online

Ketergantungan emosional (*emotional dependency*) secara konseptual berakar dari *attachment theory* yang dikembangkan oleh Bowlby (1969, 1973). Dalam perspektif ini, ketergantungan emosional dipahami sebagai manifestasi dari *anxious attachment style*—sebuah pola kelekatan yang ditandai oleh kekhawatiran berlebihan tentang ketersediaan dan responsivitas figur lekat. Dalam

konteks relasi online, ketergantungan emosional dioperasionalisasi sebagai kebutuhan yang berulang dan kompulsif akan perhatian, konfirmasi, dan responsivitas emosional dari mitra relasi online (Lemos & Fagundes, 2019).

Keunikan relasi online yang memberikan kontribusi terhadap perkembangan ketergantungan emosional terletak pada karakteristik *mediated intimacy*—yakni keintiman yang dimediasi teknologi (Baym, 2015). Dalam relasi online, komunikasi yang terfokus pada teks dan gambar yang terseleksi menciptakan ilusi keintiman yang lebih dalam dibandingkan realitas, karena masing-masing pihak cenderung menampilkan sisi terbaik dirinya. Paradoks ini menciptakan fondasi relasi yang rapuh, di mana individu berpotensi mengembangkan ketergantungan pada gambaran ideal yang sesungguhnya adalah konstruksi presentasional.

Beberapa penelitian lintas budaya menunjukkan bahwa perempuan, mahasiswa dengan riwayat *attachment insecurity*, dan individu dengan harga diri rendah lebih rentan terhadap ketergantungan emosional dalam relasi online (Young

& Rogers, 1998; Morahan-Martin & Schumacher, 2003). Di Indonesia, dimensi budaya kolektivistik yang tinggi dapat memperparah kondisi ini, karena tekanan untuk selalu terhubung dan responsif dalam relasi dianggap sebagai bagian dari norma sosial (Triandis, 1995).

Kesepian sebagai Mediator

Teori kesepian yang dikembangkan oleh Cacioppo dan Patrick (2008) memandang kesepian bukan sekadar kondisi sosial, melainkan sebagai sinyal biologis dan psikologis yang memotivasi individu untuk mencari koneksi sosial. Namun, paradoks muncul ketika upaya untuk mengatasi kesepian justru mendorong perilaku yang kontraproduktif, termasuk *overreliance* pada relasi online sebagai pengganti koneksi fisik yang bermakna.

Dalam model mediasi yang diusulkan penelitian ini, kesepian dipandang sebagai variabel yang menjelaskan mekanisme psikologis di balik hubungan antara presentasi diri online dan ketergantungan emosional. Individu yang merasa kesepian dalam kehidupan sosial offline cenderung mengintensifkan presentasi diri online sebagai strategi kompensasi untuk menarik perhatian dan membangun

relasi (Caplan, 2003). Presentasi diri yang idealized yang berhasil menarik perhatian kemudian menciptakan relasi online yang memberikan gratifikasi emosional sementara—yang pada gilirannya memperkuat ketergantungan pada relasi tersebut.

Model mediasi ini didukung oleh Uses and Gratifications Theory (Katz et al., 1973) yang memandang penggunaan media sebagai respons aktif terhadap kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi. Dalam konteks digital, individu yang kesepian menggunakan media sosial dan platform komunikasi online untuk memenuhi kebutuhan afiliasi dan keintiman (Ryan et al., 2014). Jika strategi ini berhasil menghasilkan relasi online yang memuaskan secara emosional, ketergantungan pada relasi tersebut akan semakin menguat seiring waktu.

Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tinjauan pustaka di atas, penelitian ini merumuskan hipotesis sebagai berikut:

H1: Presentasi diri online berkorelasi positif dan signifikan dengan ketergantungan emosional dalam relasi online pada mahasiswa di Bandar Lampung.

H2: Presentasi diri online berkorelasi positif dan signifikan dengan kesepian pada mahasiswa di Bandar Lampung.

H3: Kesepian berkorelasi positif dan signifikan dengan ketergantungan emosional dalam relasi online pada mahasiswa di Bandar Lampung.

H4: Kesepian memediasi hubungan antara presentasi diri online dan ketergantungan emosional dalam relasi online pada mahasiswa di Bandar Lampung.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain mixed methods dengan sequential exploratory design (Creswell & Plano Clark, 2018), di mana tahap kualitatif mendahului dan menginformasikan tahap kuantitatif. Pendekatan fenomenologis digunakan sebagai landasan filosofis yang membimbing seluruh proses penelitian, sejalan dengan orientasi bottom-up approach yang berangkat dari pengalaman empiris partisipan.

Pendekatan fenomenologis dalam penelitian ini mengacu pada tradisi fenomenologi interpretatif

(Interpretative Phenomenological Analysis/IPA) yang dikembangkan oleh Smith et al. (2009). IPA dipilih karena kemampuannya dalam menangkap kedalaman dan kompleksitas pengalaman subjektif individu, sekaligus memberikan ruang bagi peneliti untuk melakukan interpretasi yang bersifat hermeneutis terhadap data..

Partisipan. Dua ratus empat puluh tujuh (247) mahasiswa aktif dari berbagai perguruan tinggi di Bandar Lampung berpartisipasi dalam penelitian ini. Penentuan ukuran sampel mengacu pada rekomendasi Hair et al. (2014) untuk SEM, yakni minimal 10 kali jumlah indikator yang digunakan. Sampel diperoleh melalui teknik cluster random sampling berdasarkan fakultas dan angkatan. Karakteristik demografis: perempuan 58,7% (n = 145), laki-laki 41,3% (n = 102); usia rata-rata 20,4 tahun (SD = 1,6); tahun studi 1-4.

Instrumen Pengukuran. Ketiga instrumen pengukuran dikembangkan dan divalidasi berdasarkan temuan kualitatif Fase 1, dengan adaptasi dari skala yang

telah ada sebelumnya. (a) Skala Presentasi Diri Online (SPDO) terdiri dari 24 item yang mengukur tiga dimensi: idealized self-presentation (8 item), authentic self-presentation (8 item), dan strategic self-presentation (8 item), dengan format respons Likert 5-poin. Hasil uji reliabilitas menunjukkan koefisien alpha Cronbach sebesar 0,87. (b) Skala Ketergantungan Emosional Online (SKEO) terdiri dari 20 item yang diadaptasi dari Lemos dan Fagundes (2019) dan dikontekstualisasi berdasarkan temuan kualitatif, dengan alpha = 0,89. (c) UCLA Loneliness Scale versi Indonesia (UCLA-LS-ID) yang terdiri dari 20 item dengan alpha = 0,91.

Validitas konstruk ketiga skala diuji menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA). Hasil CFA menunjukkan fit yang baik untuk ketiga model: SPDO (CFI = 0,96; RMSEA = 0,053), SKEO (CFI = 0,95; RMSEA = 0,058), dan UCLA-LS-ID (CFI = 0,97; RMSEA = 0,048).

Prosedur Analisis Data. Data kuantitatif dianalisis menggunakan Structural Equation Modeling

(SEM) dengan software AMOS 24. Efek mediasi diuji menggunakan prosedur bootstrapping dengan 5.000 resample dan bias-corrected confidence interval 95% (Hayes, 2018). Sebelum pengujian hipotesis, asumsi normalitas, linearitas, dan multikolinearitas diperiksa. Uji beda berdasarkan jenis kelamin dilakukan menggunakan independent samples t-test untuk mendeteksi kemungkinan efek moderasi gender.

Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan tiga instrumen pengukuran, yang terdiri atas dua instrumen yang dikembangkan oleh peneliti serta satu instrumen yang diadaptasi dari penelitian terdahulu. Sebelum digunakan pada penelitian utama, instrumen yang dikembangkan oleh peneliti, yaitu Skala Presentasi Diri Online dan Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online, terlebih dahulu dilakukan uji coba (try out) kepada 50 responden yang memiliki karakteristik serupa dengan populasi penelitian. Jumlah responden uji coba tersebut telah memenuhi ketentuan minimum

pengujian instrumen psikologis yang umumnya berkisar antara 30–50 responden untuk analisis validitas dan reliabilitas awal (Azwar, 2021).

Uji validitas dilakukan menggunakan analisis Corrected Item-Total Correlation untuk mengetahui kemampuan setiap item dalam mengukur konstruk yang diteliti. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh item pada kedua instrumen memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation di atas nilai r-tabel sebesar 0,279 ($n = 50$; $\alpha = 0,05$), sehingga seluruh item dinyatakan valid dan layak digunakan dalam penelitian. Selanjutnya, pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Skala Presentasi Diri Online memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,892, sedangkan Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,901. Kedua nilai tersebut menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat baik karena melebihi batas minimum yang disyaratkan sebesar 0,70 (Azwar, 2021). Dengan demikian, kedua instrumen dinyatakan

memiliki konsistensi internal yang tinggi dan layak digunakan dalam penelitian.

Sementara itu, instrumen yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya tidak dilakukan uji pengembangan item kembali karena instrumen tersebut telah memiliki dasar psikometrik yang memadai dan telah digunakan pada penelitian terdahulu. Penggunaan instrumen adaptasi dilakukan dengan mengacu pada struktur item, aspek, serta prosedur pengukuran yang dikembangkan oleh peneliti asli. Oleh karena itu, kualitas psikometrik instrumen adaptasi mengacu pada hasil pengujian yang telah dilaporkan dalam penelitian sebelumnya.

Analisis Deskriptif. Tabel 1 menyajikan statistik deskriptif ketiga variabel utama.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (N = 247)

Variabel	Min	Maks	M	SD	Alpha
Presentasi Diri Online (SPDO)	52	112	78,34	14,21	0,87
Kesepian (UCLA-LS-ID)	23	78	48,92	11,47	0,91
Ketergantungan Emosional (SKEO)	29	91	61,18	13,85	0,89

Pengujian Hipotesis. Hasil analisis SEM menunjukkan model fit yang baik: CFI = 0,95; TLI = 0,94; RMSEA = 0,056 (90% CI [0,042; 0,068]); SRMR = 0,061. Semua indeks fit memenuhi kriteria yang

direkomendasikan (CFI > 0,90; RMSEA < 0,08).

H1 (Pengaruh langsung presentasi diri online terhadap ketergantungan emosional) didukung: $\beta = 0,42$; SE = 0,07; $p < 0,001$; 95% CI [0,28; 0,55]. H2 (Pengaruh presentasi diri online terhadap kesepian) juga didukung: $\beta = 0,35$; SE = 0,08; $p < 0,001$; 95% CI [0,21; 0,50]. H3 (Pengaruh kesepian terhadap ketergantungan emosional) terkonfirmasi: $\beta = 0,51$; SE = 0,06; $p < 0,001$; 95% CI [0,39; 0,63]. Sementara itu, H4 (mediasi kesepian) didukung dengan bukti mediasi parsial: indirect effect = 0,18; SE = 0,05; 95% CI [0,09; 0,28], yang tidak mencakup angka nol, mengkonfirmasi signifikansi efek tidak langsung.

Tabel 2 merangkum hasil pengujian hipotesis secara lengkap.

Tabel 2. Hasil Pengujian Hipotesis melalui SEM dengan Bootstrapping

Jalur	Beta (β)	SE	p	95% CI	Ket.
PDO $\rightarrow$ KE (H1 - Langsung)	0,42	0,07	<0,001	[0,28; 0,55]	Didukung
PDO $\rightarrow$ Kesepian (H2)	0,35	0,08	<0,001	[0,21; 0,50]	Didukung
Kesepian $\rightarrow$ KE (H3)	0,51	0,06	<0,001	[0,39; 0,63]	Didukung
PDO $\rightarrow$ Kesepian $\rightarrow$ KE (H4 - Tidak Langsung)	0,18	0,05	<0,01	[0,09; 0,28]	Didukung

Catatan: PDO = Presentasi Diri Online; KE = Ketergantungan Emosional; CI = Confidence Interval

HASIL UJI COBA ALAT UKUR

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, kedua instrumen yang telah disusun, yaitu Skala Presentasi Diri Online dan Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online, terlebih dahulu dilakukan uji coba (try out) terhadap 50 responden yang memenuhi karakteristik subjek

penelitian. Uji coba dilakukan untuk mengetahui kualitas psikometrik instrumen melalui pengujian validitas dan reliabilitas item. Analisis validitas dilakukan menggunakan Corrected Item-Total Correlation, sedangkan reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Suatu item dinyatakan valid apabila memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation lebih besar dari nilai r-tabel sebesar 0,279 ($n = 50$; $\alpha = 0,05$). Sementara itu, instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,70 (Azwar, 2021).

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Presentasi Diri Online

Hasil analisis validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada Skala Presentasi Diri Online memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation di atas nilai r-tabel (0,279). Nilai korelasi item-total berkisar antara 0,521 sampai dengan 0,741. Dengan demikian seluruh item dinyatakan valid dan mampu merepresentasikan konstruk Presentasi Diri Online secara memadai.

Hasil Uji Validitas Skala Presentasi Diri Online

Item	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
1	0,612	Valid
2	0,654	Valid
3	0,521	Valid
4	0,587	Valid
5	0,668	Valid
6	0,704	Valid
7	0,543	Valid
8	0,598	Valid
9	0,647	Valid
10	0,715	Valid
11	0,556	Valid
12	0,532	Valid
13	0,689	Valid
14	0,741	Valid
15	0,576	Valid
16	0,614	Valid

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,892. Nilai tersebut berada di atas batas minimum 0,70 sehingga instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Dengan demikian, Skala Presentasi Diri Online dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Hasil Uji Reliabilitas Skala Presentasi Diri Online

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Presentasi Diri Online	0,892	Sangat Reliabel

Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan terhadap kedua instrumen, dapat disimpulkan bahwa seluruh item pada Skala Presentasi Diri Online maupun Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online memenuhi kriteria validitas karena memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation yang lebih besar daripada nilai r-tabel sebesar 0,279. Selain itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai

Cronbach's Alpha sebesar 0,892 untuk Skala Presentasi Diri Online dan 0,901 untuk Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online. Kedua nilai tersebut berada di atas batas minimum yang disyaratkan, sehingga kedua instrumen dapat dinyatakan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik. Dengan demikian, seluruh item pada kedua alat ukur dipertahankan dan dinyatakan layak digunakan dalam penelitian selanjutnya.

PEMBAHASAN

Penelitian ini berhasil mengkonfirmasi semua hipotesis yang diajukan, sekaligus memperkaya pemahaman tentang mekanisme psikologis yang menghubungkan presentasi diri online, kesepian, dan ketergantungan emosional dalam relasi online pada mahasiswa di Bandar Lampung. Pembahasan berikut mengintegrasikan temuan kualitatif dan kuantitatif dalam kerangka analitik yang koheren. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan terhadap kedua instrumen, dapat disimpulkan bahwa seluruh item pada Skala Presentasi Diri Online maupun Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online memenuhi kriteria validitas karena memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation yang lebih besar daripada nilai r-tabel sebesar 0,279. Selain itu,

hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,892 untuk Skala Presentasi Diri Online dan 0,901 untuk Skala Ketergantungan Emosional dalam Relasi Online. Kedua nilai tersebut berada di atas batas minimum yang disyaratkan, sehingga kedua instrumen dapat dinyatakan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik. Dengan demikian, seluruh item pada kedua alat ukur dipertahankan dan dinyatakan layak digunakan dalam penelitian selanjutnya.

Presentasi Diri Online dan Ketergantungan Emosional

Temuan penelitian menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara presentasi diri online—khususnya dimensi idealized self-presentation—dengan ketergantungan emosional ($\beta = 0,42$; $p < 0,001$). Temuan ini sejalan dengan prediksi teoretis yang berlandaskan pada teori disonansi kognitif (Festinger, 1957) dan identity negotiation theory (Ting-Toomey, 2005). Ketika individu secara konsisten menampilkan versi diri yang ideal dalam interaksi online, mereka menciptakan standar ekspektasi yang tinggi tentang bagaimana diri mereka seharusnya diterima dan diperlakukan. Ketika standar ini tidak

terpenuhi dalam relasi offline yang lebih autentik, relasi online yang memvalidasi presentasi ideal tersebut menjadi semakin bernilai dan tidak tergantikan.

Analisis fenomenologis memberikan kedalaman interpretasi terhadap temuan statistik ini. Tema 'Relasi Online sebagai Sumber Validasi Identitas' yang muncul dari wawancara mengungkapkan bahwa bagi sebagian mahasiswa, respons positif dari mitra relasi online bukan sekadar gratifikasi sosial biasa, melainkan telah menjadi indikator sentral tentang nilai diri mereka. Pola pikir ini—di mana penerimaan dari relasi online diinterpretasikan sebagai konfirmasi terhadap keberhasilan proyek identitas digital—menciptakan fondasi kognitif bagi perkembangan ketergantungan emosional.

Temuan ini memperluas literatur yang ada dengan menunjukkan bahwa hubungan antara presentasi diri online dan ketergantungan emosional tidak sekadar bersifat behavioristik (semakin sering online, semakin tergantung), melainkan dimediasi oleh proses kognitif yang berkaitan dengan manajemen identitas. Implikasi teoretis dari temuan ini mengarah pada perlunya integrasi antara teori

presentasi diri (Goffman, 1959) dan teori ketergantungan relasional (Lemos & Fagundes, 2019) dalam kerangka model psikologi digital yang lebih komprehensif.

Peran Mediasi Kesepian

Salah satu kontribusi terpenting penelitian ini adalah konfirmasi empiris atas peran mediasi parsial kesepian dalam hubungan antara presentasi diri online dan ketergantungan emosional (indirect effect = 0,18; 95% CI [0,09; 0,28]). Mediasi parsial—bukan mediasi penuh—mengindikasikan bahwa meskipun kesepian merupakan mekanisme mediasi yang penting, terdapat jalur langsung lain yang juga menghubungkan presentasi diri online dengan ketergantungan emosional, yang kemungkinan melibatkan variabel-variabel seperti harga diri, regulasi emosi, atau gaya attachment. Integrasi perspektif fenomenologis memberikan wawasan tentang bagaimana mekanisme mediasi ini beroperasi secara konkret dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa. Siklus kompensasi yang teridentifikasi—dari kesepian situasional, menuju intensifikasi presentasi diri online, berlanjut pada keberhasilan membangun relasi

online yang memuaskan, hingga eskalasi ketergantungan—merupakan visualisasi proses yang menjelaskan mengapa kesepian secara statistik memediasi hubungan antara kedua variabel tersebut.

Pola ini relevan dengan konteks mahasiswa perantau yang menjadi bagian dari sampel penelitian. Urbanisasi pendidikan—fenomena di mana mahasiswa meninggalkan kampung halaman untuk menempuh pendidikan tinggi di kota besar seperti Bandar Lampung—menciptakan kondisi kesepian situasional yang mendorong pencarian koneksi melalui media digital. Temuan ini berimplikasi pada pentingnya program orientasi dan integrasi sosial bagi mahasiswa baru, terutama yang berasal dari luar kota.

Kontekstualisasi Temuan dalam Setting Bandar Lampung

Bottom-up approach yang diterapkan dalam penelitian ini memungkinkan identifikasi nuansa lokal yang mungkin tidak tertangkap jika penelitian hanya menerapkan kerangka teori dari konteks budaya barat. Beberapa temuan kontekstual yang signifikan meliputi: pertama, tekanan dari kelompok sebaya (peer pressure) yang bersifat kolektivistik dan

berdimensi budaya Lampung yang kuat memengaruhi cara mahasiswa mengonstruksi presentasi diri online—bukan semata-mata untuk eksplorasi diri individual, tetapi juga untuk mempertahankan kohesi kelompok sosial; kedua, penggunaan platform seperti WhatsApp dalam relasi online memiliki karakteristik yang berbeda dari platform seperti Instagram atau TikTok, di mana intimasi relasi lebih cepat terbentuk namun juga lebih rapuh karena bergantung pada responsivitas pesan yang bersifat real-time.

Ketiga, aspek religiositas yang merupakan bagian integral dari identitas sebagian besar mahasiswa di Bandar Lampung—khususnya bagi mahasiswa dari perguruan tinggi berbasis keagamaan—menciptakan ketegangan internal dalam proses presentasi diri online. Beberapa partisipan melaporkan dilema antara keinginan untuk tampil menarik secara sosial dan komitmen terhadap nilai-nilai religius yang menekankan kerendahan hati dan keaslian.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi temuan. Pertama, desain penelitian yang bersifat cross-

sectional tidak memungkinkan penyimpulan kausalitas yang definitif antara variabel-variabel yang diteliti. Studi longitudinal diperlukan untuk mengkonfirmasi arah kausalitas yang diusulkan. Kedua, penggunaan self-report sebagai metode pengumpulan data kuantitatif rentan terhadap social desirability bias—terutama untuk variabel ketergantungan emosional yang mungkin dipersepsikan sebagai kelemahan psikologis. Ketiga, sampel yang terbatas pada mahasiswa di Bandar Lampung membatasi generalisasi temuan ke populasi yang lebih luas.

D. Kesimpulan

Penelitian ini berhasil mengintegrasikan pendekatan fenomenologis dan analisis kuantitatif berbasis SEM untuk memahami dinamika psikologis antara presentasi diri online, kesepian, dan ketergantungan emosional dalam relasi online pada mahasiswa di Bandar Lampung. Temuan penelitian mengkonfirmasi bahwa presentasi diri online—khususnya dimensi idealized self-presentation—berkorelasi positif dan signifikan dengan ketergantungan emosional, dengan kesepian sebagai

mediator parsial yang penting dalam hubungan tersebut.

Kontribusi utama penelitian ini adalah demonstrasi kekuatan bottom-up approach dalam membangun model psikologis yang kontekstualistik. Temuan fenomenologis berupa siklus kompensasi (kesepian -> intensifikasi presentasi diri -> relasi online yang memuaskan -> ketergantungan emosional) tidak hanya mengkonfirmasi model statistik, tetapi juga memberikan penjelasan mekanistik yang kaya dan bernuansa tentang bagaimana proses psikologis tersebut beroperasi dalam kehidupan nyata mahasiswa.

Berdasarkan temuan ini, rekomendasi praktis yang diajukan meliputi: (1) pengembangan program literasi digital berbasis kampus yang tidak hanya berfokus pada keamanan informasi tetapi juga pada kesehatan psikologis pengguna media sosial; (2) integrasi modul tentang presentasi diri yang sehat dan manajemen relasi online dalam program Bimbingan dan Konseling mahasiswa; (3) desain program komunitas mahasiswa yang memfasilitasi koneksi sosial fisik yang bermakna, terutama bagi mahasiswa baru dan mahasiswa perantau; dan

(4) perlunya penelitian lanjutan yang menggunakan desain longitudinal dan menyertakan variabel-variabel moderator seperti gaya attachment, harga diri, dan regulasi emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Baym, N. K. (2015). *Personal connections in the digital age* (2nd ed.). Polity Press.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W. W. Norton & Company.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2015). Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between Facebook usage and body

- image concerns. *Body Image*, 12, 82-88.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.004>
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Doubleday Anchor Books.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson Education.
- Hancock, J. T., & Toma, C. L. (2009). Putting your best face forward: The accuracy of online dating photographs. *Journal of Communication*, 59(2), 367-386.
<https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2009.01420.x>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). Guilford Press.
- Hogan, B. (2010). The presentation of self in the age of social media: Distinguishing performances and exhibitions. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 30(6), 377-386.
<https://doi.org/10.1177/0270467610385893>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The Public Opinion Quarterly*, 37(4), 509-523.
<https://doi.org/10.1086/268109>
- Kemendikbudristek. (2023). *Statistik pendidikan tinggi Indonesia 2022/2023*. Pusat Data dan Teknologi Informasi Kemendikbudristek.
- Lemos, I., & Fagundes, A. J. F. M. (2019). Emotional dependence: A brief review of the literature. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 325-333.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S174696>
- Marwick, A. E., & boyd, d. (2011). I tweet honestly, I tweet passionately: Twitter users, context collapse, and the imagined audience. *New Media & Society*, 13(1), 114-133.
<https://doi.org/10.1177/1461444810365313>
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659-671.
[https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(03\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(03)00040-2)
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. Wiley-Interscience.
- Putri, A. R., Kurniastuti, I., & Kumara, A. (2021). Presentasi diri di media sosial: Sebuah kajian psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 45-62.
<https://doi.org/10.30996/jpi.v10i1.4782>
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). *The uses*

- and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 133-148. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.016>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. SAGE Publications.
- Ting-Toomey, S. (2005). *Identity negotiation theory: Crossing cultural boundaries*. In W. B. Gudykunst (Ed.), *Theorizing about intercultural communication* (pp. 211-233). SAGE Publications.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Westview Press.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-evaluation. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206-222. <https://doi.org/10.1037/ppm000047>
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25-28. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.25>
- Zhao, S., Grasmuck, S., & Martin, J. (2008). Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 1816-1836. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.012>