

Diri yang Tersembunyi di Balik Layar: Apa Kata Dukungan Sosial Terkait *Self-Discrepancy*?

Alya Desmiranahari¹, Wina Lova Riza², Dinda Aisha³

Universitas Buana Perjuangan, Jawa Barat, Indonesia^{1,2,3}

e-mail: alyadsmrnhri@gmail.com¹, wina.lova@ubpkarawang.ac.id², dinda.aisha@ubpkarawang.ac.id³

Received: 5 August 2025

Accepted: 27 September 2025

Published: 13 October 2025

ABSTRAK

Pengguna akun *roleplay* di media sosial membentuk pola interaksi yang mendorong individu menciptakan identitas ideal serta mengekspresikan identitas alternatif secara bebas. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *self-discrepancy*. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode asosiatif kausal, melibatkan 339 pengguna akun *roleplay*. Instrumen penelitian mencakup *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (Zimet et al., 1988) dan skala *Self-Discrepancy* berdasarkan teori Higgins (1987), yang dikembangkan oleh peneliti. Hasil analisis menunjukkan pengaruh positif signifikan antara dukungan sosial terhadap *self-discrepancy*, dengan kontribusi sebesar 21,3%. Semakin tinggi dukungan sosial, semakin besar tingkat *self-discrepancy*. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu memberi dampak positif, terutama ketika individu merasa harus memenuhi harapan orang lain dalam identitas virtualnya. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memperluas pemahaman teoritis tentang mekanisme dukungan sosial dalam konteks digital, sekaligus menjadi pijakan empiris bagi pengembangan model intervensi kesehatan mental yang adaptif terhadap dinamika interaksi media sosial.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Identitas Virtual, Media Sosial, Roleplay, Self-Discrepancy

The Hidden Self Behind the Screen: The Role of Social Support in Self-Discrepancy?

ABSTRACT

Users of roleplay accounts on social media exhibit interaction patterns that encourage the construction of ideal identities alongside the free expression of alternative identities. This study aims to investigate the influence of social support on self-discrepancy. Employing a quantitative approach with a causal associative design, the research involved 339 roleplay account users. Instruments utilized included the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (Zimet et al., 1988) and a Self-Discrepancy scale based on Higgins' (1987) theory, adapted by the researcher. Results indicate a significant positive effect of social support on self-discrepancy, accounting for 21.3% of the variance. Higher perceived social support correlates with greater self-discrepancy. These findings suggest that social support does not uniformly yield positive outcomes, particularly when individuals experience pressure to conform to expectations within virtual identities. This study contributes significantly to advancing theoretical understanding of social support mechanisms in digital environments and provides an empirical basis for developing adaptive mental health interventions tailored to the complexities of social media interactions.

Keywords: Social Support, Virtual Identity, Social Media, Roleplay, Self-Discrepancy

Pendahuluan

Awal tahun 2024, tercatat sebanyak 139 juta orang menggunakan media sosial, mencakup hampir separuh dari total populasi Indonesia (Kemp, 2024). Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga menjadi ruang untuk berekspresi, berbagi informasi, dan membangun identitas diri secara virtual (Nasrullah, 2015; Rafiq, 2020). Salah satu fenomena yang muncul dari penggunaan media sosial adalah komunitas *roleplayer* (RP), yaitu individu yang bermain peran dengan memerankan tokoh idola, baik dari dalam maupun luar negeri, tanpa mengungkapkan identitas asli mereka (Abdillah et al., 2023).

Aktivitas *roleplay* memberi ruang bagi para penggunanya untuk menyalurkan kreativitas, melarikan diri dari realitas sehari-hari, serta menjalin hubungan sosial secara virtual (Hildawati, 2022; Achsa & Affandi, 2015). Parlina dan Taher (dalam Hildawati, 2022) menyatakan bahwa motivasi bermain *roleplay* adalah untuk melarikan diri dari rutinitas, menyalurkan kreativitas dan emosi, serta menghindari tekanan hidup nyata. Dalam dunia *roleplay*, pengguna tidak hanya menciptakan identitas virtual, tetapi juga menjalin relasi sosial yang cukup kompleks dengan sesama pengguna (Hildawati, 2022).

Hildawati (2022) menjelaskan bahwa relasi di dunia *roleplay* berkembang dalam dua bentuk utama: hubungan personal dan hubungan kelompok, masing-masing dengan fungsi sosial yang berbeda. Hubungan personal mencakup interaksi emosional yang erat antar individu, seperti: 1) *fambest*, yakni ikatan pertemanan dan kekeluargaan yang saling mendukung; 2) *fams/family*, yaitu hubungan fiktif yang merepresentasikan struktur keluarga; dan 3) *couple*, yaitu hubungan romantis yang tumbuh dari interaksi karakter dan membentuk ikatan emosional.

Selain hubungan personal, dalam dunia *roleplay* juga terdapat hubungan kelompok yang terbentuk dalam struktur komunitas kolektif. Hubungan ini meniru dinamika sosial dunia nyata dalam konteks fiktif, seperti: 1) *Agensi*, yaitu sistem yang menyerupai manajemen hiburan dengan peran seperti artis, manajer, atau staf; 2) *Squad*, kelompok kecil *roleplayer* dengan ciri khas tertentu seperti persahabatan atau fandom yang sama; dan 3) *Rekan kerja*, yaitu struktur yang meniru lingkungan profesional seperti sekolah, rumah sakit, atau *event organizer*, di mana para *roleplayer* menjalankan peran kerja dalam tim secara fiktif.

Fenomena *roleplay* yang semakin populer di kalangan remaja dan dewasa muda, menambahkan identitas fiktif yang terkadang menimbulkan jarak antara konsep diri nyata (*actual self*) dan ideal (*ideal self*) (Ghassani & Rinawati, 2017). Hasil survei awal yang dilakukan oleh Putri et. al. (2024) menunjukkan bahwa pengguna akun *roleplay* 70% dari partisipan mengalami *self-discrepancy* atau ketidaksesuaian diri. Selain itu, Juniar dan Nugrahawati (2021) dalam penelitiannya menunjukkan

bahwa pengguna akun *roleplay* menunjukkan tingkat *self-discrepancy* yang tinggi disertai dengan tanda-tanda kecemasan dan kekhawatiran. Kesenjangan antara *actual self* (diri aktual) dan *ideal self* (diri ideal) inilah yang disebut dengan *self-discrepancy*. *Self-discrepancy* pertama kali diperkenalkan oleh Higgins (1987) dalam artikel jurnal pada tahun 1987 yang berjudul "*Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect*".

Gagasan bahwa manusia memiliki berbagai sisi dalam dirinya telah dibahas sejak lebih dari seratus tahun lalu. William James mengemukakan bahwa dalam aspek fisik, sosial, dan spiritual, manusia membedakan antara realitas saat ini dan kemungkinan masa depan (Nomura et al., 2021). James menyebut diri spiritual berkaitan dengan hati nurani, sementara diri sosial terkait pandangan orang lain (Feist & J., 2016). Rogers menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara harapan sosial dan keinginan pribadi (Feist & J., 2016). Cooley (Hu et al., 2022) menambahkan bahwa citra diri ideal terbentuk dari bayangan tentang bagaimana orang yang kita kagumi memandang kita.

Prinsip yang dijelaskan dalam bagian tersebut kemudian dirumuskan secara resmi oleh Higgins melalui teori *self-discrepancy* (kesenjangan diri) yang menjelaskan bahwa saat seseorang membandingkan satu versi dirinya dengan versi lain dan menemukan perbedaan di antara keduanya, hal itu bisa menimbulkan dampak emosional (Higgins, 1987). Teori ini memberikan kerangka yang jelas dan menyeluruh untuk memahami bagaimana perbedaan antara berbagai sisi diri seseorang dapat memengaruhi perasaannya (Hu et. al, 2022).

Self-discrepancy atau ketidaksesuaian diri diartikan sebagai kondisi psikologis di mana individu merasakan adanya perbedaan atau jarak antara gambaran dirinya yang nyata dengan gambaran diri yang diharapkan, baik berdasarkan standar pribadi, tuntutan sosial, maupun identitas yang ditampilkan secara virtual (Hildawat, 2022). *Self-discrepancy* menurut Higgins (1987) terbagi menjadi tiga aspek: 1) *actual self* (diri aktual), pandangan individu tentang siapa dirinya saat ini, mencakup karakteristik positif dan negatif yang diyakini dimilikinya. Diri ini bermakna ketika seseorang mampu mengenali kelebihan dan menerima kekurangannya.; 2) *ideal self* (diri ideal), gambaran diri yang diharapkan di masa depan, mencerminkan impian, tujuan, serta upaya memperkuat sifat positif dan mengurangi sifat negative; 3) *ought self* (diri yang sesungguhnya), pandangan tentang bagaimana lingkungan mengharapkan seseorang bersikap, mencerminkan tanggung jawab dan harapan dari orang-orang terdekat. Persepsi ini memengaruhi perilaku agar selaras dengan ekspektasi sosial.

Awalnya, teori *self-discrepancy* dari Higgins hanya mencakup tiga aspek: *actual self*, *ideal self*, dan *ought self*. Namun, penelitian Juniar & Nugrahawati (2021) serta Putri et al. (2024) menambahkan aspek *virtual self* untuk mengkaji kesenjangan diri dalam konteks media sosial. *Virtual self* adalah identitas yang dikonstruksi dan ditampilkan secara daring, yang sering kali menyimpang dari identitas

aktual (Hu et al., 2022). Perbedaan ini muncul saat individu terlibat dalam aktivitas daring, dan dapat memengaruhi emosi serta perilaku (Huang et al., 2019; 2022). Lee et al. (2015) juga menemukan bahwa anonimitas mendorong perbedaan diri virtual, karena individu merasa lebih bebas menampilkan versi diri yang berbeda, bahkan lebih positif dibanding diri nyata (Hu et al., 2022).

Putri et. al (2024) menjelaskan bahwa *self-discrepancy* dapat dikurangi dengan cara melakukan penerimaan diri dan juga mendapatkan dukungan baik dari keluarga, teman, atau lingkungan sekitar. Heidrich (dalam Lapp & Spaniol, 2016) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam mengurangi dampak negatif *self-discrepancy* yang akan berpengaruh pada kesejahteraan emosional di sepanjang rentang usia. Selain itu, Cheong et. al (2015) juga mengungkapkan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang memadai mampu mengurangi efek buruk dari *self-discrepancy*.

Dukungan sosial merupakan sumber daya yang diberikan oleh orang lain kepada individu, yang berpotensi mempengaruhi kesejahteraan mereka. Zimet et. al (1987) membagi dukungan sosial menjadi tiga aspek diantaranya: (1) dukungan sosial dari keluarga, mencakup sejauh mana individu merasa didukung, diterima, dan dihargai oleh anggota keluarganya, berupa perhatian emosional, bantuan dalam mengatasi masalah, hingga rasa aman dan keterikatan emosional dalam keluarga; (2) dukungan sosial dari teman, sejauh mana individu merasa menerima dukungan emosional, pemahaman, penerimaan dari teman-teman dekatnya, menjadi tempat berbagi cerita, mendapatkan nasehat, atau merasakan kebersamaan yang menyenangkan; (3) dukungan dari orang spesial, persepsi dukungan dari seseorang yang dianggap penting dan dekat secara emosional mencakup pasangan, mentor, guru, atau orang lain yang memiliki peran khusus dalam kehidupan individu.

Meskipun penelitian mengenai *self-discrepancy* telah banyak dilakukan dengan mengaitkannya pada berbagai aspek perilaku individu, seperti citra tubuh, kesejahteraan, maupun perilaku konsumen (Mandel et al., 2017; Kelly et al., 2015; Lantz et al., 2018), serta pada aktivitas digital seperti penyuntingan foto, keterlibatan komunitas daring, dan bermain *game* (Mankotia & Wesley, 2020; Yang et al., 2021; Suh, 2013), kajian tersebut umumnya masih berfokus pada perilaku individu secara umum. Dengan kata lain, penelitian-penelitian terdahulu belum banyak menyoroti fenomena identitas virtual yang berkembang pesat di media sosial sebagai ruang pembentukan diri alternatif.

Padahal, internet memberikan kesempatan bagi individu untuk menghadirkan identitas berbeda dari diri aktual melalui strategi presentasi diri yang unik, yang justru berpotensi memperbesar kesenjangan antara *actual-self*, *ideal-self*, maupun *ought-self* (Ahadzadeh et al., 2017). Namun, peran dukungan sosial sebagai salah satu faktor penting dalam interaksi daring terhadap *self-discrepancy* dalam konteks identitas virtual belum banyak diteliti. Dengan demikian, penelitian ini menempatkan

diri secara berbeda dari kajian terdahulu dengan mengkaji peran dukungan sosial terhadap *self-discrepancy* dalam konteks identitas virtual, khususnya pada pengguna akun *roleplay* di media sosial. Fokus ini memberikan pembeda yang jelas dari penelitian sebelumnya yang umumnya menitikberatkan pada perilaku individu secara umum atau aktivitas digital tanpa mempertimbangkan aspek identitas virtual.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif kausal yang mana menekankan pada pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya secara sebab-akibat. Maka dari itu, dalam penelitian ini menempatkan dukungan sosial sebagai variabel independen yang diasumsikan memiliki pengaruh secara kausal terhadap *self-discrepancy* yang sebagai variabel dependen. Pengumpulan data digunakan dengan menyebar kuesioner melalui *google form* kepada pengguna akun media sosial. Kedua instrumen diukur menggunakan skala *Likert* dengan 4 alternatif jawaban: sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), sangat sesuai (SS).

Partisipan

Penelitian ini menggunakan teknik non-probability sampling dengan metode aksidental sampling, karena peneliti tidak memiliki daftar populasi yang pasti, maka peneliti mengambil sampel berdasarkan siapa saja yang secara kebetulan ditemui dan dinilai relevan sebagai responden. Partisipan dalam penelitian ini merupakan pengguna akun *roleplay* di media sosial, dengan mengacu pada rumus Cochran (1977) untuk populasi yang besar dan tidak diketahui, sehingga sampel yang dibutuhkan adalah 385 pengguna akun *roleplay* di media sosial. Namun, setelah dilakukan pemeriksaan data, terdapat sejumlah data *outlier* yang dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria kelayakan analisis, sehingga jumlah akhir data yang digunakan menjadi 339 pengguna akun *roleplay* di media sosial. Jumlah tersebut kemudian dievaluasi kembali dengan merujuk pada pedoman Roscoe (1975), yang menyatakan bahwa ukuran sampel yang memadai untuk penelitian kuantitatif berada dalam rentang 30 hingga 500 responden (Sekaran & Bougie, 2016).

Partisipan pada penelitian ini memiliki karakteristik: (1) berada pada fase *emerging adulthood* yaitu berusia 18-25 tahun; (2) laki-laki atau perempuan; (3) serta aktif menggunakan akun *roleplay* selama minimal satu tahun. Data demografis yang dikumpulkan mencakup jenis kelamin, usia, domisili, lama waktu penggunaan akun *roleplay*, status pekerjaan, dan status pernikahan

Alat Ukur

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala, yaitu skala *self-discrepancy* dan skala dukungan sosial. Skala untuk mengukur dukungan sosial menggunakan alat

ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet et al. (1988). Skala ini terdiri dari 12 item untuk mengukur persepsi individu terhadap dukungan yang diberikan yang terbagi ke dalam tiga aspek, yaitu dukungan dari keluarga, teman, dan orang signifikan. Contoh item dalam skala ini adalah “saya mendapatkan bantuan emosional dari teman-teman saya”. Analisis aitem telah terbukti menunjukkan nilai > 0.25 dan semua item dinyatakan valid dengan reliabilitas skala dukungan sosial *Cronbach's Alpha* sebesar 0,866.

Table 1. Blueprint Dukungan Sosial

Aspek	Nomor Item	Jumlah
Dukungan Keluarga	3, 4, 8, 11	4
Dukungan Teman	6, 7, 9, 12	4
Dukungan Orang yang Istimewa	1, 2, 5, 10	4
Jumlah		12

Alat ukur *self-discrepancy* dalam penelitian ini dikonstruksikan secara konseptual oleh peneliti berdasarkan teori *self-discrepancy* dari Higgins (1987) yang mencakup tiga aspek utama, yaitu *actual self*, *ideal self*, dan *ought self*. Sebagai penyesuaian dan penguatan dengan konteks digital saat ini, peneliti kemudian menambahkan satu aspek tambahan dengan berdasarkan temuan empiris, yaitu *virtual self*, yang dikonstruksikan berdasarkan temuan dari penelitian Juniar dan Nugrahawati (2021), Putri et al. (2024), serta Hu et al. (2022). Dengan demikian, alat ukur ini terdiri dari empat aspek *self-discrepancy* yaitu *actual self*, *ideal self*, *ought self*, dan *virtual self*.

Instrumen ini awalnya terdiri dari 40 item pernyataan yang kemudian melalui proses validasi isi (*expert judgment*) oleh tiga ahli di bidang Psikologi. Hasilnya menunjukkan bahwa dua item tidak memenuhi kriteria validitas ($r < 0.25$), sehingga tersisa 38 item yang dianggap valid. Selanjutnya uji coba empiris dilakukan dan menunjukkan bahwa 15 item tidak memenuhi kriteria validitas empiris, menyisakan 23 item valid. Reliabilitas alat ukur ini diuji menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dengan hasil 0.909 yang menunjukkan tingkat konsistensi internal sangat tinggi. Salah satu contoh item dari skala ini adalah: “Saya merasa diri saya yang sebenarnya berbeda dengan diri saya yang saya tampilkan di media sosial.”

Table 2. Blueprint Self-Discrepancy

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	F	UF	
<i>Actual Self</i> (Diri Aktual)	21, 22, 6, 8, 9, 10, 11, 15, 16	1, 5, 20	12
<i>Ideal Self</i> (Diri Ideal)	7	3, 13, 19, 4, 12, 17	7
<i>Ought Self</i> (Diri yang Seharusnya)		23, 18	2
<i>Virtual Self</i> (Diri Virtual)		2, 14	2
Jumlah	10	13	23

Hasil Penelitian

Hasil analisis deskriptif pada variabel dukungan sosial dan *self-discrepancy* yang menunjukkan bahwa skor dukungan sosial memiliki nilai minimum 20 dan maksimum 48, dengan rata-rata sebesar 35,57 dan standar deviasi 6,129. Sementara itu, skor *self-discrepancy* berkisar antara 37 hingga 91, dengan nilai rata-rata 66,86 dan standar deviasi 10,663. Distribusi skor yang tidak terlalu ekstrem menunjukkan bahwa data cenderung merata dan tidak terdapat outlier yang mencolok.

Responden dalam penelitian ini terdiri dari berbagai latar belakang usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan. Pengelompokan ini bertujuan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden yang relevan dengan fokus penelitian. Distribusi frekuensi pada kategorisasi jenis kelamin menunjukkan perempuan memiliki taraf persentase 67% (227 pengguna akun *roleplay*) lebih unggul dibandingkan laki-laki. Kirkpatrick dan Lee (2021) mengungkapkan bahwa pengguna perempuan cenderung mengalami tingkat *self-discrepancy* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, serta merasa kurang puas terhadap bentuk tubuh mereka.

Pada distribusi frekuensi kategori usia, mayoritas pengguna akun *roleplay* berusia 17-18 tahun dengan persentase sebesar 26% (89 pengguna akun *roleplay*). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pengguna akun *roleplay* merupakan seorang remaja. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Putri et. al (2024) yang menunjukkan bahwa *roleplay* memiliki pengaruh yang cukup besar bagi perkembangan kepribadian remaja. Hal ini dikarenakan mereka dituntut untuk memainkan peran sebagai orang lain dan akan berpengaruh negative apabila tidak dapat dikontrol atau diawasi. Selain itu, mayoritas pengguna akun *roleplay* masih berstatus pelajar dengan persentase 42% yaitu 145 pengguna akun *roleplay* dan sebanyak 215 pengguna akun *roleplay* tidak bekerja, namun 17% merupakan seorang pekerja *freelance* (pekerja *part-time*).

Table 3. Kategorisasi Skala Dukungan Sosial

Kategori	Dukungan Sosial (F / %)	<i>Self-Discrepancy</i> (F / %)
Rendah	22 (6.5%)	42 (12.4%)
Sedang	148 (43.7%)	297 (87.6%)
Tinggi	169 (49.9%)	-
Total	339 (100%)	339 (100%)

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 339 responden, dukungan sosial terbanyak berada pada kategori tinggi (49,9%), sedangkan *self-discrepancy* didominasi kategori sedang (87,6%).

Table 4. Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian

Variabel	Mean	Std. Dev	Sig. (p)	Interpretasi
<i>Self-Discrepancy</i>	66.86	10.663	.273	Data berdistribusi normal
Dukungan Sosial	35.57	6.129	.169	Data berdistribusi normal

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada variabel dukungan sosial dan *self-discrepancy* berdistribusi normal. Pengujian uji *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai p untuk *self-discrepancy* (0,273) dan dukungan sosial (0,169) $> 0,05$, sehingga kedua variabel berdistribusi normal.

Table 5. Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan Self Discrepancy

Variabel	Nilai	Interpretasi
<i>F Linearitas</i>	95.362	Hubungan dukungan sosial dan <i>self-discrepancy</i> terbukti signifikan ($p = .000$)
Dukungan Sosial	$F = 1.421, p = .084$	Linearitas tidak menunjukkan penyimpangan signifikan.
R (Korelasi)	0.464	Korelasi sedang antara kedua variabel
R^2 (Koef. Determinasi)	0.213	Dukungan sosial menyumbang 21,3% varians <i>self-discrepancy</i> .

Hasil uji linearitas pada Tabel 5 menunjukkan hubungan dukungan sosial dan *self-discrepancy* linear signifikan ($F = 95.362, p = 0.000$) dengan korelasi sedang ($R = 0.464$) yang menjelaskan 21,3% varians. Artinya, tidak ditemukan penyimpangan linearitas yang signifikan.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Model Summary

Model	R	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	0.461	9	0.210	9.461

Tabel 7. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Anova

Sumber	<i>Sum of Squares</i>	df	<i>Mean Square</i>	F	Sig.
<i>Regression</i>	8129.086	9	0.210	0.210	0.210
Residual	30073.542	336	89.505		

Tabel 8. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Coefficients

Model	<i>Unstandardized Coefficients</i>	Std. Error	<i>Standardized Coefficients (Beta)</i>	t	Sig.
(Constant)	38.322	3.034	0.210	0.210	.000
Dukungan Sosial	0.802	0.084	0.461	9.530	.000

Hasil uji regresi linear sederhana pada Tabel 6, 7, dan 8 menunjukkan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap *self-discrepancy* ($t = 9,530; p < 0,05$) dengan kontribusi 21,3%, namun tingginya dukungan sosial belum tentu menurunkan *self-discrepancy* yang tetap dominan pada kategori sedang.

Tabel 9. Results of Independent Sampel t-Test between Dimensions of Self-Discrepancy

Aspek Perbandingan	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
<i>Actual Self vs Ideal Self</i>	73.403	676	.000	20.87
<i>Actual Self vs Ought Self</i>	112.203	676	.000	30.26
<i>Actual Self vs Virtual Self</i>	112.268	676	.000	30.29

Tabel 9 menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara *actual-self* dan ketiga dimensi (*ideal*, *ought*, dan *virtual self*) dengan kesenjangan terbesar pada *virtual-self* ($M = 30,28$), diikuti *ought-self* ($M = 30,26$) lalu *ideal-self* ($M = 20,87$).

Pembahasan

Hubungan Dukungan Sosial terhadap *Self-Discrepancy*

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi sebesar 21,3% terhadap variasi *self-discrepancy* ($R^2 = 0,213$; $p < 0,001$). Dengan koefisien regresi 0,802, setiap peningkatan satu satuan dukungan sosial diikuti peningkatan 0,802 pada *self-discrepancy*. Ini menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara keduanya pada pengguna akun *roleplay* di media sosial. Sementara itu, 78,7% sisanya dipengaruhi faktor lain seperti penerimaan diri (Putri et al., 2024), usia (Lapp & Spaniol, 2016), dan intensitas penggunaan media sosial (Chae, 2018).

Dengan demikian, dalam penelitian ini menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh positif dukungan sosial terhadap *self-discrepancy*. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin besar pula kemungkinan individu mengalami ketidaksesuaian *self-discrepancy*. Temuan ini tampaknya bertolak belakang dengan pandangan umum yang menyebutkan bahwa dukungan sosial berfungsi mengurangi tekanan psikologis. Namun, dalam konteks penelitian ini, dukungan sosial justru dapat memperkuat kesadaran individu terhadap tuntutan atau ekspektasi sosial yang datang dari lingkungan, termasuk dari komunitas *roleplay* itu sendiri.

Hal ini terjadi karena dukungan sosial, terutama dari lingkungan dengan ekspektasi tertentu, dapat mendorong individu menyesuaikan diri dengan citra ideal. Chae (2018) menunjukkan bahwa paparan citra ideal di media sosial dapat menimbulkan iri dan meningkatkan *self-discrepancy*. Pada pengguna akun *roleplay*, dukungan sosial justru memperkuat dorongan menampilkan versi diri yang sesuai ekspektasi komunitas. Dengan kata lain, dalam lingkungan *roleplay* yang penuh tuntutan peran dan estetika, dukungan sosial tidak selalu meredakan *self-discrepancy*, justru dapat memperbesarnya karena ekspektasi sosial menjadi bagian dari dukungan itu sendiri. Riordan et al. (2022) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kesadaran terhadap norma sosial dan memperbesar

actual-ought self discrepancy, terutama saat intensitasnya mendorong individu untuk terus menyesuaikan diri dengan harapan orang lain.

Santoso et al. (2025) menyebutkan bahwa individu yang sering menerima respons positif di lingkungan digital, seperti pujian atau perhatian, cenderung terdorong untuk terus menampilkan citra diri ideal. Dorongan ini muncul karena ekspektasi yang diinternalisasi, memunculkan tekanan untuk menjaga kesan baik. Tekanan psikologis dapat muncul saat individu harus menyeimbangkan diri nyata dengan identitas virtual (Huang et al., 2019). Dukungan sosial berupa validasi atau komentar positif justru dapat memperkuat kesadaran akan ketimpangan antara diri nyata dan citra ideal (Hillman et al., 2023). Individu yang lama aktif di komunitas daring lebih rentan mengalami konflik identitas karena tuntutan konsistensi citra diri positif. Dukungan sosial yang bersifat publik, seperti komentar dan pujian, tidak hanya memberi rasa diterima tetapi juga menimbulkan tekanan untuk memenuhi ekspektasi komunitas (Santoso et al., 2025). Dengan demikian, dukungan sosial tidak selalu protektif, dan dalam konteks media sosial yang performatif, justru dapat memperkuat tekanan sosial serta memperlebar jarak antara diri nyata dan identitas yang ditampilkan.

Hasil ini memperluas teori *self-discrepancy* dengan menunjukkan bahwa dukungan sosial di ranah digital tidak selalu melindungi, tetapi bisa memperkuat ekspektasi sosial yang memicu ketidaksesuaian diri. Temuan ini menjadi pengingat bagi pengguna, pengelola komunitas, dan pendamping psikologis untuk bijak dalam memberi dukungan agar tidak menimbulkan konflik internal, serta mendorong terciptanya ruang digital yang aman dan menerima keaslian diri.

Analisis Antar Aspek *Self-Discrepancy*

Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan perbedaan signifikan antar dimensi *roleplay*, dengan kesenjangan terdiri antara *actual self* vs *ought self*, serta *actual self* vs *virtual self*. Ini berarti identitas yang ditampilkan di media sosial berbeda signifikan dari diri nyata. Sementara itu, kesenjangan *actual self* vs *ideal self* lebih kecil, menandakan ketidaksesuaian lebih banyak muncul dari tekanan sosial daring dibanding impian pribadi.

Penjelasan atas temuan ini dapat merujuk pada teori *self-discrepancy* yang dikemukakan oleh Higgins (1987) yang menyatakan bahwa kesenjangan antara *actual self* dan *ought self* biasanya menimbulkan emosi yang bersifat gelisah (*agitation-related emotions*) seperti kecemasan, rasa bersalah, dan ketegangan. Hal ini terjadi karena individu merasa belum mampu memenuhi ekspektasi sosial atau standar yang dibentuk oleh lingkungan sekitar, baik secara langsung maupun tidak langsung. Di sisi lain, kesenjangan antara *actual self* dan *ideal self* lebih sering dikaitkan dengan perasaan kecewa atau sedih karena kegagalan dalam mencapai versi diri yang diidamkan (*dejection-related emotions*).

Dalam penggunaan akun *roleplay*, tekanan terhadap *ought self* dan citra *virtual self* mencerminkan upaya adaptasi terhadap norma dan ekspektasi komunitas daring. Pengguna merasa perlu menjaga peran dan reputasi digital agar tetap diterima (Hapsari & Dewi, 2025). Sahraz et al. (2025) menambahkan bahwa norma komunitas memperkuat kesadaran terhadap identitas ideal, sehingga memperlebar jarak antara diri nyata dan yang ditampilkan. Loewen et al. (2021) juga menemukan bahwa pengguna avatar cenderung mengalami *self-discrepancy* lebih besar, terutama saat identitas digital sangat berbeda dari realitas. Konsistensi peran ini memicu tekanan psikologis saat ekspektasi sosial tidak sejalan dengan kondisi diri yang sebenarnya.

Hu et al. (2022) menyatakan bahwa semakin tinggi ekspektasi komunitas daring terhadap “*ideal self*” pengguna, semakin besar kecenderungan individu mengalami *self-discrepancy*, terutama pada aspek *ought self*. Kompleksitas peran yang penuh tuntutan membuat individu makin menjauh dari diri aslinya. Kesenjangan terbesar pada *actual–ought self* dan *actual–virtual self* mencerminkan bahwa tekanan eksternal, seperti norma sosial dan tuntutan identitas digital, lebih dominan memengaruhi psikologis individu dibanding tekanan internal (Nor et al., 2025). Fenomena ini menegaskan pentingnya menjaga keseimbangan antara identitas yang ditampilkan dan keaslian diri.

Secara teoretis, temuan ini mendukung teori *self-discrepancy* Higgins (1987), dengan menunjukkan bahwa *ought self* dan *virtual self* memiliki dampak emosional lebih besar dibanding *ideal self*, khususnya dalam interaksi digital (Hu et al., 2022). Secara praktis, hasil ini menjadi acuan bagi konselor, pendidik, dan orang tua dalam memahami tekanan psikologis remaja di media sosial. Edukasi tentang kesadaran identitas dan regulasi emosi penting untuk membantu individu mengenali perbedaan antara identitas otentik dan peran sosial, serta membangun ketahanan terhadap ekspektasi digital yang tidak realistis (Gürcan Yıldırım & Gençöz, 2020).

Dukungan Sosial dalam Komunitas *Roleplay*

Komunitas *roleplay* yang berkembang di media sosial tidak hanya menjadi ruang ekspresi dan hiburan bagi para penggunanya, tetapi juga membentuk lingkungan sosial yang kompleks dan penuh ekspektasi. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa sebagian besar responden telah aktif menggunakan akun *roleplay* selama 3 hingga 5 tahun (43,1%), menunjukkan bahwa keterlibatan mereka dalam komunitas ini bersifat jangka panjang dan berkelanjutan. Seiring dengan meningkatnya durasi keterlibatan, para pengguna membentuk dan menginternalisasi identitas fiktif secara mendalam. Identitas ini tidak hanya digunakan sebagai karakter hiburan, tetapi juga sebagai representasi diri yang dibangun untuk mendapatkan pengakuan dan interaksi sosial dari anggota komunitas.

Hanya saja, identitas virtual yang dibangun dalam komunitas *roleplay* sering menimbulkan tekanan, karena pengguna merasa perlu menjaga konsistensi peran agar tetap diterima. Tekanan ini

diperkuat oleh ekspektasi sosial, seperti aturan komunitas dan citra ideal dari pengguna lain. Riandra et al. (2025) menyatakan bahwa keterlibatan dalam komunitas daring membentuk “persona digital” yang, jika terlalu berbeda dari identitas asli, dapat memicu konflik internal dan tekanan psikologis.

Hasil ini juga sejalan dengan hasil penelitian Januru dan IP (2025) yang menyatakan bahwa dalam komunitas virtual, bentuk dukungan sosial yang diberikan sering kali disertai dengan norma dan tuntutan kolektif. Artinya, ketika seseorang mendapatkan validasi atau dukungan dari komunitas misalnya berupa pujian, popularitas, atau keikutsertaan dalam proyek *roleplay*, hal tersebut juga membawa konsekuensi tersendiri, yaitu kewajiban untuk terus mempertahankan performa dan keterlibatan dalam skenario komunitas. Akibatnya, dukungan sosial yang seharusnya berfungsi sebagai pelindung justru dapat memperkuat tekanan psikologis akibat ekspektasi peran.

Fenomena ini mencerminkan apa yang oleh Rosana dan Fauzi (2024) disebut sebagai “performa sosial digital”, yaitu kondisi dimana individu merasa harus mempertahankan citra ideal di dunia maya karena telah menerima pengakuan atau dukungan dari komunitas daring. Dalam konteks komunitas *roleplay*, performa ini tidak hanya berupa konsistensi dalam memerankan karakter, tetapi juga dalam mempertahankan kehadiran, responsif terhadap interaksi, serta menjaga reputasi sebagai anggota komunitas yang aktif dan “berkarakter kuat”. Hal inilah yang kemudian memunculkan tekanan sosial tersendiri yang berdampak pada peningkatan *self-discrepancy*.

Data menunjukkan bahwa meskipun 49,9% responden memiliki dukungan sosial tinggi, tingkat *self-discrepancy* tetap berada pada kategori sedang (87,6%). Ini menguatkan bahwa dukungan sosial di komunitas *roleplay* tidak selalu mengurangi tekanan internal, bahkan dapat memperkuat kesadaran akan harapan komunitas. Dukungan publik seperti *likes* dan komentar bisa menimbulkan kewajiban untuk mempertahankan identitas yang telah diakui.

Dengan demikian, dukungan sosial tidak selalu berdampak positif secara emosional, bahkan bisa menimbulkan tekanan untuk terus mempertahankan identitas virtual, yang memicu beban psikologis dan memperbesar jarak antara diri nyata dan digital. Karena itu, penting bagi pengguna untuk menyadari batas antara ekspresi kreatif dan tekanan sosial, serta menjaga keseimbangan identitas (De Riandra, 2025).

Keterbatasan Penelitian dan Saran Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *accidental sampling*, di mana responden dipilih berdasarkan siapa saja yang memenuhi kriteria sebagai pengguna akun *roleplay* berusia 17–25 tahun. Karena itu, hasil tidak dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas. Meskipun dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap *self-discrepancy*, kontribusinya hanya 21.3%, menunjukkan adanya faktor lain yang turut berperan, seperti penerimaan diri (Putri et

al., 2024), regulasi emosi (Gürçan & Gençöz, 2020), serta harga diri dan motivasi identitas virtual (Hu et al., 2022).

Peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat memasukkan variabel mediasi atau moderasi seperti *emotional regulation*, *need for social approval*, atau *self-compassion* guna memahami mekanisme psikologis yang mendasari hubungan antara dukungan sosial dan *self-discrepancy*. Selain itu, studi perbandingan antara berbagai komunitas daring seperti *fandom*, *virtual gaming*, atau *content creator* juga dapat dilakukan untuk mengeksplorasi dinamika sosial yang berbeda dalam memengaruhi pembentukan identitas digital dan konflik diri.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *self-discrepancy* pada pengguna akun *roleplay* di media sosial, dengan kontribusi sebesar 21,3%. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin besar pula kecenderungan individu mengalami ketidaksesuaian antara *actual self*, *ideal self*, *ought-self*, maupun identitas virtual. Temuan ini memperluas pemahaman tentang peran dukungan sosial yang selama ini dipandang protektif, dengan menunjukkan bahwa dalam konteks komunitas daring berbasis identitas fiktif, dukungan sosial justru dapat memperkuat tekanan psikologis melalui ekspektasi sosial yang melekat.

Fokus utama penelitian ini terletak pada penekanan terhadap identitas virtual dalam komunitas *roleplay*, yang jarang dieksplorasi dalam kajian *self-discrepancy*. Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkaya pemahaman dengan menegaskan bahwa kesenjangan terbesar muncul pada dimensi *actual-ought self* dan *actual-virtual self*, sehingga ekspektasi sosial daring lebih dominan memicu tekanan emosional dibanding aspirasi personal. Secara praktis, penelitian ini memberi kontribusi bagi konselor, pendidik, maupun pengelola komunitas daring untuk memahami bahwa dukungan sosial tidak selalu berdampak positif. Bentuk dukungan yang hanya berupa validasi atau pengakuan publik berisiko meningkatkan tekanan untuk mempertahankan identitas virtual, sehingga perlu diimbangi dengan edukasi tentang regulasi emosi dan kesadaran identitas.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoretis dalam memperluas kajian *self-discrepancy*, tetapi juga implikasi praktis bagi pengembangan ruang digital yang lebih sehat, inklusif, dan mendukung keaslian diri.

Referensi

- Abdillah, M., Junita, N., & Julistia, R. (2023). Gambaran kesepian pada penggemar K-Pop yang memiliki akun role play. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(4), 770-780. <https://doi.org/10.2910/insight.v1i4.10680>
- Achsa, H. P., & Affandi, M. A. (2015). Representasi diri dan identitas virtual pelaku *roleplay* dalam dunia maya. *Jurnal Paradigma*, 3(3), 1-12. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/view/12966>
- Ahadzadeh, A. S., Sharif, S. P., & Ong, F. S. (2017). Self-schema and self-discrepancy mediate the influence of Instagram usage on body image satisfaction among youth. *Computers in human behavior*, 68, 8-16.
- Chae, J. (2018). Explaining females' envy toward social media influencers. *Media psychology*, 21(2), 246-262.
- Cheong, M.-H., Hyung, J.-E., & Jo, C.-Y. (2015). 전문대학생의 자기불일치가 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과. *The Journal of the Korea Contents Association*, 15(9), 606-620. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2015.15.09.606>
- De Riandra, F. N., Puspita Sari Sukardani, S. T., & Kom, M. M. (2025). Konstruksi identitas gender virtual pada *roleplayer* K-Pop di media sosial telegram (studi kasus gender swap *roleplayer* K-Pop). *The Commercium*, 9(2), 104-113.
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2017). *Teori Kepribadian: Theories of Personality* (2nd ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghassani, D. N., & Rinawati, R. (2017). Konsep diri korean *roleplay* (Studi fenomenologi pada korean *roleplayer* dalam dunia virtual *roleplay* world di media sosial Twitter). *Jurnal Prosiding Manajemen Komunikasi*, 3(2), 392-402. <https://doi.org/10.29313/V0I0.6988>
- Gürçan-Yıldırım, D., & Gençöz, T. (2022). The association of self-discrepancy with depression and anxiety: Moderator roles of emotion regulation and resilience. *Current Psychology*, 41(4), 1821-1834.
- Hapsari, A. F. D., & Dewi, T. K. (2025). Peran citra tubuh sebagai predictor kecemasan sosial pada mahasiswa dengan acne vulgaris. *Repository Universitas Airlangga*, 1-10
- Higgins, E. T. (1987). Self Discrepancy: A theory relating self and affect. *Journal Psychological Review*, 94(3), 319-340.
- Hildawati. (2022). *Roleplayer* world: Identitas *roleplayer*, relasi dan komunikasi. *EMIK: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Sosial*, 5(2), 119-147. <https://doi.org/10.46918/emik.v5i2.1513>
- Hillman, J. G., Fowlie, D. I., & MacDonald, T. K. (2023). Social verification theory: A new way to conceptualize validation, dissonance, and belonging. *Personality and Social Psychology Review*, 27(3), 309-331.
- Hu, C., Cao, R., Huang, J., & Wei, Y. (2022). The effect of self-discrepancy on online behavior: A literature review. *Front. Psychol*, 13, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.883736>
- Hu, C., Kumar, S., Huang, J., & Ratnavelu, K. (2017). Disinhibition of negative true self for identity reconstructions in cyberspace: Advancing self-discrepancy theory for virtual setting. *PloS one*, 12(4), e0175623.
- Huang, J., Zhao, L., & Hu, C. (2019). The mechanism through which members with reconstructed identities become satisfied with a social network community: a contingency model. *Information & Management*, 56(7), 103144
- Juniar, Y., & Nugrahawati, E. N. (2021). *Self discrepancy* pada *roleplayer* K-Pop pada komunitas Entertainment 'X' di Twitter. *Jurnal Riset Psikologi*, 18-25.
- Kelly, R. E., Mansell, W., & Wood, A. M. (2015). Goal conflict and well-being: A review and hierarchical model of goal conflict, ambivalence, self-discrepancy and self-concordance. *Personality and Individual Differences*, 85, 212-229.

- Kemp, S. (2024, February 21). *Digital 2024: Indonesia — DataReportal – Global Digital Insights*. Data Reportal. Retrieved October 15, 2024, from
- La Januru, S., & IP, M. (2025). Media sosial sebagai alat pemberdayaan komunitas. *Pemberdayaan media cyber di era digital*, 47.
- Lantz, E. L., Gaspar, M. E., DiTore, R., Piers, A. D., & Schaumberg, K. (2018). Conceptualizing body dissatisfaction in eating disorders within a self-discrepancy framework: a review of evidence. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 23, 275-291.
- Lee, J., & Suh, A. (2015). How do virtual community members develop psychological ownership and what are the effects of psychological ownership in virtual communities? *Computers in Human Behavior*, 45, 382-391.
- Loewen, M. G., Burris, C. T., & Nacke, L. E. (2021). Me, myself, and not-I: self-discrepancy type predicts avatar creation style. *Frontiers in psychology*, 11, 1902.
- Mandel, N., Rucker, D. D., Levav, J., & Galinsky, A. D. (2017). The compensatory consumer behavior model: How self-discrepancies drive consumer behavior. *Journal of consumer psychology*, 27(1), 133-146.
- Mankotia, R., & Wesley, M. S. (2020). The relationship between editing pictures of oneself, body image and self-discrepancy. *Journal of Psychosocial Research*, 15(1), 25-33.
- Nasrullah, R. (2015). *Media sosial : Perspektif komunikasi, budaya, dan sosioteknologi* (N. S. Nurbaya, Ed.). Jogjakarta: Simbiosis Rekatama Media.
- Nomura, K., Itakura, Y., Minamizono, S., Okayama, K., Suzuki, Y., Takemi, Y., Nakanishi, A., Eto, K., Takashi, H., Kawata, Y., Asakura, H., Matsuda, Y., Kaibara, N., Hamanaka, S., & Kodama, H. (2021). The association of body image self discrepancy with female gender, calorie-restricted diet, and psychological symptoms among healthy junior high school students in Japan. *Journal Frontiers in Psychology*, 12, 1-8. 10.3389/fpsyg.2021.576089
- Nor, N. F. M., Iqbal, N., & Shaari, A. H. (2025). The Role of False Self-Presentation and Social Comparison in Excessive Social Media Use. *Behavioral Sciences*, 15(5), 675.
- Putri, A. E., Praktiko, H., & Suhadianto. (2024). Self-discrepancy pada pengguna *roleplayer*: Bagaimana peranan penerimaan diri? *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 110-119. <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10412>
- Rafiq, A. (2020). Dampak media sosial terhadap perubahan sosial suatu masyarakat. *Jurnal Global Komunika*, 1(1), 18-29. <https://doi.org/10.33822/gk.v3i1.1704>
- Riordan, R., O'Riordan, C., & Fitzpatrick, L. (2022). *Perceived Social Support, Self-Discrepancy, and Subjective Well-Being*. *European Journal of Applied Positive Psychology*, 6(1).
- Rosana, A., & Fauzi, I. (2024). The Role of Digital Identity in the Age of Social Media: Literature Analysis on Self-Identity Construction and Online Social Interaction. *Join. Journal of Social Science*, 1(4), 477-489.
- Sahraz, A., Lily, A., & Syah, A. (2025). Media sosial membentuk dan mempengaruhi identitas sosial generasi Z di Kecamatan Bandung Kidul. *Multidisciplinary Research Journal*, 1(1), 6-10.
- Santoso, B., Pratiwi, T., Damayanti, E., & Manurung, A. S. (2025). Representasi kehidupan ideal dan tekanan sosial di Instagram: terhadap strategi pencitraan diri dikalangan anak muda. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(12).
- Wahab, A., & Junaedi. (2022). Sampling dalam Penelitian Kesehatan. *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan*, 5(1), 42-49.
- Yang, D., Wu, T. Y., Atkin, D. J., Ríos, D. I., & Liu, Y. (2021). Social media portrait-editing intentions: Comparisons between chinese and american female college students. *Telematics and Informatics*, 65, 101714.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.