

GAMBARAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA YANG MEMILIKI *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



oleh

RESTY DWI PUTRI
NIM: 22006204

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

PERSETUJUAN SKRIPSI
GAMBARAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA YANG
MEMILIKI *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM

Nama : Resty Dwi Putri
NIM/BP : 22006204 / 2022
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 23 Juli 2026

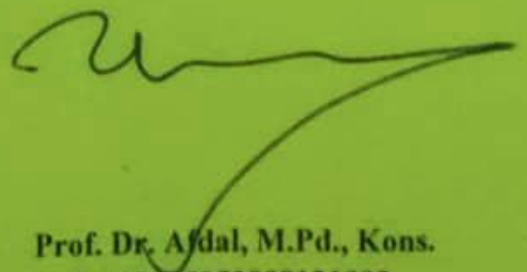
Kepala Departemen



Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons.
NIP. 199006012015041002

Disetujui Oleh

Pembimbing Akademik



Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons.
NIP. 198505052008121002

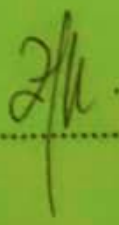
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Gambaran Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang
Memiliki *Second Account* Instagram
Nama : Resty Dwi Putri
NIM : 22006204
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 23 Juli 2026

Tim Penguji.

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons.	1. 
2. Anggota 1	: Dr. Puji Gusri Handayani, S.Pd., M.Pd., Kons	2. 
3. Anggota 2	: Nilma Zola, S.Pd., M.Pd	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama	: Resty Dwi Putri
NIM/BP	: 22006204/2022
Departemen/Prodi	: Bimbingan dan Konseling
Fakultas	: Ilmu Pendidikan
Judul	: Gambaran Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Memiliki <i>Second Account</i> Instagram

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 23 Juli 2026

Saya yang menyatakan,



Resty Dwi Putri

NIM.22006204

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran Kepercayaan Diri Mahasiswa yang Memiliki *Second Account* Instagram”**.

Shalawat beserta salam peneliti kirimkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberikan perubahan kepada umat manusia untuk menjadi manusia yang berilmu pengetahuan dan berakhlakul karimah. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, diantaranya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons sebagai dosen pembimbing akademik yang telah banyak membantu dan meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Puji Gusri Handayani, S.Pd., M.Pd., Kons dan Nilma Zola, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Penguji yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan saran dan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak Dr. Zadrian Ardi., M.Pd., Kons. Selaku Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang

telah memberikan dukungan baik secara administratif, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan.

4. Bapak dan Ibu dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pembelajaran dan pengalaman yang bermanfaat kepada penulis.
5. Bapak Ramadi, selaku Staff Tata Usaha Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan pelayanan terbaik dan bantuan dalam proses administrasi dalam rangka penyelesaian skripsi ini.
6. Teristimewa kepada kedua orangtua yakni Ayahanda Kasrudin dan Ibunda Jahlelawati, Kakak penulis Rivai'I Choiri yang telah memberikan kasih sayang, perhatian, arahan dan dukungan baik moral dan material demi kelancaran dan kesempurnaan skripsi ini.
7. Teman-teman penulis yang menemani selama proses perkuliahan, yakni Tasya Handaraina, Umi Latifatun Nadya, Iswatul Mukaramah yang sudah seperti saudara bagi penulis, selalu menjadi tempat pulang penulis di sela gedebak gedebuk perkuliahan dan selalu menyemangati penulis sehingga saat ini. Serta teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu serta memberikan dukungan kepada penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini.
8. Terima kasih kepada diri sendiri, Resty Dwi Putri, yang sudah bertahan hingga detik ini. Terima kasih tidak menyerah ketika rasanya ingin berhenti, dan tetap melangkah meskipun dengan meraba-raba. Proses panjang ini adalah bukti

betapa tangguhnyanya kamu. Karya ini adalah hadiah kecil atas setiap malam tanpa tidur, setiap keraguan yang berhasil kamu kalahkan dan setiap doa yang diam-diam kamu bisikan.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih kurang sempurna. Untuk itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari dosen pembina dan teman teman guna menyempurnakan segala kekurangan ini. Mudah-mudahan ini dapat terselesaikan dengan baik dan benar.

Padang, Juli 2026

Peneliti

ABSTRAK

Resty Dwi Putri. 2026. Gambaran Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Memiliki *Second Account* Instagram. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang

Perkembangan media sosial, khususnya Instagram, mendorong munculnya fenomena penggunaan *second account*, yaitu akun kedua yang digunakan sebagai ruang privat untuk mengekspresikan diri, berbagi pengalaman dan berinteraksi dengan kelompok tertentu. Fenomena ini sering dikaitkan dengan kondisi psikologis penggunanya, terutama kepercayaan diri. Namun, belum dapat dipastikan bahwa mahasiswa yang memiliki *second account* memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram ditinjau dari aspek keyakinan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang angkatan 2021-2024, dengan jumlah populasi sebanyak 581 mahasiswa. Sampel penelitian berjumlah 237 mahasiswa yang memiliki *second account* dan ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin dengan teknik *purposive random sampling*. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert dengan jumlah item pernyataan 29 item. Hasil uji validitas menunjukkan nilai $r \text{ tabel} > r \text{ hitung}$, sehingga jumlah 29 item dinyatakan valid dengan nilai $r \text{ tabel}$ 0,1269 dan disusun berdasarkan aspek kepercayaan diri menurut Lauster. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,968, sehingga instrumen dinyatakan reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk frekuensi dan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram secara keseluruhan berada pada kategori sangat tinggi, dengan 103 responden atau sebanyak (43%). Ditinjau dari setiap aspek, keyakinan kemampuan diri berada pada kategori tinggi (37%), optimisme berada pada kategori sangat tinggi (38%), objektif berada pada kategori sangat tinggi (33%), bertanggung jawab berada pada kategori tinggi (41%), serta rasional dan realistis berada pada kategori tinggi (42%). Temuan ini menunjukkan bahwa kepemilikan *second account* Instagram sebagai media alternatif bagi mahasiswa untuk mengelola identitas digital, menjaga privasi dan mengekspresikan diri secara lebih bebas dalam lingkungan yang dianggap aman dan nyaman.

Kata kunci: *kepercayaan diri, second account Instagram, mahasiswa, Bimbingan dan Konseling.*

KATA PENGANTAR

Skripsi penelitian ini berjudul “Gambaran Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang memiliki *Second Account* Instagram”. Penulisan skripsi ini bertujuan menjelaskan secara sistematis rencana penelitian yang akan dilakukan guna mengetahui serta menganalisis gambaran kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada program studi yang penulis tempuh.

Perkembangan media sosial telah membawa perubahan dalam cara individu berkomunikasi dan mengekspresikan diri. salah satu fenomena yang semakin banyak ditemukan di kalangan mahasiswa adalah penggunaan *second account* Instagram, yaitu akun kedua yang digunakan sebagai ruang yang lebih privat untuk berbagi pemikiran, perasaan, maupun aktivitas sehari-hari. Fenomena ini menarik untuk dikaji karena berkaitan dengan aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri, yang berperan penting dalam kehidupan sosial, akademik dan perkembangan pribadi mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram serta menjadi referensi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling.

Penelitian ini dirancang sebagai penelitian kuantitatif deskriptif yang berfokus pada satu variabel yaitu kepercayaan diri. pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan cara mahasiswa menilai dan memaknai penggunaan media sosial salah satunya Instagram. Melalui analisis deskriptif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai kepercayaan diri mahasiswa.

Secara garis besar, skripsi ini terdiri dari lima bab. Bab 1 berisi pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian. Bab II memuat kajian teori dan kerangka berpikir yang menjadi landasan konseptual penelitian. Bab III menjelaskan metode penelitian yang meliputi jenis penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, serta teknik analisis data. Bab IV menyajikan hasil penelitian dan pembahasan, sedangkan Bab V memuat kesimpulan, implikasi dan rekomendasi. Melalui penyusunan skripsi ini, diharapkan penelitian yang akan dilaksanakan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam memahami dan membantu mahasiswa dalam penggunaan media sosial.

DAFTAR ISI

UCAPAN TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah	12
E. Asumsi Penelitian.....	13
F. Tujuan Penelitian.....	13
G. Manfaat Penelitian	14
BAB II KAJIAN TEORI	16
A. Kepercayaan Diri	16
1. Pengertian Kepercayaan Diri	16
2. Aspek- Aspek Kepercayaan Diri.....	18
3. Ciri-Ciri Orang yang Percaya Diri	21
4. Ciri-Ciri Orang yang Tidak Percaya Diri	23
5. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri	28
B. <i>Second Account</i> Instagram	31
C. Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling	32
D. Penelitian yang Relevan.....	34
E. Kerangka Konseptual	36
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	38
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Populasi dan sampel.....	38

C. Jenis dan Sumber Data	40
D. Definisi Operasional.....	41
E. Instrumen Penelitian	42
F. Teknik Pengumpulan Data	48
G. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Hasil Penelitian	54
B. Pembahasan.....	61
C. Keterbatasan Penelitian	73
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	74
A. Kesimpulan	74
B. Implikasi.....	77
C. Rekomendasi	80
DAFTAR PUSTAKA.....	82
LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Populasi Penelitian.....	39
Tabel 3.2	Kisi-kisi Instrumen	43
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas Kuesioner	45
Tabel 3.4	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner	47
Tabel 3.5	Penskoran Instrumen	49
Tabel 3. 6	Interval Kepercayaan Diri Secara Keseluruhan.....	52
Tabel 3.7	Interval Aspek Keyakinan Kemampuan Diri.....	52
Tabel 3.8	Interval Aspek Optimisme	52
Tabel 3.9	Interval Aspek Objektif.....	52
Tabel 3.10	Interval Aspek Bertanggung Jawab	52
Tabel 3.11	Interval Aspek Rasional dan Realistis.....	53
Tabel 4.1	Deskripsi Kepercayaan Diri Secara Keseluruhan	54
Tabel 4.2	Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Aspek Keyakinan Kemampuan Diri..	55
Tabel 4.3	Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Aspek Optimisme	57
Tabel 4.4	Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Aspek Objektif	58
Tabel 4.5	Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Aspek Bertanggung Jawab	59
Tabel 4.6	Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Aspek Rasional dan Realistis	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	37
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	89
Lampiran 2. Hasil Judge Instrumen Penelitian	98
Lampiran 3. Instrumen Penelitian dalam Pengumpulan Data.....	108
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	115
Lampiran 5. Tabulasi Data Hasil Penelitian Kepercayaan Diri	118
Lampiran 6. Surat Administrasi Penelitian	124

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Perkembangan teknologi semakin meluas di era digitalisasi ini salah satunya adanya media sosial yang di mana seakan- akan seseorang memiliki privasi atau sangat terbuka dalam penggunaan media sosial. Salah satunya yaitu memamerkan harta kekayaan atau prestasinya, hal tersebut menimbulkan berbagai macam respon dari mahasiswa. Ada yang memberikan komentar positif, mencibir bahkan sampai mengunjung. Salah satu media sosial yang sering terjadi peristiwa tersebut salah satunya Instagram (Salma et al., 2024).

Berdasarkan data yang diambil dari statista (2023), pengguna Instagram di Indonesia menempati urutan ke-4 (empat) sebagai negara dengan pengguna Instagram terbanyak pada bulan Januari 2021 dengan jumlah sebanyak 85.000.000 (delapan puluh lima juta) pengguna. Berdasarkan data dari GoodNews From Indonesia, penduduk berkisar antara usia 18 (delapan belas) - 24 (dua puluh empat) tahun di Indonesia menjadi pengguna aktif di media sosial Instagram pada 2020. Data ini menunjukkan bahwa pengguna instragram di Indonesia sendiri sangatlah banyak, hal tersebut karena mudahnya cara akses ke Instagram baik melalui telepon pintar ataupun media website.

Mahasiswa menjadi salah satu pengguna media sosial yang paling aktif. Hal ini berkaitan dengan fase kehidupan mereka yang sedang berada dalam masa transisi menuju kedewasaan, di mana mereka mengalami berbagai dinamika psikologis, seperti pencarian jati diri, kebutuhan akan pengakuan

sosial, serta tekanan akademik dan emosional (Kandell, 1998). Dalam situasi ini, media sosial menjadi sarana yang relevan untuk menyalurkan ekspresi diri dan membentuk identitas. Menurut penelitian Azka et al., (2018) , mahasiswa bahkan bisa menghabiskan waktu lebih dari tiga jam setiap harinya di media sosial.

Menurut Niekamp (Syafriana & Chusniyah, 2025) Platform digital ini menawarkan kenyamanan bagi penggunaanya untuk bisa berinteraksi tanpa harus bertemu langsung, menyamarkan identitas, dan mengekspresikan diri dengan bebas. Media sosial berperan tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana bagi mahasiswa untuk membangun koneksi dan mendapatkan pengakuan yang mendukung pembentukan kepribadian mereka. Namun, di balik semua kebebasan itu, tak jarang muncul rasa takut atau ragu untuk membagikan seluruh momen kehidupan mereka, khususnya di media sosial seperti Instagram.

Dewasa ini, banyak ditemui tren di kalangan pengguna media sosial Instagram yaitu penggunaan *second account* sebagai tempat yang lebih privat untuk membagikan keseharian mereka atau mengekspresikan diri. Fenomena ini banyak dijumpai di kalangan mahasiswa, yang menggunakan akun kedua untuk menjaga privasi dan berbagi konten secara bebas tanpa khawatir akan penilaian publik. Menurut penelitian oleh Widodo et al, (dalam Syafriana & Chusniyah, 2025), mahasiswa menggunakan *second account* untuk mengekspresikan diri, melakukan penjernihan diri, dan mengembangkan hubungan. Mereka merasa lebih nyaman dan lebih aktif di *second account*

mereka daripada di akun utama, karena akun kedua memungkinkan mereka untuk berbagi dengan lingkaran teman dekat yang lebih terbatas. Selain itu, fitur privasi seperti pengaturan akun pribadi dan penggunaan fitur *close friends* memungkinkan pengguna untuk mengontrol siapa saja yang dapat mengakses konten mereka, sehingga menciptakan ruang yang lebih aman dan nyaman untuk berbagi. Fenomena ini menunjukkan bagaimana mahasiswa memanfaatkan *second account* sebagai strategi untuk mengelola identitas digital dan menjaga keseimbangan antara keterbukaan dan privasi di dunia maya (Syafriana & Chusniyah, 2025).

Second account Instagram biasanya digunakan oleh pengguna dengan motif dan alasan tertentu, bahkan beberapa diantaranya menggunakannya sebagai akun samaran karena identitas yang digunakan berupa identitas palsu (Paramesti & Nurdyarti, 2022). Motif atau alasan dari para pengguna Instagram membuat *second account* rata-rata agar mereka bisa memposting konten-konten yang dianggap tidak cocok untuk di unggah di akun pertama, karena kurang estetik, terlihat tidak bagus, hanya sebagai arsip dan kenangan, atau bahkan takut akan komentar negatif, dan sebagainya. Sehingga adanya *second account* bagi mereka tentunya dapat memberi keleluasaan lebih dalam untuk berekspresi sekaligus mengurangi rasa cemas dan terlindungi privasinya karena pengikut hanya berupa orang terdekat. Terkadang *second account* Instagram dijadikan media berkeluh kesah, yang mana pengguna dengan mengungkapkan perasaan di akun kedua, tanpa harus merusak gambaran diri dan penilaian orang lain pada akun utama. Hal ini disebabkan pada akun pertama, sebagian besar pengguna

cenderung berlomba menampilkan diri sebaik mungkin dengan kelebihan yang dimiliki (Khoerunnisa et al., 2021).

Penggunaan akun pertama yang cenderung menampilkan kelebihan, seringkali membuat sebagian pengguna justru membuat perbandingan antara dirinya dengan orang lain (Adilia & Wijayani, 2024). Mereka akan merasa tersaingi atau insecure dengan pencapaian orang melihat kehidupan orang lain, kepemilikan orang lain, dan kemampuan orang lain lebih dari apa yang dimilikinya saat ini. Tidak heran jika perasaan-perasaan ketidakpercayaan diri timbul pada para pengguna (Khoerunnisa et al., 2021).

Ketidakpercayaan diri atau dalam istilah lainnya disebut dengan *insecure*, lama kelamaan akan membuat orang yang mengalaminya merasa tidak aman dan minder dalam berbagai situasi. Mereka pun dapat merasakan (*anxiety*) yang muncul akibat ketidakpuasan pada realitas suatu keadaan dan tidak yakin dengan kapasitas diri, sehingga seseorang lebih sulit berinteraksi dengan orang lain. Akibatnya, dengan adanya rasa ketidakpercayaan diri ini seringkali menjadikan mereka sungkan dan menarik diri dari lingkungan sosial sehingga mereka juga dapat kehilangan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial, membangun empati, dan perspektif yang berbeda (Chusniati, 2024).

Lauster (2012) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan nilai dirinya sendiri, yang berperan penting dalam keberhasilan sosial maupun akademik. Pada mahasiswa, kepercayaan diri sering kali diuji oleh tekanan sosial, perbandingan dengan

teman sebaya, serta tuntutan dari lingkungan. Dalam konteks digital, Instagram menjadi ruang di mana perbandingan sosial berlangsung secara intensif, baik melalui jumlah *likes*, komentar, maupun eksposur konten populer. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan antara penggunaan *second account* Instagram dan kepercayaan diri mahasiswa menjadi relevan dan mendesak.

Fenomena *second account* atau akun kedua di Instagram berkembang pesat dalam lima tahun terakhir, terutama di kalangan mahasiswa. Akun utama biasanya digunakan untuk menjaga citra publik yang lebih formal dan terkontrol, sedangkan akun kedua digunakan sebagai wadah ekspresi pribadi yang lebih bebas. Yuntaffiani & Erlangga (2025) pengguna merasa lebih aman mengekspresikan diri secara jujur melalui *second account* karena audiensnya lebih terbatas dan lebih akrab, sehingga risiko penilaian negatif lebih kecil. Instagram dapat menjadi sarana bagi pengguna untuk mengeksplorasi identitas dan minatnya, yang secara tidak langsung meningkatkan rasa percaya diri. Namun, penggunaan akun ganda ini juga menimbulkan pertanyaan tentang bagaimana pembagian identitas digital memengaruhi kepercayaan diri dalam jangka panjang.

Penelitian yang dilakukan oleh Salma et al., (2024) menyatakan bahwa akun kedua ini muncul sebagai solusi bagi mereka yang ingin memiliki ruang pribadi di dunia maya. Biasanya, akun ini memiliki nama pengguna yang berbeda dan lingkaran pertemanan yang lebih terbatas. Dengan lingkaran pertemanan yang lebih terbatas, pengguna berbagi cerita pribadi tanpa takut akan rumor. Melalui penelitian yang dilakukan, Jihan menjelaskan bahwa akun

tersebut seringkali digunakan untuk mengekspresikan sisi lain dari kepribadian seseorang. Banyak pengguna merasa akun utama telah menjadi etalase yang mencerminkan citra yang lebih formal. Di sisi lain, akun kedua menjadi pelarian bagi pengguna untuk mengekspresikan diri tanpa perlu khawatir dengan pendapat orang lain (Maulidya et al., 2024).

Selain itu, *second account* kerap kali ditemukan dalam keadaan privasi. Pengguna *second account* dapat mengontrol siapa saja yang dapat melihat konten mereka. Dengan cara ini, pengguna dapat menghindari konflik dalam lingkaran pertemanan terdekat mereka, sehingga menciptakan lingkungan online yang lebih aman dan terkendali (Sari & Rachmawati, 2021).

Meskipun memiliki beragam manfaat, penggunaan akun ganda juga berpotensi menimbulkan sifat introvert. Fokus berlebihan pada akun kedua sebagai wadah privasi dapat membuat seseorang cenderung menghindari interaksi sosial yang lebih luas. Hal ini diperburuk dengan kebiasaan mencurahkan semua emosi dan pikiran secara eksklusif di akun tersebut, yang pada akhirnya dapat menyebabkan pengguna lebih nyaman berkomunikasi melalui tulisan daripada interaksi langsung. Konsekuensinya, individu tersebut mungkin kesulitan dalam beradaptasi pada lingkungan sosial dan merasa kurang percaya diri saat berhadapan langsung dengan orang lain (Widya, 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya dampak ganda media sosial terhadap psikologis penggunanya. Di satu sisi, penggunaan Instagram dapat meningkatkan kepercayaan diri melalui dukungan sosial, apresiasi, dan

pengakuan dari teman sebaya. Namun, di sisi lain, tekanan untuk menampilkan diri secara ideal sesuai standar sosial yang ditampilkan di Instagram dapat menurunkan rasa percaya diri. Arista, Harianto & Kusuma (2025) menemukan bahwa penggunaan Instagram yang berhubungan dengan *body image* berdampak signifikan pada tingkat kepercayaan diri siswa SMA. Temuan ini memperlihatkan bahwa platform digital tidak netral, melainkan dapat memperkuat maupun melemahkan kepercayaan diri. Hal ini semakin penting dikaji dalam konteks *second account* yang bisa menjadi ruang aman untuk menyeimbangkan dampak tersebut.

Taha & Abbas (2023) dalam penelitiannya menemukan bahwa keterlibatan remaja perempuan dengan konten kreator mode di Instagram dapat berhubungan erat dengan tingkat kepercayaan diri mereka. Konsumsi konten tertentu dapat memberikan inspirasi positif, tetapi juga berpotensi memperkuat perasaan kurang percaya diri akibat standar kecantikan yang tidak realistis. Hasil penelitian ini memperlihatkan bagaimana interaksi dengan konten di Instagram mampu membentuk persepsi bagi penggunaannya. Namun, mereka belum membedakan peran akun utama dan *second account* dalam dinamika tersebut. Padahal, pemisahan akun dapat menjadi variabel penting untuk menjelaskan perbedaan pengalaman kepercayaan diri di dunia digital.

Arista et al., (2025) juga menyoroti pentingnya literasi media sosial dalam membentuk kepercayaan diri siswa. Mereka berargumen bahwa remaja yang memahami risiko media sosial cenderung memiliki kepercayaan diri lebih stabil dibandingkan yang tidak. Namun, penelitian tersebut belum menyentuh

fenomena kepemilikan akun ganda sebagai strategi mahasiswa dalam mengelola citra digital. Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian yang perlu dijawab melalui studi kuantitatif mengenai gambaran kepercayaan diri pengguna *second account* Instagram.

Media sosial seperti Instagram dapat memberikan ruang bagi pengguna untuk membangun hubungan sosial yang positif, tetapi juga meningkatkan risiko gangguan mental seperti kecemasan dan rendahnya kepercayaan diri. Konten yang biasa diposting di *second account* biasanya berupa cerita sehari-hari tentang perjuangan tumbuh menjadi dewasa, kisah asmara, selfie yang tidak terkendali, tangkapan layar obrolan grup, gosip, candaan, jedag-jedug, foto yang memalukan dan berbagai hal lainnya (Rahayu & Riauan, 2022).

Hal ini menunjukkan adanya ambivalensi dalam peran media sosial terhadap kesehatan mental. Dengan adanya *second account*, ambivalensi ini bisa jadi lebih kompleks, karena membagi identitas digital mereka di dua ruang yang berbeda. Oleh sebab itu, perlu penelitian deskriptif yang secara spesifik menggambarkan bagaimana mahasiswa dengan akun kedua mengembangkan atau justru melemahkan rasa percaya diri mereka.

Survei yang dilakukan oleh HAI melibatkan 300 responden, hasilnya ditemukan 46 % remaja punya akun kedua. Bahkan, 60% dari remaja yang memiliki 2 buah *second account*. Fenomena individu yang memiliki lebih dari satu akun pernah diteliti sebelumnya oleh (Prihantoro et al., 2020) dimana hasil penelitian menemukan bahwa rata-rata generasi milenial memiliki tingkat keterbukaan yang bervariasi, mengingat setiap individu memiliki karakter yang

unik. *Second account*, mereka bebas berekspresi dan membagikan apa yang mereka ingin bagi. *Second account* dapat membantu diri untuk lebih percaya diri tampil lebih besar di *first account* dan menghilangkan rasa *insecure*. Komunikasi yang dilakukan lebih intim di *second account* karena akun tersebut lebih intim di *second account* karena akun tersebut terkunci dan pengikutnya hanya orang-orang terdekat saja.

Permasalahan utama dalam fenomena ini terletak pada bagaimana *second account* dimaknai oleh mahasiswa. Apakah akun tersebut berfungsi sebagai ruang aman untuk pengembangan diri yang sehat, atau justru menjadi sarana pelarian dari tekanan yang pada akhirnya merusak kepercayaan diri? Misalnya, beberapa mahasiswa menggunakan *second account* untuk mengekspresikan emosi negatif seperti rasa cemas, kesepian, atau ketidakpuasan terhadap diri sendiri tanpa takut dinilai oleh lingkungan sosialnya (Syafrina & Chusniyah, 2025). Namun, tidak jarang pula penggunaan akun ini berujung pada perilaku *oversharing*, membandingkan diri dengan orang lain, atau bahkan munculnya dua citra diri yang bertentangan satu yang “sempurna” di akun utama, dan satu yang “bebas namun rapuh” di akun kedua (Zahra & Hidayat, 2022). Kondisi ini dapat menimbulkan kebingungan identitas serta menurunkan kepercayaan diri ketika mulai kehilangan konsistensi antara identitas online dan diri nyata mereka.

Hal ini menjadi tantangan penting dalam penelitian, karena *second account* tidak hanya mencerminkan cara mengekspresikan diri di dunia digital, tetapi juga berkaitan erat dengan pembentukan dan kestabilan kepercayaan diri

mereka (Akhmad et al., 2025). Kepercayaan diri berperan sebagai fondasi utama bagi perkembangan sosial, akademik, dan emosional mahasiswa. Ketika identitas digital yang ditampilkan di media sosial tidak selaras dengan jati diri yang sebenarnya, kondisi tersebut dapat menimbulkan konflik internal yang menghambat tumbuhnya rasa percaya diri. Dengan memahami dinamika ini, dapat ditelusuri bagaimana konstruksi identitas digital di era globalisasi tidak sekadar menjadi alat komunikasi, tetapi juga memengaruhi cara mahasiswa menilai, menerima, dan menghargai dirinya sendiri.

Tantangan lain yang dihadapi adalah keterpisahan identitas digital yang dimiliki oleh penggunanya. Identitas yang ditampilkan di akun utama sering kali berbeda dengan identitas di akun kedua. Perbedaan ini berpotensi menimbulkan konflik internal, terutama ketika pengguna sulit menyeimbangkan keduanya. Dalam jangka panjang, hal ini dapat menimbulkan dampak terhadap konsistensi identitas diri dan rasa percaya diri (Thohirah et al., 2025). Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk memberikan gambaran empiris mengenai sejauh mana *second account* berfungsi secara adaptif atau maladaptif terhadap kepercayaan diri.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media sosial memiliki dua sisi terhadap kepercayaan diri. Di satu sisi, penggunaan media sosial dapat meningkatkan rasa percaya diri melalui dukungan sosial dan validasi positif dari orang lain (Alfitri, 2024). Namun di sisi lain, media sosial juga dapat menjadi sumber tekanan psikologis akibat perbandingan sosial,

pencarian validasi berlebihan, dan kecenderungan membentuk citra diri yang tidak autentik (Ratih et al., 2025).

Berdasarkan hasil pengamatan yang penulis lakukan terhadap 20 mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang saling mengikuti pada akun *second account*, ditemukan adanya sejumlah indikasi kepemilikan akun kedua. Indikasi tersebut antara lain terlihat dari penggunaan nama pengguna (*username*) yang tidak mencerminkan identitas asli pemilik akun, jumlah pengikut yang relatif lebih sedikit, serta unggahan konten yang bersifat lebih pribadi dan ekspresif, bahkan dalam beberapa kasus menunjukkan karakter yang berbeda atau bertolak belakang dengan citra yang ditampilkan pada akun utama.

Berdasarkan fenomena yang ditemui di lapangan, penulis ingin mengungkapkan, membahas dan menganalisis permasalahan secara mendalam. Maka dari itu penulis ingin melakukan penelitian” Gambaran Kepercayaan Diri Mahasiswa yang Memiliki *Second Account* Instagram”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas maka dapat diidentifikasi berbagai masalah, sebagai berikut:

1. Banyaknya mahasiswa yang menggunakan *second account* Instagram untuk menampilkan identitas ganda, yaitu citra formal di akun utama dan sisi pribadi yang lebih bebas di akun kedua.
2. Banyaknya mahasiswa yang kurang percaya diri cenderung menggunakan *second account* sebagai pelarian untuk mengekspresikan diri.

3. Banyaknya mahasiswa yang beranggapan *second account* sebagai ruang aman karena hanya diikuti oleh teman dekat.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan sebelumnya, penulis memberikan pembatasan masalah agar permasalahan ini tidak meluas dan tetap fokus pada masalah yang diteliti. Oleh karena itu, Batasan masalah pada penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi gambaran kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram?
2. Bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek keyakinan kemampuan diri?
3. Bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek optimis?
4. Bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek objektif?
5. Bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek bertanggung jawab?
6. Bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek rasional dan realistis?

E. Asumsi Penelitian

Asumsi dalam penelitian ini adalah gambaran kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram, sebab kepercayaan diri dapat tercermin dari bagaimana mereka menampilkan diri, berinteraksi dan mengekspresikan identitas mereka, baik melalui akun utama maupun *second account*. Mahasiswa yang menggunakan *second account* berpotensi memiliki pengalaman yang berbeda terkait kepercayaan diri dibandingkan dengan mahasiswa yang hanya menggunakan akun utama.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mendeskripsikan bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram.
2. Mendeskripsikan bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek keyakinan kemampuan diri.
3. Mendeskripsikan bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek optimis.
4. Mendeskripsikan bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek objektif.
5. Mendeskripsikan bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek bertanggung jawab.
6. Mendeskripsikan bagaimana kepercayaan diri mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram di tinjau dari aspek rasional dan realistis.

G. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak. Adapun manfaat penelitian ini terbagi dalam menafaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan literatur dalam bidang psikologi perkembangan mahasiswa dan psikologi media sosial. Penelitian ini memperkaya kajian teoritis mengenai identitas digital, dan kepercayaan diri pada mahasiswa ini di era media sosial. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti dinamika psikologis penggunaan *second account* atau identitas ganda dalam konteks dunia digital.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk memahami penggunaan *second account* Instagram terhadap kepercayaan diri. Dengan pemahaman ini, mahasiswa dapat mengembangkan kepekaan terhadap kondisi psikologis diri sendiri dan orang lain, khususnya dalam konteks penggunaan media sosial.

b. Bagi Konselor d UPBK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai rujukan dan pedoman dalam memberikan pelayanan konseling kepada klien yang memiliki kepercayaan diri rendah akibat tekanan sosial di media digital.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi penelitian berikutnya yang ingin mengkaji antara penggunaan media sosial, identitas digital, dan aspek psikologis lainnya pada mahasiswa, seperti kesejahteraan subjektif, kecemasan sosial, atau konsep diri.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI PENELITIAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan terkait gambaran kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Kepercayaan diri secara keseluruhan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa gambaran kepercayaan diri secara keseluruhan pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram berada pada kategori sangat tinggi, yaitu sebanyak 103 mahasiswa dengan persentase 43% dari total 237 responden. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram mampu mempertahankan tingkat kepercayaan diri yang sangat baik. Keberadaan *second account* tersebut justru berfungsi sebagai ruang adaptif untuk mengekspresikan diri secara autentik, berbagi pengalaman, serta berinteraksi dalam lingkaran pertemanan yang lebih terbatas, sehingga mahasiswa merasa lebih aman dan nyaman dalam menampilkan representasi dirinya di media sosial.

2. Kepercayaan diri berdasarkan aspek keyakinan kemampuan diri

Hasil analisis data menunjukkan bahwa gambaran kepercayaan diri berdasarkan aspek keyakinan kemampuan diri pada mahasiswa berada pada kategori tinggi (37%) sebanyak 88 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa

mahasiswa tetap memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya dan percaya mampu menghadapi berbagai tantangan akademik maupun sosial. penggunaan *second account* tidak mengurangi keyakinan mereka terhadap potensi diri, tetapi menjadi media yang memberikan rasa aman untuk mengekspresikan kemampuan dan pendapatnya.

3. Kepercayaan diri berdasarkan aspek optimisme

Hasil analisis data menunjukkan bahwa gambaran kepercayaan diri berdasarkan aspek optimisme pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram berada pada kategori sangat tinggi (38%) sebanyak 90 mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya dan masa depannya serta percaya bahwa berbagai kesulitan dapat di atasi. Dengan membagikan keluh kesah di lingkungan terbatas, mereka dapat mendapatkan dukungan sosial yang membantu mereka tetap optimis menghadapi masalah. Dalam konteks penggunaan *second account*, akun tersebut dimanfaatkan sebagai ruang yang lebih nyaman untuk berbagi pengalaman dan emosi tanpa menghilangkan sikap optimisme terhadap diri sendiri.

4. Kepercayaan diri berdasarkan aspek objektif

Hasil analisis data menunjukkan bahwa gambaran kepercayaan diri berdasarkan aspek objektif pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram berada pada kategori sangat tinggi (33%) sebanyak 78 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu menilai dirinya secara realistis, menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta tidak

sepenuhnya bergantung pada penilaian orang lain di media sosial. dengan demikian, penggunaan *second account* lebih merupakan bentuk pengelolaan privasi dan identitas digital yang sehat.

5. Kepercayaan diri berdasarkan aspek tanggung jawab

Hasil analisis data menunjukkan bahwa gambaran kepercayaan diri berdasarkan aspek bertanggung jawab pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram berada pada kategori tinggi (41%) sebanyak 96 mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mempertanggungjawabkan tindakan dan keputusan yang diambil, termasuk dalam penggunaan media sosial. mereka *menggunakan second account* dengan tetap mempertimbangkan norma, etika dan konsekuensi dari aktivitas yang dilakukan di ruang digital.

6. Kepercayaan diri berdasarkan aspek rasional dan realistis

Hasil analisis data menunjukkan bahwa gambaran kepercayaan diri berdasarkan aspek rasional dan realistis pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram berada pada kategori tinggi (42%) sebanyak 99 mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu berpikir logis, menyesuaikan harapan dengan kondisi yang sebenarnya, serta tidak mudah terpengaruh oleh citra ideal yang sering ditampilkan di media sosial. keberadaan *second account* menjadi salah satu strategi untuk mengelola interaksi sosial dan mengekspresikan diri secara lebih autentik tanpa mengurangi kemampuan berpikir rasional.

B. Implikasi

Hasil penelitian mengenai gambaran kepercayaan diri pada mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang memberikan sejumlah implikasi penting baik secara teoritis maupun praktis. Implikasi ini disusun berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dengan tetap mempertimbangkan batasan penelitian agar tidak terjadi generalisasi yang berlebihan.

1. Secara Teoretis

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi, khususnya mengenai kepercayaan diri pada mahasiswa pengguna *second account* Instagram. Temuan ini bahwa mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram berada pada kategori kepercayaan diri yang tinggi memperkuat teori Lauster (2012) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri ditandai oleh keyakinan terhadap kemampuan diri, optimisme, bersikap objektif, bertanggung jawab, serta kemampuan berpikir rasional dan realistis.

Second account dapat berfungsi sebagai media yang lebih nyaman bagi mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini dapat memperkaya literatur mengenai hubungan antara media sosial dan aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri pada mahasiswa.

Penelitian ini juga mendukung konsep bahwa perilaku penggunaan media sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial, sehingga

keberadaan *second account* perlu di pahami sebagai bagian dari strategi individu dalam mengelola interaksi sosial di era digital.

2. Secara Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di perguruan tinggi. Meskipun secara umum kepercayaan diri mahasiswa berada pada kategori tinggi, masih terdapat mahasiswa yang berada pada kategori sedang, rendah dan sangat rendah pada beberapa aspek kepercayaan diri. Oleh karena itu, layanan BK memiliki peran strategis dalam upaya pengembangan potensi mahasiswa agar mampu menggunakan media sosial secara sehat dan membangun kepercayaan diri yang optimal.

1. Layanan informasi

Layanan informasi secara strategis dapat membekali mahasiswa dengan pemahaman mendalam mengenai literasi digital, sehingga mereka mampu memfilter dampak negatif media sosial terhadap konsep diri mereka. Menurut Prayitno (2017) layanan informasi bertujuan membantu individu memperoleh berbagai informasi yang diperlukan untuk memahami diri, lingkungan, serta mengambil keputusan yang tepat dalam kehidupannya. Layanan ini memberikan pemahaman pencegahan kepada seluruh mahasiswa mengenai literasi digital dan kesehatan mental, seperti menyelenggarakan seminar digital melalui media sosial resmi kampus mengenai digital well-being, bahaya

komparasi sosial di dunia maya, serta bagaimana membangun konsep diri yang positif tanpa tergantung pada validasi di media sosial.

2. Layanan konseling individual

Mahasiswa yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah atau sangat rendah memerlukan penanganan yang lebih intensif melalui konseling individual. Konselor dapat membantu mahasiswa mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya kepercayaan diri, seperti keraguan terhadap kemampuan diri, ketakutan terhadap penilaian sosial, atau ketergantungan pada respons orang lain di media sosial. Konseling individual memberikan ruang aman dan konfidensial bagi mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri sangat rendah untuk merekonstruksi pemikiran negatif dan menyelaraskan antara ideal self dan real self mereka (Winkel & Hastuti, 2012).

3. Layanan bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok dapat digunakan untuk membantu mahasiswa meningkatkan kepercayaan diri melalui dinamika kelompok. Dalam kegiatan ini mahasiswa dapat berbagi pengalaman, mengemukakan pendapat, belajar menerima umpan balik, serta pengembangan keterampilan sosial dalam suasana yang mendukung. Melalui interaksi kelompok, mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dapat belajar dari pengalaman anggota lain dan memperoleh dukungan sosial yang positif. Menurut Prayitno (2012) bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu anggota

mengembangkan kemampuan pribadi, sosial, belajar dan karir secara optimal.

C. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan implikasi yang telah dikemukakan, maka peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai tindak lanjut dari penelitian ini, yaitu:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat memanfaatkan *second account* Instagram secara bijaksana sebagai media untuk mengekspresikan diri, berbagi pengalaman dan membangun interaksi sosial yang positif. Selain itu, mahasiswa perlu terus mengembangkan kepercayaan diri dengan mengenali potensi diri, meningkatkan kemampuan berpikir positif, serta tidak menjadikan penilaian di media sosial sebagai tolak ukur utama dalam menilai dirinya.

2. Bagi Pelayanan Bimbingan dan Konseling

Layanan Bimbingan dan Konseling di perguruan tinggi diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk merancang layanan yang lebih terarah, baik secara preventif maupun intervensif. Layanan BK dapat di fokuskan pada peningkatan kepercayaan diri mahasiswa serta literasi digital. Layanan seperti bimbingan kalsikal, bimbingan kelompok, maupun konseling individual dapat diberikan dengan materi mengenai pengembangan kepercayaan diri, penggunaan media sosial yang sehat, serta kemampuan menghadapi tekanan sosial di dunia maya.

Dengan demikian, mahasiswa dapat memanfaatkan *second account* sebagai sarana ekspresi diri yang positif dan bertanggung jawab.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji lebih lanjut mengenai kepercayaan diri dengan melibatkan subjek yang lebih luas atau karakteristik yang berbeda, serta menggunakan pendekatan metode yang beragam seperti kualitatif atau mixed methods. Hal ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika psikologis mahasiswa yang memiliki *second account* Instagram. Selain itu, peneliti selanjutnya juga bisa menguji hubungan atau pengaruh kepercayaan diri terhadap penggunaan *second account* Instagram, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adywibowo, I.P. (2010). Memperkuat kepercayaan diri anak melalui percakapan referensial. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 15(9), 37-49.
- Adilia, T. & Wijayani, Q. N. (2024). Pembentukan Citra Diri dalam Media Sosial Instagram: Kajian pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Trunojoyo Madura. *Jurnal Ilmu Komunikasi dan Sosial*, 2(1), 1-10.
- Akhmad, M. A. Ramli AT & Muhammad, S. (2025). Membuka Kedok Dualitas: Mengeksplorasi Identitas Digital Remaja di Media Sosial. *Jurnal Of Humanity & Social Justice*, 7(1), 43-63.
- Anthoneta, J. (2016). Homeschooling. *Sanctum Domine: Jurnal Teologi*, 4(2), 65-82.
- Anthony, R. 2009. *Puncak Percaya Diri Total* (terjemahan Rita Wiyadi). Jakarta: Mitra Sejati.
- Ashriati, N. Alsa, A & Suprihatin, T. (2006). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik pada SLBD YPAC Semarang. *Jurnal Psikologi Unissula*, 1(1), 1-10.
- Assyaffani, P. S & Wibowo, D. H. (2024). Hubungan Kepercayaan Diri dan Self Disclosure pada Remaja Akhir yang Menggunakan *Second Account* Instagram. *Jurnal Psikologi Revolutioner*, 8(10), 24-37.
- Astajaya, I. M. (2020). Etika komunikasi di media sosial. *Widya Duta*, 15(1), 81–94.
- Arista, F. N. Harianto, E. & Kusuma, P. J. (2025). Penggunaan Media Sosial Instagram dan Bodi Image Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *At- Taklim: Jurnal Pendidikan Multidisiplin*, 2(8), 56-63.
- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asiska, N. (2024). “Analisis Citra Diri Mahasiswi Komunikasi dan Penyiaran Islam UIN Ar-Raniry Pada Penggunaan *Second Account* Instagram.” *UIN Ar Raniry Banda Aceh. Skripsi*.
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201-210.
- Chantyca, D. & Widjanarko, M. (2025). Self-Esteem Pada Penggunaan *Second Account* Instagram. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(3), 356–364.

- Chustianti, A. (2024). Hubungan Pengguna *Second Account* Instagram Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Dan Pembentukan Konsep Diri Remaja Gen Z di Kota Purwokerto. *Skripsi*.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Deni, A. U. & Ifdil. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 43-52.
- Dewi, D. M., Supriyo, S., & Suharso, S. (2013). Kepercayaan Diri Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua pada Siswa Kelas VII (Studi Kasus). *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(4), 9-16.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Hariko, R. (2016). Ilmu Bimbingan dan Konseling, Nilai dan Kesejahteraan Individu: Studi Literatur. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 4(2), 188-123.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai moderator pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3).
- Hidayat, R., & Lestari, S. (2023). Peran dukungan sosial kelompok sebaya dalam *second account* Instagram terhadap optimisme mahasiswa akhir. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(3), 201-210.
- Heny, S. (2014). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kepercayaan Diri Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Koperasi Dana Mandiri Madiun. *Jurnal Forum Ilmiah Pendidikan Akutansi*.
- Idrus, M. (2009). *Metode Penelitian Ilmu Sosial, Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Jakarta: Erlangga.
- Irianto, A. (2012). *Statistik Konsep Dasar Aplikasi dan Pengembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- Julius, N. (2024). *Data Jumlah Pengguna Instagram di Indonesia 2024*. Upgrade.Id.
- Kamila, T. A. Tawaqal, R. S. & Silviany, A. E. (2026). Penggunaan Second Account Instagram sebagai Ruang Aman Generasi Z di Kota Bandung. *Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora*, 4(3), 225-242.
- Kurnia, G & Nurchayati. (2022). Gambaran Diri Perempuan Pengguna *Second Account* Instagram. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1).
- Khoerunnisa, R. Selian, T. M. & Nurvikarahmi, T. (2021). Peranan Penggunaan Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5 (3), 8723-8731.
- Lauster, P. (1992). *Tes Kepribadian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*. Terjemahan oleh D. H. Gulo. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Mahendra, B. (2017). Eksistensi Sosial Remaja dalam Instagram (Sebuah Perspektif Komunikasi). *Jurnal Visi Komunikasi*, 16(1), 151-160.
- Maharani, F. D., Wibowo, D. S., & Widyarini, N. (2023). *Self disclosure* mahasiswa pengguna *second account* Instagram berdasarkan interpersonal trust (Studi di Universitas Muhammadiyah Jember). *Jurnal Psikologi*, 14(2).
- Mirhan & Jusuf, J. B. K. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri dan Kerja Keras dalam Olahraga dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12(1), 53-54.
- Nugraha, I. Sukmarini, A. V & Yusuf, M. AR. (2024) *Second Account* Instagram sebagai Identitas Digital: Fenomena Kultur dalam Ekspresi Diri pada Generasi Z. *Jurnal roceedings Lib-IAPA*, 388-397.
- Paramesti, A. R. & Nurdiarti, R. P. (2022). Penggunaan Pseudonym di *Second Account* Instagram dalam Perspektif Etika Digital. *Jurnal Communio*, 11(2), 89-102.
- Prayitno, E. (2012). *Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Kompetensi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Pratama, A. B., & Wardani, K. (2024). Literasi digital, sikap objektif, dan hubungannya dengan perilaku perbandingan sosial di media sosial Instagram. *Jurnal Studi Pemuda dan Media*, 8(1), 45-58.
- Prihantoro, E. Damintana, K. P. I. & Ohorella, N. R. (2020). *Self Disclosure* Generasi Milenial melalui *Second Account* Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(3), 312-323.
- Permana, I. P. H., & Sutedja, I. D. M. (2021). Analisis perilaku pengguna akun kedua di media sosial Instagram. *Inovasi Penelitian*, 2, 1195-1203. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v1i4.838>.
- Rahayu, M., & Riauan, M. Ar. I. (2022). Dramaturgi dalam media sosial: pengguna *second account* di Instagram pada kalangan mahasiswa FSI Universitas Islam.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) dan Perkembangan Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 12(1), 40.
- Santrock (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Salsa, A. B. Jumaini & Sari, T. H. (2024). Hubungan Self Esteem dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Pengguna *Second Account* Instagram. *Indonesia Research Journal on Education*, 4(4), 3502-3509.
- Salma, J., Rakhmad, W. N. & Widagdo, M. B. (2024). Fenomena *Second Account* Oleh Mahasiswa Pada Media Sosial Instagram. *Jurnal Interaksi Online*, 12(3), 744-751.
- Salim, M., & Safitri, Y. (2023). *Second account* Instagram sebagai sarana katarsis emosi dan pengaruhnya terhadap psychological well-being mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 28(1), 89-104.
- Saputriyan, N. (2022). Motif Penggunaan *Second Account* Instagram di Kalangan Generasi Z (Studi Kasus Mahasiswi Jurusan Ilmu Komunikasi UIN Suska Riau). *Skripsi*.
- Saputra, R., Mahaputra, M. R., & Wala, G. N. (2025). Pengaruh social support dan self-esteem terhadap optimisme mahasiswa akhir. *Jurnal Greenation Sosial dan Politik*, 2(3), 120–129.
- Syafrina, M. & Chusniyah, T. (2025). Gambaran *Self Disclosure* Pada Mahasiswa di *Second Account* Instagram. *Jurnal Flourishing*, 5(1), 69-78.

- Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sitepu et al. (2016). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Obesitas Pada Siswa SMA Negeri 1 Manado. *Jurnal E-Biomedik (Ebm)*, 4(1).
- Sinaga, D. (2014). *Buku Ajar Statistik Dasar*. Jakarta: Uki Press.
- Sudijono, A. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sudianto et al. (2025). Analisis Literasi Digital dan Berpikir Kritis Mahasiswa Pada Era Media Sosial. *Jurnal Pendidikan Bahasa, Sastra & Budaya*, 3(2), 45-50.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sholiha, S., & Aulia, L. A.-A. (2020). Hubungan Self Concept dan Self Confidence. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 7(1), 41–55.
- Tanjung, Z & Amelia, S. H (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 2(2), 1-4.
- Taha, N. A., & Abbas, S. T. (2023). Hubungan antara penggunaan halaman kreator mode di Instagram dengan kepercayaan diri remaja perempuan. *Journal of Childhood Studies*, 18(2), 210–225.
- Tohirin. (2015). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Watuseke, C., Warouw, D. M., & Mingkid, E. (2023). Motif generasi Z dalam berekspresi diri melalui *second account* di Instagram. *Acta Diurna Komunikasi*, 5(4), 1–12.
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2012). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi.
- Wijaya, C. (2024). *Communication privacy management* pada mahasiswa pengguna akun utama dan akun sekunder Instagram. *Jurnal Komunikasi Digital*, 6(2), 301-315.
- Yuntaffiani, G. & Erlangga, C. Y. (2025). Fenomena Pengguna Second Account di Instagram dalam Aktualisasi Diri pada Remaja: Studi Fenomenologi di Wilayah Jakarta Timur. *Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 5(2), 964-993.

- Yusuf, A. M (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.
- Yusuf, A. M. (2015). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenamedia Group.
- Yusuf, A. M. (2007). *Metodologi Penelitian*. Padang: Universitas Negeri Padang Press.
- Yusuf, A, M. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan penelitian Gabungan*. Jakarta: Fajar Interpretama Mandiri. Diambil dari: <https://online.anyflip.com/eopgp/swqg/mobile/>