

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku Narsistik

Perilaku narsistik merupakan bentuk ekspresi dari kepribadian yang ditandai dengan perasaan superioritas, kebutuhan akan pengakuan, keinginan untuk dikagumi secara berlebihan, serta kurangnya empati terhadap orang lain. Narsisme sendiri berasal dari mitologi Yunani tentang tokoh *Narcissus* yang jatuh cinta pada bayangannya sendiri, dan dalam dunia psikologi diperkenalkan oleh Sigmund Freud sebagai bentuk cinta diri yang muncul secara normal pada masa perkembangan awal, namun dapat menjadi patologis bila menetap hingga dewasa.¹ Dalam psikologi kontemporer, narsisme tidak lagi hanya dilihat sebagai kelainan, melainkan dipahami dalam spektrum kepribadian yang memiliki dua bentuk utama, yaitu *narsisme grandiose* dan *vulnerable*. Narsisme *grandiose* ditandai dengan dominasi sosial, keyakinan tinggi terhadap keunggulan diri, dan perilaku

¹ Freud, Sigmund. *On narcissism: An introduction*. Read Books Ltd, 2014. Hal. 34

manipulatif, sedangkan narsisme vulnerable ditandai dengan ketidakamanan, kepekaan terhadap kritik, dan ketergantungan emosional pada validasi eksternal.²

Fenomena narsistik semakin mencolok seiring meningkatnya penggunaan media sosial, khususnya Instagram. Media sosial berbasis visual ini menjadi ruang bagi remaja untuk menampilkan diri secara terpilih dan strategis demi mendapatkan pengakuan sosial dari pengikutnya. Studi Wang et al. menunjukkan bahwa remaja dengan kecenderungan narsistik tinggi cenderung menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mengontrol citra diri, serta menunjukkan perilaku daring baik yang prososial maupun agresif untuk mempertahankan persepsi publik terhadap mereka.³

Penelitian oleh Hidayat, Zulfahmi, dan Nasution menemukan bahwa mahasiswa pengguna Instagram dan

² American Psychiatric Association, A., and American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV*. Vol. 4. Washington, DC: American psychiatric association, 1994.

³ Wang, Ying, et al. "Lonely, impulsive, and seeking attention: Predictors of narcissistic adolescents' antisocial and prosocial behaviors on social media." *International Journal of Behavioral Development* 47.6 (2023): hal 540-547.

TikTok sering kali menunjukkan perilaku pencitraan diri yang intens. Peneliti mengandalkan respons dari audiens untuk menilai diri mereka, dan mengalami tekanan psikologis jika tidak mendapatkan validasi yang diharapkan.⁴ Hal ini sejalan dengan konsep *dramaturgi* dari Goffman, yang menjelaskan bahwa setiap individu bertindak seperti aktor di atas panggung sosial, berusaha menampilkan versi terbaik dari dirinya di hadapan khalayak.⁵ Instagram sebagai “panggung digital” memperluas ruang tampil ini, membuat pencitraan diri menjadi semakin penting bagi remaja. Selain itu, Katkar et al. melalui penelitian fenomenologis pada remaja pengguna media sosial di Demak menemukan bahwa remaja secara sadar berusaha menampilkan aspek-aspek terbaik dari diri mereka dan menyembunyikan kelemahan untuk mendapatkan impresi positif dari orang lain. Upaya ini mencerminkan

⁴ Hidayat, Fadhil Pahlevi, Zulfahmi Zulfahmi, and Ridwan Nasution. "Exploring the Impact of Social Media on Narcissistic Behavior Among Students in Medan City." *CHANNEL: Jurnal Komunikasi* 12.1 (2024): hal 48-55.

⁵ Goffman, Erving. "The presentation of self in everyday life." *Social theory re-wired*. Routledge, 2023. 450-459.

dinamika narsistik yang dipicu oleh dorongan untuk mempertahankan citra ideal di ruang digital.⁶

Perilaku narsistik pada remaja merupakan hasil dari interaksi antara faktor kepribadian dan pengaruh lingkungan sosial digital. Media sosial seperti Instagram tidak hanya memperkuat ekspresi narsisme yang telah ada, tetapi juga menciptakan iklim sosial yang mendorong remaja untuk mengukur harga dirinya berdasarkan validasi eksternal, yang dalam jangka panjang dapat memengaruhi pembentukan identitas dan kesejahteraan psikologis mereka.

B. Karakter Prilaku Narsistik

Karakter atau ciri khas perilaku narsistik merupakan kumpulan sifat yang menggambarkan bagaimana individu dengan kecenderungan narsisme memandang diri sendiri, berinteraksi dengan orang lain, serta membentuk citra sosialnya. Individu dengan karakter narsistik umumnya menunjukkan sikap percaya diri yang berlebihan, merasa

⁶ Katkar, Kimmy, Dian Wishnu Brata, and Anna Dian Savitri. "Narcissistic behavior in adolescent social media users." (2021). Hal 56

dirinya lebih penting daripada orang lain, serta memiliki keinginan besar untuk terus dikagumi dan dipuji.⁷ Ciri-ciri ini tidak hanya memengaruhi kehidupan sosial sehari-hari, tetapi juga tercermin secara nyata dalam perilaku daring, terutama di media sosial yang mendukung ekspresi diri secara visual dan terbuka. Penelitian terbaru oleh Katkar et al. mengidentifikasi bahwa remaja dengan karakter narsistik cenderung menampilkan diri secara berlebihan di media sosial, menonjolkan kelebihan dan menyembunyikan kelemahan mereka dengan tujuan membentuk kesan ideal di mata publik.⁸ Mereka juga sangat sensitif terhadap penilaian dan cenderung bereaksi negatif terhadap kritik, baik secara langsung maupun dalam bentuk komentar daring yang dianggap merugikan citra diri mereka.

Hal ini diperkuat oleh temuan Hidayat et al. , yang menyatakan bahwa remaja narsistik menggunakan strategi pencitraan dan seleksi konten unggahan secara sadar untuk

⁷ American DSM-IV. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. American psychiatric association, 1994.

⁸ Katkar, Kimmy, Dian Wishnu Brata, and Anna Dian Savitri. "Narcissistic behavior in adolescent social media users." (2021). Hal . 45.

memperoleh pujian dan perhatian.⁹ Menurut Millon dan Davis , setidaknya terdapat enam karakter utama dalam perilaku narsistik yang lazim ditemukan dalam interaksi sosial dan telah diperluas pula dalam konteks digital saat ini, yaitu¹⁰:

1. Perasaan Superioritas

Salah satu karakter utama perilaku narsistik adalah perasaan superioritas atau merasa lebih unggul dibandingkan orang lain. Individu dengan karakter ini sering kali memandang diri mereka sebagai sosok yang lebih penting, lebih cerdas, atau lebih menarik dibandingkan dengan lingkungan sekitarnya. Mereka mengharapkan orang lain mengakui kelebihan mereka tanpa mempertanyakan atau mengkritik. Dalam media sosial seperti Instagram, perasaan superioritas ini tercermin melalui konten yang menonjolkan pencapaian

⁹ Hidayat, Fadhil Pahlevi, Zulfahmi Zulfahmi, and Ridwan Nasution. "Exploring the Impact of Social Media on Narcissistic Behavior Among Students in Medan City." *CHANNEL: Jurnal Komunikasi* 12.1 (2024): hal. 48.

¹⁰ Millon, Theodore, and Roger O. Davis. *Disorders of personality: DSM-IV and beyond*. John Wiley & Sons, 1996. Hal. 21

pribadi, gaya hidup mewah, atau penampilan fisik yang dianggap lebih baik daripada orang lain.

2. Kebutuhan Akan Kekaguman

Narsisme ditandai dengan kebutuhan yang besar untuk mendapatkan kekaguman dari orang lain. Individu narsistik merasa bahwa validasi eksternal adalah hal esensial untuk menjaga harga diri mereka. Oleh karena itu, mereka terus mencari perhatian dan pujian, baik melalui perilaku dalam kehidupan nyata maupun melalui media sosial. Kebutuhan ini sering menyebabkan perilaku yang berlebihan dalam memamerkan diri, seperti memposting foto secara intensif, menggunakan caption yang memuji diri sendiri, atau mencari pengakuan melalui jumlah likes dan komentar.¹¹

3. Kurang Empati

Karakter lain yang melekat pada perilaku narsistik adalah kurangnya empati terhadap orang lain. Individu

¹¹ Wang, Y. et al. (2023). "Lonely, impulsive, and seeking attention: Predictors of narcissistic adolescents' antisocial and prosocial behaviors on social media," *International Journal of Behavioral Development*. Hal. 32

narsistik cenderung tidak mampu atau tidak mau memahami perasaan, kebutuhan, atau perspektif orang lain. Mereka lebih fokus pada kebutuhan diri sendiri dan mengabaikan dampak dari tindakan mereka terhadap orang lain. Dalam hubungan sosial, hal ini membuat individu narsistik sulit membangun hubungan yang dalam dan bermakna, karena ketulusan dan perhatian terhadap orang lain sering kali tidak menjadi prioritas utama mereka.¹²

4. Eksploitasi Interpersonal

Individu dengan karakter narsistik seringkali memanfaatkan orang lain untuk mencapai tujuan pribadi mereka. Mereka melihat hubungan sosial sebagai alat untuk mendapatkan status, kekuasaan, atau validasi.

Dalam media sosial, eksploitasi ini terlihat dalam bentuk manipulasi interaksi online demi meningkatkan popularitas atau memperluas jaringan sosial untuk

¹² Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2009). *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*. Free Press. Hal 32

keuntungan pribadi. Eksploitasi interpersonal ini memperlihatkan bahwa bagi individu narsistik, nilai seseorang sering kali diukur berdasarkan seberapa besar manfaat yang dapat mereka berikan dalam mendukung citra diri si narsistik.¹³

5. Perasaan Berhak (*Entitlement*)

Entitlement adalah keyakinan bahwa individu berhak mendapatkan perlakuan khusus tanpa harus berusaha lebih keras. Karakter ini menyebabkan individu narsistik merasa kecewa atau marah ketika mereka tidak mendapatkan perhatian atau penghargaan yang mereka anggap pantas. Pada media sosial, bentuk entitlement terlihat dari ekspektasi bahwa setiap unggahan mereka harus mendapatkan banyak likes dan komentar positif.

¹³ Buffardi, Laura E., and W. Keith Campbell. "Narcissism and social networking web sites." *Personality and social psychology bulletin* 34.10 (2008): 1303-1314.

Ketika hal ini tidak terjadi, mereka merasa tidak dihargai dan mengalami gangguan emosional.¹⁴

6. Sensitivitas terhadap Kritik

Meskipun tampak percaya diri, individu narsistik sebenarnya sangat rentan terhadap kritik. Kritik sekecil apapun dapat diinterpretasikan sebagai serangan pribadi terhadap harga diri mereka. Mereka bisa bereaksi secara defensif, marah, atau bahkan melakukan balasan agresif untuk melindungi citra diri mereka. Di dunia maya, individu narsistik sering kali bereaksi keras terhadap komentar negatif, misalnya dengan menghapus komentar, memblokir pengguna, atau membalas dengan kata-kata kasar.¹⁵

Karakter-karakter tersebut menjadi lebih terlihat di era digital, di mana media sosial memberi ruang luas untuk menampilkan dan mengukuhkan citra diri secara

¹⁴ Zeigler-Hill, V. et al. (2021). *The Dark Side of Personality: Science and Practice in Social, Personality, and Clinical Psychology*. APA Publishing. Hal 24

¹⁵ Putri, Elsy Pratama. "Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Narsistik di Lingkungan I Kelurahan Terjun." (2024).

publik. Buffardi dan Campbel dalam Puspita, ditemukan bahwa individu dengan skor narsisme tinggi lebih sering memposting foto diri, menggunakan caption yang menonjolkan pencapaian pribadi, serta terlibat dalam aktivitas daring yang berorientasi pada pencarian pengakuan sosial.¹⁶

Dengan demikian dapat disimpulkan, karakter perilaku narsistik tidak hanya tampak dari cara individu berbicara atau bertindak secara langsung, tetapi juga dari bagaimana mereka mengelola citra diri di dunia maya. Pemahaman terhadap karakter-karakter ini penting sebagai dasar dalam mengidentifikasi dan memahami pola perilaku remaja, khususnya di era digital yang sarat dengan dinamika pencitraan dan validasi sosial.

C. Faktor Prilaku Narsistik

Perilaku narsistik tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor

¹⁶ Puspitasari, Mia. "Pengaruh Harga Diri, Hubungan Romantis, dan Pengambilan Risiko terhadap Perilaku Selfie yang Narsistik." (2016).

internal dan eksternal yang membentuk kepribadian seseorang, khususnya selama masa perkembangan remaja. Pada tahap ini, individu berada dalam fase pencarian identitas dan sangat sensitif terhadap penilaian sosial. Faktor-faktor yang memengaruhi munculnya perilaku narsistik antara lain pola asuh keluarga, tekanan sosial budaya, penggunaan media sosial, regulasi diri yang rendah, serta pengaruh teman sebaya.¹⁷

1. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua merupakan faktor utama yang membentuk fondasi kepribadian anak. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh permisif dan terlalu memanjakan (*overindulgent parenting*) dapat mendorong perkembangan sifat narsistik karena anak dibiasakan mendapatkan pujian tanpa pencapaian yang sepadan. Dalam jangka panjang, hal ini menciptakan ekspektasi tidak realistis terhadap pengakuan sosial. Sebaliknya,

¹⁷ American Psychiatric Association. *Understanding mental disorders: Your guide to DSM-5-TR®*. American Psychiatric Pub, 2023. Hal. 22

pola asuh yang mengabaikan atau terlalu menuntut juga dapat memicu narsisme sebagai mekanisme kompensasi untuk menutupi rasa kurang dihargai oleh lingkungan dekat.¹⁸ Hasil penelitian Hidayat et al. menguatkan bahwa ketidakseimbangan dalam perhatian emosional orang tua berperan dalam membentuk kebutuhan anak untuk mencari validasi dari luar, terutama melalui media sosial. Sebaliknya, pola asuh yang kurang memberikan perhatian emosional juga dapat memicu perkembangan narsisme. Anak yang merasa diabaikan cenderung membangun mekanisme pertahanan dengan melebih-lebihkan pencapaian diri untuk mendapatkan perhatian. Dalam situasi ini, media sosial seperti Instagram menjadi sarana untuk mencari perhatian dan validasi yang tidak diperoleh dari lingkungan keluarga.¹⁹

¹⁸ Horton, Robert S., Geoff Bleau, and Brian Drwecki. "Parenting narcissus: What are the links between parenting and narcissism?." *Journal of personality* 74.2 (2006): hal. 345-376.

¹⁹ Hidayat, Fadhil Pahlevi, Zulfahmi Zulfahmi, and Ridwan Nasution. "Exploring the Impact of Social Media on Narcissistic Behavior Among Students in Medan City." *CHANNEL: Jurnal Komunikasi* 12.1 (2024): hal. 75.

2. Tekanan Sosial Budaya

Budaya populer saat ini sangat menekankan nilai-nilai yang berkaitan dengan penampilan fisik, ketenaran, dan gaya hidup mewah. Dalam masyarakat yang semakin terobsesi dengan pencitraan dan popularitas, individu terutama remaja didorong untuk menyesuaikan diri dengan standar ideal yang sering kali tidak realistis. Twenge dan Campbell menyebutkan bahwa masyarakat kontemporer telah menjadi lahan subur bagi berkembangnya budaya narsistik, di mana individu dinilai berdasarkan tampilan luar dan citra yang ditampilkan secara publik.²⁰

3. Penggunaan Media Sosial

Media sosial, khususnya Instagram, merupakan salah satu faktor paling signifikan dalam memperkuat perilaku narsistik. Platform ini memungkinkan penggunaannya untuk mengelola tampilan diri, memilih

²⁰ Twenge, Jean M., and W. Keith Campbell. *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. Simon and Schuster, 2009. Hal 34

momen terbaik untuk ditampilkan, serta menerima umpan balik instan dari pengikutnya dalam bentuk likes, komentar, dan repost. Individu dengan tingkat narsisme tinggi cenderung lebih aktif di media sosial dan sangat terpengaruh oleh reaksi audiens terhadap konten yang mereka unggah. Hasil penelitian terbaru dari Wang et al. menunjukkan bahwa remaja yang cenderung narsistik menggunakan media sosial sebagai sarana untuk memperkuat citra diri, baik melalui konten positif (seperti pencapaian pribadi) maupun strategi manipulatif untuk menarik simpati atau pujian.²¹

4. Kurangnya Regulasi Diri

Regulasi diri adalah kemampuan individu untuk mengontrol emosi, dorongan, dan perilaku sesuai dengan tujuan jangka panjang. Remaja dengan regulasi diri yang rendah cenderung mencari kepuasan instan, termasuk dari

²¹ Wang, Ying, et al. "Lonely, impulsive, and seeking attention: Predictors of narcissistic adolescents' antisocial and prosocial behaviors on social media." *International Journal of Behavioral Development* 47.6 (2023): hal. 540-547.

validasi di media sosial, sehingga lebih rentan menunjukkan perilaku narsistik sebagai kompensasi atas kurangnya kontrol diri.²² Penelitian Muyassaroh di kalangan mahasiswa menunjukkan bahwa individu dengan tingkat regulasi diri rendah lebih sering mengalami FOMO (*Fear of Missing Out*) dan cenderung melakukan pencitraan diri berlebihan untuk tetap relevan secara sosial.²³

5. Pengaruh Teman Sebaya

Teman sebaya memiliki pengaruh besar dalam pembentukan identitas diri pada masa remaja. Ketika lingkungan pertemanan mengukur nilai diri berdasarkan popularitas digital seperti jumlah pengikut, likes, atau penampilan di media sosial remaja akan terdorong untuk mengembangkan perilaku narsistik agar dapat diterima

²² Baumeister, Roy F., and Todd F. Heatherton. "Self-regulation failure: An overview." *Psychological inquiry* 7.1 (1996): hal 1-15.

²³ Muyassaroh, Siti. Fenomena Fear Of Missing Out (FOMO) dan Regulasi Diri Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta Angkatan 2020. Diss. Universitas Islam Indonesia, 2024.hal 26

dan diakui.²⁴ Erikson menjelaskan bahwa masa remaja adalah tahap penting dalam pencarian jati diri, di mana pengaruh lingkungan sosial sangat menentukan keberhasilan individu dalam membentuk konsep diri yang sehat.²⁵

perilaku narsistik dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pada remaja tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, seperti kepribadian dan regulasi diri, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kondisi sosial dan teknologi yang membentuk cara remaja berinteraksi dengan dunia luar. Interaksi antar faktor ini saling memperkuat dan menciptakan dinamika psikologis yang kompleks, khususnya dalam ekosistem media sosial yang sangat kompetitif dan visual.

D. Aspek-Aspek Perilaku Narsistik

Para ahli psikologi mengidentifikasi beberapa aspek utama dari perilaku narsistik yang dapat diamati dalam interaksi sosial maupun di media sosial. Berdasarkan

²⁴ Katkar, K., Brata, D. W., & Savitri, A. D. (2023). *NUCLEUS*, 2(1).hal 75

²⁵ Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. Norton & Company. Hal 43

Narcissistic Personality Inventory (NPI) yang dikembangkan oleh Raskin & Hall, aspek utama dari narsisme adalah:²⁶

1. *Aspek Authority*

Aspek Authority (Kebutuhan akan Kekuasaan)

Perilaku narsistik yang berkaitan dengan aspek otoritas menunjukkan adanya dorongan kuat dalam diri individu untuk dilihat, diakui, dan diperlakukan sebagai sosok yang memiliki kekuasaan atau pengaruh terhadap orang lain. Individu dengan kecenderungan ini umumnya merasa bahwa dirinya pantas mendapatkan penghormatan, diakui sebagai pemimpin, serta memperoleh perlakuan khusus karena menganggap dirinya lebih unggul, baik dari segi pengetahuan, kemampuan, maupun status sosial. Keyakinan tersebut mendorong individu untuk selalu menempatkan diri pada posisi yang dominan dalam

²⁶ Sabekti, Ria. Hubungan intensitas penggunaan media sosial (jejaring sosial) dengan kecenderungan narsisme dan aktualisasi diri remaja akhir. Diss. Universitas Airlangga, 2019. Hal. 7

berbagai interaksi sosial, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam aktivitas di dunia maya.²⁷

2. Aspek *Self-Sufficiency* (Kepercayaan Diri Berlebihan)

Aspek Self-Sufficiency (Kepercayaan Diri Berlebihan)

Individu dengan kecenderungan narsistik biasanya memiliki rasa percaya diri yang sangat tinggi, bahkan cenderung berlebihan. Mereka meyakini bahwa dirinya mampu mencapai berbagai hal secara mandiri tanpa memerlukan bantuan, arahan, maupun masukan dari orang lain. Keyakinan tersebut sering kali membuat mereka kurang terbuka terhadap kritik dan saran, karena merasa dirinya sudah paling benar dan paling mampu. Dalam konteks remaja pengguna media sosial, aspek *self-sufficiency* ini dapat terlihat dari sikap yang merasa paling unggul dalam menampilkan diri di platform seperti

²⁷ Wahyuni, Nini Sri, and Laili Alfita. "Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Remaja Pengguna Jejaring Sosial di SMA Swasta Sinar Husni." (2017). Hal. 4

Instagram, baik dari segi penampilan, gaya hidup, maupun cara berinteraksi.²⁸

3. Aspek *Superiority*

Aspek Self-sufficiency (Merasa Lebih Unggul) dalam perilaku narsistik merujuk pada keyakinan individu bahwa dirinya memiliki kapasitas khusus untuk meraih keberhasilan secara mandiri tanpa memerlukan bantuan, arahan, maupun dukungan dari orang lain. Individu dengan kecenderungan ini menunjukkan tingkat kemandirian yang berlebihan serta rasa percaya diri yang melampaui batas kewajaran, sehingga cenderung mengabaikan bahkan menolak pengakuan terhadap kontribusi pihak lain dalam pencapaian yang diraihinya. Mereka berupaya menampilkan diri sebagai sosok yang sepenuhnya mampu berdiri sendiri. Namun demikian, dalam realitasnya, keberhasilan yang dicapai tetap tidak

²⁸ Ulfa, Nida Monica. "Hubungan antara intensitas dalam menggunakan jejaring sosial Instagram dengan kecenderungan narsistik pada remaja dimasa pandemi covid-19." (2022). Hal 8

terlepas dari peran serta dukungan lingkungan di sekitarnya.²⁹

4. Aspek *Exhibitionism*

Aspek *Exhibitionism* (Keinginan untuk Menjadi Pusat Perhatian) merupakan salah satu karakteristik utama dalam perilaku narsistik yang ditunjukkan melalui dorongan kuat individu untuk selalu menjadi pusat perhatian dalam berbagai situasi sosial. Individu dengan kecenderungan ini memiliki kebutuhan yang tinggi untuk diperhatikan, dipuji, dan mendapatkan kekaguman secara terus-menerus. Mereka tidak sekadar ingin terlihat, tetapi juga berupaya agar dirinya tampak lebih menonjol dibandingkan orang lain.

Dalam kajian psikologi, *exhibitionism* dipahami sebagai bentuk ekspresi berlebihan dari kebutuhan akan

²⁹ Ahyana, Icha Nur. Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Siswa Pengguna Instagram Di Sman 1 Baitussalam Kabupaten Aceh Besar. Diss. UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2023. Hal. 9

pengakuan eksternal, yang diwujudkan melalui upaya menampilkan diri secara intensif kepada publik.³⁰

5. Aspek *Exploiteness*

Aspek *Exploiteness* (Eksplorasi Orang Lain)

Merupakan salah satu aspek dalam perilaku narsistik yang menunjukkan kecenderungan individu untuk memanfaatkan orang lain sebagai sarana dalam mencapai tujuan pribadinya. Individu dengan karakteristik ini cenderung memandang hubungan sosial bukan sebagai interaksi yang setara dan saling menguntungkan, melainkan sebagai alat untuk memperoleh berbagai keuntungan, seperti peningkatan status sosial, popularitas, maupun penguatan citra diri.

Dalam hal ini, orang lain tidak diposisikan sebagai individu yang setara, melainkan lebih sebagai objek yang

³⁰ American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*, 5th ed. (Washington, DC: APA, 2013).

dapat dimanfaatkan guna mendukung kepentingan serta memperkuat gambaran diri yang ingin ditampilkan.³¹

6. Aspek *Vanity*

Aspek *Vanity* (Keasyikan dengan Diri Sendiri) Merupakan salah satu aspek dalam perilaku narsistik yang ditandai dengan perhatian berlebihan terhadap penampilan fisik dan citra diri. Individu dengan tingkat narsisme yang tinggi cenderung menjadikan penampilan sebagai sumber utama kebanggaan sekaligus sarana untuk memperoleh pengakuan sosial. Mereka meyakini bahwa daya tarik fisik memiliki peran penting dalam mendapatkan perhatian, penerimaan, dan penghargaan dari orang lain. Akibatnya, individu tersebut mengalokasikan banyak waktu, tenaga, serta sumber daya untuk meningkatkan dan mempertahankan penampilan agar sesuai dengan standar ideal yang mereka bentuk sendir.³²

³¹ American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*, 5th ed. (Washington, DC: APA, 2013).

³² Zein, Mohamad Fadhilah. *Panduan Menggunakan Media Sosial untuk Generasi Emas Milenial*. Mohamad Fadhilah Zein, 2019. Hal.51

7. Aspek *Entitlement*

Aspek *Entitlement* (Perasaan Berhak Mendapat Perlakuan Khusus) Merupakan salah satu aspek penting dalam perilaku narsistik yang ditandai oleh keyakinan individu bahwa dirinya layak mendapatkan perlakuan khusus dari orang lain, tanpa mempertimbangkan usaha atau kontribusi yang telah diberikan. Individu dengan kecenderungan ini cenderung menunjukkan reaksi negatif seperti kecewa, marah, atau tersinggung ketika harapan tersebut tidak terpenuhi.

Dalam konteks media sosial, sikap *entitlement* dapat terlihat dari adanya ekspektasi bahwa setiap unggahan harus memperoleh banyak *likes*, komentar positif, serta perhatian yang tinggi dari para pengikut. Ketika harapan tersebut tidak tercapai, individu cenderung merespons dengan menghapus unggahan, bersikap defensif, atau

bahkan menyalahkan orang lain karena dianggap kurang memberikan penghargaan terhadap dirinya.³³

Berdasarkan dari uraian aspek aspek Perilaku narsistik diatas, sebagaimana diidentifikasi dalam *Narcissistic Personality Inventory* (NPI), mencerminkan kecenderungan individu untuk mencari pengakuan, kekuasaan, dan perhatian, terutama dalam interaksi sosial dan media sosial. Di Instagram, hal ini terlihat dari unggahan yang menonjolkan pencapaian pribadi, penggunaan filter atau editan berlebihan, serta eksploitasi interaksi sosial demi popularitas. Individu narsistik juga kerap menunjukkan perasaan berhak atas perlakuan khusus (*entitlement*) dan kepercayaan diri berlebihan (*self-sufficiency*), yang memengaruhi cara mereka berinteraksi. Memahami aspek-aspek ini memungkinkan penelitian untuk menganalisis perkembangan perilaku narsistik di media sosial dan dampaknya, sehingga dapat

³³ Putri, Elsy Pratama. "Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Narsistik di Lingkungan I Kelurahan Terjun." (2024). Hal 7

memberikan wawasan bagi akademisi, pendidik, dan masyarakat dalam membangun interaksi sosial yang lebih sehat.

E. Dampak Perilaku Narsistik

Perilaku narsistik, terutama dalam bentuk maladaptif, memiliki konsekuensi serius terhadap perkembangan psikologis dan sosial individu, khususnya pada remaja yang sedang berada dalam tahap pembentukan identitas diri. Narsisme yang tidak terkontrol dapat menurunkan kualitas hubungan interpersonal, mengganggu penerimaan diri, serta meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental seperti kecemasan sosial dan depresi.³⁴

1. Penerimaan Diri

Remaja yang memiliki kecenderungan narsistik cenderung membangun harga diri berdasarkan validasi eksternal, seperti jumlah “likes”, komentar, atau pujian dari lingkungan sekitar. Ketika ekspektasi mereka tidak terpenuhi, mereka merasa gagal dan mengalami

³⁴ American Psychiatric Association. (2022). DSM-5-TR: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders.

penurunan harga diri yang signifikan²⁹. Penelitian oleh Solihah menunjukkan adanya hubungan negatif antara tingkat narsisme dengan penerimaan diri remaja pengguna Instagram, di mana mereka lebih sibuk mempertahankan citra diri ideal daripada menerima kenyataan diri apa adanya³⁰. Kurangnya penerimaan diri ini berdampak pada rendahnya resiliensi dalam menghadapi kegagalan sosial atau kritik.³⁵

2. Kecemasan Sosial dan Depresi

Perilaku narsistik yang berbasis pada pencitraan diri dan ketergantungan pada validasi sosial menjadikan individu lebih rentan terhadap gejala kecemasan sosial dan depresi. Studi oleh Mubeen et al. mengungkapkan bahwa remaja dengan kecenderungan narsistik tinggi lebih sering mengalami gangguan psikologis ketika mereka merasa tidak mendapat perhatian atau respon yang diharapkan dari media sosial³¹. Mereka takut ditolak atau

³⁵ Bahri, Syaiful, and Siswanto Siswanto. *Hubungan Narcissistic Parenting Terhadap Sikap Sosial Anak SDN 01 Ujan Mas Kabupaten Kepahiang*. Diss. INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) CURUP, 2024. Hal 5

diabaikan, yang kemudian memicu kecemasan berlebih dalam situasi sosial, bahkan dalam konteks daring. Dalam jangka panjang, perasaan tidak puas terhadap diri sendiri dapat berkembang menjadi gejala depresi ringan hingga sedang.³⁶

3. Hubungan Sosial

Individu narsistik memiliki kecenderungan untuk memprioritaskan diri sendiri, sering kali mengabaikan perasaan dan kebutuhan orang lain. Kurangnya empati ini menyulitkan mereka dalam membangun relasi sosial yang sehat dan mendalam.³⁷ Mereka cenderung menjalin hubungan berdasarkan kepentingan atau pencitraan, bukan atas dasar kepercayaan dan keterbukaan. Hal ini menyebabkan hubungan yang tidak stabil, mudah putus, atau dipenuhi konflik karena tidak adanya keseimbangan dalam komunikasi dan kepedulian timbal balik.³⁸ Remaja

³⁶ Katkar, K., Brata, D. W., & Savitri, A. D. (2023). *Narcissistic Behavior in Adolescent Social Media Users*. *NUCLEUS*, 2(1). Hal 32

³⁷ Zeigler-Hill, V., Welling, L. L., & Shackelford, T. K. (2021). *The Dark Side of Personality*. APA Publishing. Hal 23

³⁸ Horton, R. S., & Sedikides, C. (2022). "Narcissism and Relationship Functioning: A Meta-Analytic Review." *Journal of Personality*, 90(2), hal 175–200.

dengan karakter seperti ini juga lebih sulit menerima kritik dari teman sebaya dan sering menunjukkan sikap defensif atau bahkan agresif sebagai bentuk perlindungan terhadap ego mereka.³⁹

Dengan demikian dapat disimpulkan, perilaku narsistik pada remaja dapat berdampak negatif terhadap penerimaan diri, kesehatan mental, dan hubungan sosial. Ketergantungan pada validasi sosial yang bersifat instan melalui media digital membuat remaja semakin jauh dari refleksi diri yang sehat. Oleh karena itu, pemahaman terhadap dampak ini penting untuk mendorong pendekatan pencegahan dan intervensi melalui bimbingan dan konseling, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun komunitas remaja secara luas.

F. Media Sosial

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan masyarakat modern, terutama di kalangan generasi muda. Perkembangan teknologi digital memungkinkan manusia

³⁹ Wang, Y., Hawk, S. T., Wong, N., & Zhang, Y. (2023). *International Journal of Behavioral Development*.

untuk berinteraksi, berbagi informasi, serta membangun identitas diri dalam ruang virtual yang melintasi batasan geografis dan budaya. Definisi media sosial menurut Kaplan dan Haenlein adalah “sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang membangun di atas dasar ideologis dan teknologi Web 2.0, dan yang memungkinkan penciptaan serta pertukaran konten yang dihasilkan pengguna (user-generated content).”⁴⁰

Dalam praktiknya, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, melainkan juga sebagai arena untuk membentuk citra diri, mencari validasi sosial, serta mengekspresikan kebutuhan psikologis yang mendalam seperti kebutuhan akan eksistensi, penghargaan, dan penerimaan sosial.

1. Perkembangan Media Sosial

Perkembangan media sosial dimulai pada awal tahun 2000-an dengan hadirnya platform seperti

⁴⁰ Andreas M. Kaplan dan Michael Haenlein, “Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media,” *Business Horizons* Vol. 53, No. 1 (2010), hlm. 61.

Friendster, MySpace, dan kemudian Facebook, yang memperkenalkan konsep jaringan pertemanan virtual. Dalam perjalanannya, media sosial berevolusi menjadi lebih dinamis dengan lahirnya platform berbasis visual seperti Instagram, TikTok, dan Snapchat, yang tidak hanya menekankan komunikasi teks, tetapi juga ekspresi visual melalui foto, video, dan cerita (story).⁴¹

Instagram, sebagai contoh utama, mengedepankan visualisasi diri melalui unggahan gambar dan video, menjadikannya sebagai media utama untuk membangun dan mempertahankan citra diri di ruang digital. Platform ini menjadi sangat populer di kalangan remaja karena memberikan kesempatan untuk mendapatkan validasi sosial secara instan melalui likes, komentar, dan jumlah pengikut.⁴²

⁴¹ Andreas M. Kaplan dan Michael Haenlein, "Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media," *Business Horizons* 53, no. 1 (2010): 59–68.

⁴² Ethan Kross dkk., "Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well-Being in Young Adults," *PLOS ONE* 8, no. 8 (2013): e69841.

2. Fungsi Media Sosial dalam Kehidupan Remaja

Bagi remaja, media sosial memiliki beragam fungsi yang melampaui sekadar alat komunikasi:

a) Sarana Ekspresi Diri

Media sosial memberikan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan minat, identitas, dan kepribadian mereka. Melalui unggahan, bio, dan interaksi di platform digital, remaja dapat membentuk dan memperkenalkan diri kepada dunia sesuai dengan keinginan mereka.⁴³

b) Pencarian Validasi Sosial

Menurut teori kebutuhan sosial dari Maslow, validasi dan penerimaan sosial adalah kebutuhan dasar manusia. Media sosial menyediakan alat bagi remaja untuk memenuhi kebutuhan ini melalui indikator popularitas seperti jumlah likes dan komentar.⁴⁴

c) Pembangunan Jaringan Sosial

⁴³ anah boyd, *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens* (New Haven: Yale University Press, 2014), 31–58.

⁴⁴ atharina Lobinger, “‘Likes’ as Social Support: Connections and Meanings of Likes on Instagram,” *Convergence* 22, no. 2 (2016): 164–175.

Media sosial memungkinkan remaja memperluas jaringan pertemanan di luar batas lokal mereka. Mereka dapat berinteraksi dengan teman sebaya dari berbagai latar belakang budaya, berbagi pengalaman, serta membentuk komunitas berdasarkan minat yang sama.⁴⁵



⁴⁵ Nancy K. Baym, *Personal Connections in the Digital Age*, 2nd ed. (Cambridge: Polity Press, 2015), 79–102.