

“MENGUNGKAP ANONIMITAS”: EKSPLORASI PENGALAMAN PENGUNGKAPAN DIRI DI CHAT ANONIM TELEGRAM

ANONIMITY UNVEILED: EXPLORING SELF-DISCLOSURE EXPERIENCES ON TELEGRAM'S ANONYMOUS CHAT

Sri Rahmawati, Suryanto

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga

sri.rahmawati-2023@psikologi.unair.ac.id*; suryanto.suryanto@psikologi.unair.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi pengalaman pengguna dalam melakukan pengungkapan diri di *platform chat* anonim Telegram. Menggunakan pendekatan kualitatif dan metode fenomenologi, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan tiga partisipan yang telah menggunakan *chat* anonim selama minimal tiga bulan, berusia 21-25 tahun, terdiri atas dua orang laki-laki dan satu orang Perempuan. Partisipan berstatus mahasiswa dan bersedia mengungkapkan pengalamannya dalam menggunakan *platform chat* anonim di Telegram. Teknik analisis data menggunakan pendekatan Miles & Huberman. Hasil penelitian menunjukkan tiga tema utama, yakni: 1) motivasi penggunaan *anonymous chat*, yaitu sebagai katarsis kejenuhan dan media menjalin relasi sosial; 2) pengalaman psikologis dalam pengungkapan diri, termasuk perasaan lega saat berbagi, munculnya sisi kepribadian yang berbeda, serta adanya batasan dalam menyampaikan informasi tertentu; 3) persepsi keamanan dan risiko, ketika anonimitas dianggap memberikan rasa aman, namun tetap disikapi kehati-hatian agar informasi pribadi tidak disalahgunakan. Penelitian ini membuktikan bahwa anonimitas dalam *chat* anonim Telegram mendukung pengungkapan diri yang lebih terbuka dalam berekspresi, namun harus disertai kontrol diri dan kesadaran terhadap risiko sosial di ruang digital.

Kata Kunci: anonimitas, pesan anonim, identitas, pengungkapan diri, telegram

ABSTRACT

This study explores users' experiences of self-disclosure on the anonymous chat platform Telegram. Using a qualitative approach and phenomenological method, data were collected through in-depth interviews with three participants who have used anonymous chat for at least three months, aged 21-25 years, consisting of two males and one female. All participants are university students and are willing to disclose their experiences in using the anonymous chat platform on Telegram. The data analysis technique used Miles & Huberman. The results showed three main themes: 1) motivations for using anonymous chat, namely as a catharsis of boredom and a medium for establishing social relationships; 2) psychological experiences in self-disclosure, including feelings of relief when sharing, the emergence of different sides of personality, and the existence of restrictions in conveying certain information; 3) perceptions of security and risk, where anonymity is considered to provide a sense of security, but it is still treated with caution so that personal information is not misused. This research shows that anonymity in Telegram anonymous chat supports more open self-disclosure in expression, but must be accompanied by self-control and awareness of social risks in the digital space.

Keywords: anonymous chat, anonymity, identity, self-Disclosure, Telegram

PENDAHULUAN

Lingkungan digital seperti media sosial dan *platform* kencan *online* menyediakan banyak peluang untuk berinteraksi, membangun, dan menjaga hubungan antara individu (Kim, 2011). Pengungkapan diri dalam interaksi *online* memiliki peran yang sama pentingnya dengan interaksi tatap muka dalam pengembangan hubungan (Arthadea & Pandrianto, 2021). Pengungkapan diri di *platform* sosial media kini telah menjadi aspek vital dari interaksi sosial individu. Ini mencakup cara seseorang menyampaikan pemikiran, gagasan, dan perasaan mereka kepada orang lain (Wheeless & Grotz, 2006). Pengungkapan diri ini mungkin melibatkan informasi tentang nilai-nilai, keyakinan, keinginan, dan perilaku individu (Ma et al., 2016). Media sosial memfasilitasi penyebaran informasi secara luas melalui pembaruan status secara tidak langsung, tetapi juga membawa risiko yang melekat dengan pengungkapan diri, terutama karena audiens yang tidak jelas (van der Schyff et al., 2023), dan kerentanan terhadap privasi, sehingga membatasi manfaat pengungkapan diri (Ho et al., 2018). Dalam konteks ini, pengungkapan diri *online* dapat dilakukan melalui aplikasi Telegram, yang menyediakan *anonymous chat* untuk berkomunikasi secara anonim tanpa mengungkapkan identitas.

Komunikasi anonim dianggap sebagai fitur penting dalam budaya internet. Dibandingkan dengan interaksi di kehidupan nyata, orang lebih cenderung mengekspresikan perasaan dan pikiran mereka yang sebenarnya secara *online* (Chen et al., 2016) karena pola komunikasi dan interaksi yang berbeda antara komunitas *online* dan dunia nyata (Yin, 2015). Komunikasi yang dimediasi oleh komputer mendorong pengungkapan pikiran daripada komunikasi tatap muka (Varnali & Toker, 2015). Di ruang anonim, individu dapat dengan bebas mengekspresikan perasaan mereka secara terbuka, mendorong pengungkapan diri yang lebih banyak (Christopherson, 2007). Hal ini menyebabkan munculnya fenomena pengungkapan diri yang unik, di mana individu merasa lebih bebas dalam berbagi, melampiaskan, dan mengekspresikan diri tanpa ada penilaian sosial yang biasa terjadi dalam interaksi langsung (Chen et al., 2016).

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian lain menyatakan bahwa anonimitas pada *platform chatting* seperti Telegram memberikan kebebasan kepada pengguna untuk berbagi pengalaman pribadi tanpa terikat pada identitas asli mereka (A. N. Joinson et al., 2010). Anonimitas memiliki potensi untuk mengubah cara individu memahami dan membentuk identitas mereka. Dalam situasi anonim, seseorang dapat merasa lebih bebas

untuk menjelajahi aspek yang lebih dalam dari identitas mereka atau untuk berkomunikasi dengan lebih jujur karena minimnya tekanan sosial (Kang et al., 2016). Keamanan dan privasi di dunia maya menjadi kekhawatiran utama, dan *chat* anonim seperti Telegram menawarkan proteksi lebih bagi pengguna dibanding *platform* konvensional. Studi yang dilakukan oleh A. Joinson et al. (2010) menunjukkan bahwa pengguna cenderung lebih nyaman berbagi informasi sensitif dalam lingkungan anonim karena merasa terlindungi dari penyalahgunaan data. Studi terbaru mengungkapkan bahwa 62% pengguna *chat* anonim merasa lebih aman dari ancaman seperti *cyberstalking* atau diskriminasi dibandingkan di platform teridentifikasi (Baruh et al., 2017).

Berdasarkan pemaparan di atas, meskipun telah banyak penelitian yang dilakukan untuk memperluas pemahaman tentang pengungkapan diri di *platform* media sosial yang umum digunakan, seperti *Twitter*, *Facebook*, dan *Instagram*. Namun masih terdapat kesenjangan yang signifikan dalam pemahaman tentang cara berkomunikasi anonim, khususnya melalui fitur *anonymous chat* di Telegram. Penelitian sebelumnya cenderung lebih memilih pendekatan kuantitatif, yang cenderung mengabaikan dimensi kualitatif yang kompleks dari pengalaman pengguna di dalam lingkungan anonim.

Selain itu, dampak khusus dari anonimitas terhadap pembentukan identitas dan hubungan interpersonal dalam konteks digital masih belum terungkap dengan baik. Dalam hal ini, penelitian bertujuan untuk memahami bagaimana pengguna merasakan, memaknai, dan merespons pengalaman pengungkapan diri mereka di ruang anonim Telegram. Studi ini juga memiliki implikasi penting terhadap pemahaman kita tentang konstruksi identitas, hubungan antarpribadi, serta peran anonimitas dalam konteks sosial dan psikologis. Dengan fokus pada aspek-aspek ini, penelitian fenomenologi tentang pengalaman pengungkapan diri di *platform anonymous chat* seperti Telegram dapat membuka pintu bagi pemahaman yang lebih mendalam tentang cara individu memahami, membentuk, dan mengekspresikan diri dalam ruang anonim digital.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologis. Penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna oleh beberapa individu atau sekelompok orang yang dianggap berasal dari masalah sosial (Cresswell, 2016). Pendekatan fenomenologis

bertujuan untuk menggali kesadaran individu berdasarkan pengalaman dari peristiwa yang terjadi di lingkungan (Kahija, 2017).

Penelitian ini melibatkan tiga orang partisipan yang direkrut menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria, yakni berusia 21-25 tahun, memiliki pengalaman menggunakan *anonymous chat* di Telegram lebih dari 3 bulan dan bersedia menceritakan pengungkapan diri dalam ruang anonim tersebut. Adapun data demografi partisipan ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. *Data Demografi Partisipan Penelitian*

	NK	AFF	XX
Domisili	Lombok	Malang	Banten
Pendidikan	S1	S1	S1
Usia	24	22	23
Jenis Kelamin	P	L	L
Durasi Penggunaan anonim chat	3 tahun	4 bulan	3 tahun

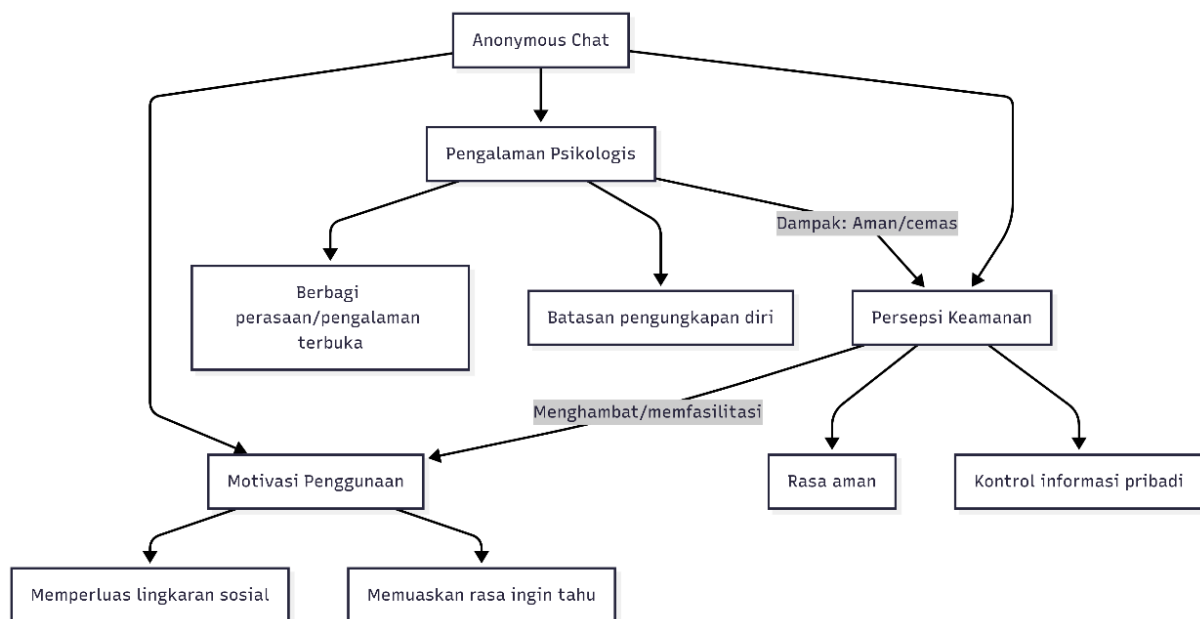
Informasi perekrutan disebarakan melalui poster digital yang diunggah di Telegram, Instagram dan WhatsApp. Sebelum wawancara dilakukan, partisipan akan menerima *informed consent* digital yang menjelaskan tujuan penelitian, hak partisipan (termasuk hak untuk mundur dari partisipasi kapan saja), jaminan kerahasiaan data, serta penggunaan kutipan anonim dalam publikasi penelitian.

Untuk mendapatkan data data utama dalam penelitian, peneliti menggunakan teknik wawancara mendalam. Panduan wawancara mencakup tema utama penelitian seperti motivasi, pengalaman, persepsi resiko dan keamanan, serta jenis informasi yang diungkapkan. Selama proses wawancara berlangsung, partisipan diberi kebebasan untuk tidak menjawab pertanyaan atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi. Adapun penggalan data dilakukan secara online, dengan detail *elicited-video conference-synchronus* melalui *google meet*. Penggalan data secara *online* dilakukan karena lokasi partisipan yang tidak memungkinkan untuk pertemuan secara langsung. Wawancara dilakukan sebanyak 2 kali dengan sesi pertama bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman umum dan narasi awal mengenai pengungkapan diri dalam chat anonym, dan sesi kedua untuk memperdalam temuan dari sesi pertama, mengkonfirmasi interpretasi awal peneliti serta memberikan ruang bagi partisipan untuk menambahkan informasi yang mungkin belum disampaikan sebelumnya.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik Miles and Huberman yang dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus hingga datanya jenuh. Analisis ini meliputi reduksi data, penyajian data serta penarikan kesimpulan dan verifikasi (Dull & Reinhardt, 2014).

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *chat* anonim di Telegram tidak hanya berfungsi sebagai *platform* untuk berinteraksi dan menghilangkan kebosanan, tetapi juga sebagai ruang untuk eksplorasi identitas dan pengungkapan diri yang lebih mendalam. Anonimitas berperan penting dalam menciptakan perasaan aman dan bebas tekanan, yang memungkinkan pengguna untuk berbagi informasi pribadi dan mengeksplorasi berbagai aspek kepribadian mereka, tetapi menyimpan risiko penyalahgunaan data atau informasi. Secara umum temuan ilustrasi tema-tema penelitian diilustrasikan pada gambar 1. Temuan sub-tema dan tema dapat dilihat pada tabel 2.



Gambar 1. Ilustrasi Tema-Tema Penelitian

Tabel 2. *Temuan tema-tema penelitian*

Tema Utama	Sub-Tema	Kutipan Partisipan	Interpretasi
Motivasi penggunaan Anonymous chat	Memperluas lingkaran sosial	<i>"Asik bertemu dengan orang baru dan memulai pembicaraan tanpa tau siapa orangnya." (NK270923:56)</i>	Chat anonim dimanfaatkan sebagai media bersosialisasi tanpa harus bertatap muka dan mengenal lawan bicara.
		<i>"Seneng aja bisa kenal banyak orang dari berbagai kota, jadi pandangan kita lebih luas gitu." (AFF280923:4)</i>	Fitur aplikasi juga memberikan akses ke jaringan sosial yang lebih luas dan beragam, memperkaya pengalaman sosial partisipan.
	Memuaskan rasa ingin tahu	<i>"Tapi karena supaya kita rasanya pernah ngelakuin dan menghilangkan kegabutan. Biar bahasa simpelnya untuknya nambah temen aja." (AFF280923:2)</i>	Keterlibatan partisipan berasal dari keingintahuan dan kebutuhan akan hiburan ketika waktu luang.
		<i>"Selain killing time, karena didorong rasa penasaran ya, untuk memuaskan rasa penasaran itu. Dia berlaku sebagai dopamin." (XX071023:22)</i>	Chat anonim juga dipersepsikan sebagai kegiatan santai untuk mengisi waktu kosong sekaligus bentuk eksplorasi sosial ringan.
Pengalaman psikologis dalam pengungkapan diri	Berbagi perasaan dan pengalaman secara terbuka	<i>"Menurutku, pengungkapan diri dalam chat anonim itu bisa berbagi perasaan ataupun pengalaman pribadi tanpa harus mengungkapkan siapa aku sebenarnya." (NK270923:40)</i>	Partisipan merasa bebas melakukan pengungkapan diri dalam chat anonim tanpa perlu mengungkapkan identitasnya.
		<i>"Bisa ngobrol apapun dan dengan siapapun tanpa takut dijudge, jadi ya informasi apapun yang kita sampaikan baik itu benar maupun salah tidak akan berdampak apapun." (AFF011023:47)</i>	Pengguna merasa lebih bebas untuk melakukan pengungkapan diri tanpa rasa takut akan penilaian atau konsekuensi. Hal ini memberikan mereka ruang untuk mengekspresikan berbagai aspek dari kepribadian mereka yang mungkin tidak mereka ungkapkan dalam interaksi tatap muka.
	Batasan pengalaman yang diungkapkan	<i>"Kalau aku jarang banget bukan jarang sudah paham pasti gak ungkapkan identitas yang pertama. Kedua, aku akan menceritakan berbagai pengalaman dan topik." (XX071023:8)</i>	Partisipan menunjukkan kesadaran tinggi terhadap batasan identitas pribadi. Ia memisahkan antara pengalaman yang bisa dibagikan dan informasi yang bersifat privat.

		<i>"bagiku orang anonim harus tetap anonim, mereka pun boleh percaya atau tidak dengan ceritaku. Jadi ya aku hanya mengungkapkan cerita pengalaman pribadi yang bisa didiskusikan. Tapi tidak dengan informasi pribadi dan keluargaku" (NK290923:57)</i>	Partisipan menekankan pentingnya menjaga anonimitas, baik bagi dirinya maupun lawan bicara. Ia hanya membagikan pengalaman yang relevan untuk diskusi, tanpa menyentuh aspek personal yang sensitif seperti informasi keluarga.
Persepsi keamanan dan risiko	Rasa aman	<i>"Karena di bot kita tetap anonim, tidak tau siapa dan bagaimana tampilan satu sama lain sehingga saya merasa aman, semua identitas saya aman." (NK270923: 39)</i>	Partisipan merasa bahwa fitur anonimitas memberi perlindungan psikologis karena tidak ada keterkaitan identitas personal, sehingga dapat berbicara lebih bebas dan nyaman.
		<i>"Perasaan saya bercampur aduk soalnya banyak orang yang begitu. Tergantung kita sih sebenarnya, ada yang bisa sisi buruk kita atau ngebacot keluar. Ada sisi lembut kita keluar, jadi banyak kepribadian kita yang keluar." (NK290923:61)</i>	Partisipan menyampaikan bahwa interaksi dalam ruang anonim memunculkan berbagai sisi dari diri mereka, termasuk sisi negatif (seperti "ngebacot") maupun sisi positif atau lembut. Ini menunjukkan adanya fleksibilitas identitas dan ekspresi diri yang lebih bebas di ruang anonim, karena tidak ada tekanan sosial dari identitas nyata.
	Informasi pribadi yang diungkapkan demi menghindari penyalahgunaan informasi	<i>"Kan kita bebas ya cerita apa aja, bahas apapun bahkan kita bisa memalsukan beberapa data yang kita sampaikan, karena ya mereka ngga kenal kita siapa jadi ya data pribadi itu aman." (AFF011023:52)</i>	Partisipan merasa memiliki kendali penuh atas informasi yang dibagikan di ruang anonim. Kemungkinan memalsukan data menjadi bentuk perlindungan diri agar identitas tetap tersembunyi dan terhindar dari risiko.
		<i>"untuk informasi pribadi kayak umur asli, nama dan tempat tinggal itu kita ga berani ngasi tau soalnya kan gatau orang aslinya gimana, salah-salah malah disebar atau kita ditipu kan." (XX290923:57)</i>	Partisipan menunjukkan kewaspadaan terhadap potensi ancaman, seperti penipuan atau penyebaran data, sehingga membatasi pengungkapan informasi yang sifatnya identitas personal.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan akun *anonymous chat* di Telegram melayani berbagai tujuan yang mendalam bagi penggunanya. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *platform* anonim sering digunakan untuk tujuan sosial dan psikologis (Chen et al., 2016). Pengguna sering menggunakan *chat* anonim sebagai cara untuk mengisi waktu luang dan mengeksplorasi

minat baru. Temuan ini mencerminkan fungsi hiburan dari *chat* anonim yang serupa dengan apa yang ditemukan dalam penelitian oleh Christopherson (2007), yang menunjukkan bahwa anonimitas dapat meningkatkan keterlibatan pengguna dengan *platform* digital. Dengan menggunakan *chat* anonim, pengguna dapat menjauh dari rutinitas sehari-hari mereka dan menikmati interaksi yang baru dan menarik. Sejalan dengan studi Nawala Education (2024) yang menemukan bahwa 60% pengguna Telegram memanfaatkan fitur *anonymous chat* untuk menghindari kejenuhan rutinitas.

Temuan ini menunjukkan bahwa pengguna memanfaatkan *chat* anonim untuk memperluas lingkaran sosial mereka. Ini mendukung teori bahwa ruang anonim dapat berfungsi sebagai arena bagi individu untuk membangun hubungan baru tanpa batasan sosial yang ada dalam interaksi tatap muka (Kartika Fitri & Irwansyah, 2023). Pengguna memanfaatkan *anonymous chat* Telegram untuk memenuhi kebutuhan afiliasi sosial tanpa tekanan norma interpersonal, seperti hasil studi Nisaulfitri dan Alamiyah (2023) yang mengungkapkan bahwa fitur anonim memungkinkan pengguna untuk berinteraksi tanpa beban identitas, sehingga lebih mudah membangun hubungan baru dan mengeksplorasi topik pembicaraan yang beragam. Temuan ini mendukung teori bahwa ruang anonim dapat berfungsi sebagai arena bagi individu untuk membangun hubungan baru tanpa batasan sosial yang ada dalam interaksi tatap muka (Municha Ariyanti et al., 2024). Oleh karena itu, interaksi anonim memungkinkan pengguna untuk menjalin komunikasi dengan orang yang tidak dikenal sebelumnya untuk membuka peluang membentuk koneksi baru yang tidak terjadi dalam konteks sosial yang lebih terbatas.

Selanjutnya, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa anonimitas dalam *chat* anonim memungkinkan pengguna untuk melakukan pengungkapan diri yang lebih terbuka dan mendalam. Ini mencerminkan fenomena di mana individu merasa lebih bebas untuk berbagi informasi pribadi dan mengekspresikan berbagai aspek dari kepribadian mereka dalam ruang anonim. Temuan ini menunjukkan bahwa anonimitas memfasilitasi pengungkapan diri yang lebih terbuka dikarenakan individu cenderung merasa terbebas dari resiko penilaian sosial dan stigma yang seringkali menghambat keterbukaan dalam interaksi tatap muka. Sesuai dengan Teori Identitas sosial yang dikemukakan oleh Tajfel & Turner (1979) yang mengungkapkan bahwa anonimitas memisahkan identitas personal dari identitas sosial, sehingga individu tidak terikat pada peran atau kelompok tertentu. Kebebasan ini memungkinkan eksplorasi identitas yang

lebih fleksibel, termasuk aspek kepribadian yang selama ini tertekan. Hal ini diperkuat oleh penelitian oleh Pramesti & Dewi (2022) yang menyatakan bahwa anonimitas dapat meningkatkan keterbukaan dalam komunikasi, tanpa kekhawatiran tentang identitas yang diungkapkan, pengguna merasa lebih nyaman untuk berbagi perasaan dan pengalaman pribadi. Kemudian Varnali dan Toker (2015) dalam studinya menyatakan bahwa anonimitas mengurangi kekhawatiran akan presentasi diri sebagai upaya pengelolaan citra diri. Hal ini mendorong pengguna lebih fokus pada ekspresi diri daripada mematuhi norma sosial. Kondisi ini memungkinkan untuk mengekspresikan diri secara lebih jujur dan terbuka dibandingkan dengan interaksi tatap muka.

Anonimitas juga memberikan kebebasan dari penilaian sosial yang sering kali membatasi pengungkapan diri dalam konteks tatap muka. Temuan ini mendukung teori bahwa anonimitas dapat mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan kebebasan berbicara (van der Schyff et al., 2023). Pengguna merasa bahwa mereka dapat berbagi informasi dan perasaan tanpa takut akan dampak negatif atau penilaian dari orang lain, yang memungkinkan mereka untuk lebih bebas dalam mengekspresikan diri. Anonimitas juga memungkinkan pengguna untuk bereksperimen dengan identitas dan informasi yang mereka sampaikan, sesuai dengan pandangan bahwa ruang anonim menawarkan kebebasan untuk mengeksplorasi berbagai sisi kepribadian (Arthadea & Pandrianto, 2021). Temuan ini mendukung pandangan bahwa lingkungan anonim memungkinkan pengguna untuk mengekspresikan diri tanpa kekhawatiran akan penilaian atau dampak negatif (Ho et al., 2018). Ini mendukung teori bahwa anonimitas dapat mengurangi ketegangan dalam komunikasi dan memungkinkan ekspresi diri yang lebih alami (Sari, 2018). Kebebasan ini memungkinkan pengguna untuk berbagi berbagai aspek dari diri mereka tanpa merasa tertekan oleh norma sosial atau risiko reputasi. Pengguna merasa bahwa anonimitas menciptakan lingkungan yang lebih santai dan bebas tekanan. Lingkungan ini memberikan ruang bagi pengguna untuk mengeksplorasi dan menampilkan berbagai sisi dari kepribadian mereka tanpa merasa tertekan.

Rasa aman yang diberikan oleh anonimitas memainkan peran kunci dalam mendorong pengguna untuk membuka diri dan berbagi informasi pribadi. Temuan ini sejalan dengan teori bahwa keamanan psikologis merupakan faktor penting dalam pengungkapan diri (Chen et al., 2016). Anonimitas menciptakan rasa aman karena identitas pengguna tidak diketahui oleh orang lain. Suler (2004) menjelaskan bahwa

anonimitas mengurangi inhibisi sosial sehingga meningkatkan pengungkapan diri secara signifikan, terutama pada generasi muda. Selain itu, Ma et al. (2016) menemukan bahwa anonimitas menyediakan saluran yang aman bagi individu untuk mengekspresikan diri tanpa takut merusak citra diri atau hubungan sosial, sehingga memfasilitasi keterbukaan yang lebih besar. Didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa anonimitas dapat mengurangi kekhawatiran tentang pengungkapan identitas dan meningkatkan kenyamanan dalam berbagi informasi pribadi (Hanifah & Rozi, 2022). Dengan demikian, anonimitas tidak hanya memberikan rasa aman psikologis, tetapi juga menjadi faktor penting yang memungkinkan individu merasa nyaman dalam berbagi informasi pribadi secara lebih bebas dan mendalam di ruang online

Meskipun pengguna merasakan adanya rasa aman secara emosional, tetapi kekhawatiran privasi informasi menjadi salah satu isu yang dihadapi pengguna *anonymous chat* Telegram. Meskipun anonimitas memfasilitasi keterbukaan, pengguna tetap menerapkan batasan tertentu dalam pengungkapan diri untuk melindungi privasi dan menghindari risiko penyalahgunaan informasi, menunjukkan bahwa kebebasan berekspresi di ruang anonim tetap dibarengi dengan manajemen risiko yang hati-hati (Febriana, 2024). Media sosial memfasilitasi penyebaran informasi secara luas melalui pembaruan status secara tidak langsung, tetapi juga membawa risiko yang melekat dengan pengungkapan diri, terutama karena audiens yang tidak jelas (van der Schyff et al., 2023), dan kerentanan terhadap privasi, sehingga membatasi manfaat pengungkapan diri (Ho et al., 2018). Meskipun pengguna dapat terus menikmati berbagai fungsi dari aplikasi atau web, kekhawatiran privasi informasi semakin meningkat (Liu et al., 2005). Studi sebelumnya menunjukkan bahwa pengguna dengan kekhawatiran privasi informasi yang lebih tinggi cenderung menunjukkan minat yang lebih rendah untuk mengungkapkan informasi pribadi mereka di platform yang menyediakan layanan informasi (Jiang et al., 2013). Persepsi terhadap risiko menjadi faktor yang memengaruhi keputusan pengguna mengungkapkan informasi pribadi (Chang et al., 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini membuktikan bahwa *chat* anonim di Telegram memiliki berbagai manfaat yang signifikan. Penggunaan *chat* anonim tidak hanya berfungsi untuk menghilangkan kebosanan dan memenuhi rasa ingin tahu, tetapi juga sebagai alat untuk

memperluas jaringan sosial dan mengeksplorasi pengalaman baru. Anonimitas yang ditawarkan oleh *platform* ini memungkinkan pengguna untuk melakukan pengungkapan diri dengan lebih terbuka dan mendalam. Pengguna merasa lebih bebas untuk mengekspresikan berbagai aspek dari kepribadian mereka tanpa khawatir akan penilaian sosial atau dampak negatif. Perasaan aman yang diciptakan oleh anonimitas berperan penting dalam mendorong pengguna untuk berbagi perasaan dan pengalaman pribadi, serta menjelajahi identitas mereka dengan lebih mendalam. Namun, sifat anonim juga menyimpan potensi kerugian, seperti meningkatnya risiko penyebaran informasi palsu, pelecehan, hingga pelemahan batasan etis dalam komunikasi.

Peneliti melihat bahwa fenomena *chat* anonim akan terus berkembang seiring meningkatnya kebutuhan akan ruang aman psikologis di dunia digital. Dengan semakin banyaknya individu yang mengalami tekanan sosial dan kesulitan akses ke dukungan psikologis formal, ruang-ruang anonim dapat menjadi alternatif sementara, terutama bagi kelompok yang terstigma atau belum siap melakukan konseling terbuka. Mengacu pada potensi risiko privasi dalam ruang anonim, penting bagi pengguna untuk memiliki pemahaman lebih baik mengenai literasi digital yang berkaitan dengan risiko penggunaan platform anonim. Selain itu, institusi pendidikan dapat mengembangkan panduan penggunaan bot *anonymous chat* yang dirancang untuk pelajar.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji hubungan antara durasi penggunaan *chat* anonim dan efek psikologis jangka panjang, serta melibatkan pendekatan kuantitatif untuk melihat sejauh mana keterbukaan diri dalam ruang anonim berdampak pada kesejahteraan individu. Dikarenakan dalam penelitian ini komposisi gender tidak seimbang, maka diperlukan eksplorasi apakah ada perbedaan pola pengungkapan diri antar gender.

DAFTAR PUSTAKA

- Arthadea, C. T. E., & Pandrianto, N. (2021a). What Does the Girls Say in Social Media (A Study of Self-Disclosure on Instagram @RahasiaGadis). *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)*, 570(Icebsh), 842–848. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.133>
- Baruh, L., Secinti, E., & Cemalcilar, Z. (2017). Online Privacy Concerns and Privacy Management: A Meta-Analytical Review. *Journal of Communication*, 67(1), 26–53. <https://doi.org/10.1111/jcom.12276>

- Chang, Y., Wong, S. F., Libaque-Saenz, C. F., & Lee, H. (2018). The role of privacy policy on consumers' perceived privacy. *Government Information Quarterly*, 35(3), 445–459. <https://doi.org/10.1016/j.giq.2018.04.002>
- Chen, X., Li, G., Hu, Y. Di, & Li, Y. (2016). How anonymity influence self-disclosure tendency on Sina Weibo: An empirical study. *Anthropologist*, 26(3), 217–226. <https://doi.org/10.1080/09720073.2016.11892151>
- Christopherson, K. M. (2007). The positive and negative implications of anonymity in Internet social interactions: "On the Internet, Nobody Knows You're a Dog." *Computers in Human Behavior*, 23(6), 3038–3056. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2006.09.001>
- Cresswell, J. W. (2016). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (4th ed.). Pustaka Belajar.
- Dull, E., & Reinhardt, S. P. (2014). An analytic approach for discovery. In *CEUR Workshop Proceedings* (Vol. 1304, pp. 89–92).
- Febriana. (2024). Fenomena Komunikasi Virtual Anonim dalam Melakukan Self Disclosure (Studi Fenomenologi pengguna Voisa.APP). *Persuasi (Jurnal Tugas Akhir Mahasiswa Ilmu Komunikasi)*. Vol 1, No 1. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/psik/article/download/12706/6950>
- Hanifah, I., & Rozi, F. (2022). Pengaruh Anonimitas Dan Online Disinhibition Terhadap Kesehatan Mental Positif Pada Pengguna Media Sosial (Whatsapp, Instagram, Facebook, Tik-Tok). In *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* (Vol. 8, Issue 1).
- Ho, A., Hancock, J., & Miner, A. S. (2018a). Psychological, relational, and emotional effects of self-disclosure after conversations with a chatbot. *Journal of Communication*, 68(4), 712–733. <https://doi.org/10.1093/joc/jqy026>
- Jiang, Z. (Jack), Heng, C. S., & Choi, B. C. F. (2013). Privacy Concerns and Privacy-Protective Behavior in Synchronous Online Social Interactions. *Information Systems Research*, 24(3), 579–595. <https://doi.org/10.1287/isre.1120.0441>
- Joinson, A. N., Reips, U. D., Buchanan, T., & Schofield, C. B. P. (2010). Privacy, trust, and self-disclosure online. *Human-Computer Interaction*, 25(1), 1–24. <https://doi.org/10.1080/07370020903586662>
- Kahija, Y. F. L. (2017). *Penelitian fenomenologis: Jalan memahami pengalaman hidup* (Cetakan ke-5). PT Kanisius. <https://penalaran-unm.org/penelitian-fenomenologi/>
- Kang, R., Dabbish, L., & Sutton, K. (2016). Strangers on your phone: Why people use anonymous communication applications. *Proceedings of the ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work, CSCW*, 27, 359–370. <https://doi.org/10.1145/2818048.2820081>
- Kartika Fitri, D., & Irwansyah, I. (2023). Pembentukan Self-Disclosure Pengguna Dating Apps Tinder Dalam Komunikasi Interpersonal Untuk Menemukan Pasangan Hidup. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 4(1), 47–59. <https://doi.org/10.36418/jiss.v4i1.761>
- Kim, J., & Dindia, K. (2011). Online self-disclosure: A review of research. In K. B. Wright & L. M. Webb (Eds.), *Computer-mediated communication in personal relationships* (pp. 158–180). Peter Lang Publishing.
- Liu, C., Marchewka, J. T., Lu, J., & Yu, C.-S. (2005). Beyond concern—a privacy-trust-behavioral intention model of electronic commerce. *Information & Management*, 42(2), 289–304. <https://doi.org/10.1016/j.im.2004.01.003>

- Ma, X., Hancock, J., & Naaman, M. (2016). Anonymity, intimacy and self-disclosure in social media. *Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings*, 3857–3869. <https://doi.org/10.1145/2858036.2858414>
- Municha Ariyanti, Ratnaningrum Z.D, & Moch. Ichdah Hayau Lailin. (2024). Komunikasi Tanpa Nama yang Jujur dan Terbuka: Studi Kasus pada Akun @Komunitasmaunangisaja di Twitter (X). *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 112–127. <https://doi.org/10.47861/tuturan.v2i4.1236>
- Nawala Education. (2024). Anonimitas dan kebebasan berpendapat di media sosial. *Journal of Dialogos*, 1(2), 1–9. <https://nawalaeducation.com/index.php/IOD/article/view/234>
- Nisaulfitri & Alamiyah (2023). Komunikasi *Hypersonal* ddalam Chatting Anonim Pengguna Bot Anonymous chat di Telegram. *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*. Vol 6, No 11. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i11.3182>
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33–47). Brooks/Cole.
- Pramesti, C. S. L., & Dewi, D. K. (2022). PENGARUH ANONIMITAS TERHADAP SELF DISCLOSURE PADA GENERASI Z DI TWITTER Cintania Syaeischa Lyan Pramesti Damajanti Kusuma Dewi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 51(64).
- van der Schyff, K., Foster, G., Renaud, K., & Flowerday, S. (2023a). Online Privacy Fatigue: A Scoping Review and Research Agenda. In *Future Internet* (Vol. 15, Issue 5). MDPI. <https://doi.org/10.3390/fi15050164>
- Varnali, K., & Toker, A. (2015). Self-disclosure on social networking sites. *Social Behavior and Personality*, 43(1), 1–14. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.1.1>
- Wheless, L. R., & Grotz, J. (2006). Conceptualization and measurement of reported self-disclosure. *Human Communication Research*, 2(4), 338–346. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00494.x>