Indo Green Journal
https://idngreen.com/index.php/green

e-ISSN: 3025 – 4574, p-ISSN: 3025 – 2679
Volume 4 Nomor 4 Tahun 2026
Halaman: 548 – 554

RESEARCH ARTICLE

Pemaknaan Fenomena Oversharing di Media Sosial Instagram pada Kalangan Mahasiswa Uin Raden Fatah Palembang

Erlina Ardilah SA[1], Tara Sabrina[2], Arifa Maulida M[3], Aryanti Putri Ramadhani[4], Abdur Razzaq[5]
Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, UIN Raden Fatah Palembang, Indonesia

24051410211@radenfatah.ac.id[1], tarasabrina_24051410214@radenfatah.ac.id[2], 24011410067_uin@radenfatah.ac.id[3], aryantiputriramadhani_24011410031@radenfatah.ac.id[4], abdurrazzaq_uin@radenfatah.ac.id[5]

Kata Kunci:
Oversharing, Instagram, Mahasiswa, Pemaknaan, Fenomenologi

Abstrak

Perkembangan media sosial instagram mendorong mahasiswa untuk mengekspresikan diri dan membagikan pengalaman pribadi secara terbuka. Namun, keterbukaan tersebut dapat mengarah pada perilaku *oversharing,* yaitu membagikan informasi pribadi secara berlebihan tanpa mempertimbangkan batas privasi dan dampaknya. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pemaknaan fenomena *oversharing* di instagram pada kalangan mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Informan penelitian berjumlah 10 mahasiswa aktif yang menggunakan instagram, dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola makna berdasarkan pengalaman informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memaknai *oversharing* sebagai bentuk ekspresi diri, pelepasan emosi, pencarian respons atau validasi sosial, serta upaya membangun citra diri. Dalam praktiknya, mahasiswa berusaha membatasi informasi pribadi melalui fitur *close friends* dan seleksi konten, meskipun batas privasi terkadang menjadi kabur akibat kebiasaan berbagi. Mahasiswa juga menyadari risiko penyesalan setelah mengunggah konten dan kemungkinan penyebaran informasi pribadi. Selain itu, nilai-nilai keagamaan turut menjadi pertimbangan dalam menentukan informasi yang layak dibagikan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemaknaan *oversharing* dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, interaksi sosial, fitur instagram, respons audiens, dan nilai keagamaan. Temuan ini menunjukkan pentingnya peningkatan literasi digital dan penerapan etika komunikasi berbasis nilai islam dalam penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa.

Keyword:
Oversharing, Instagram, University Students, Meaning, Phenomenology

Abstract

The development of Instagram as a social media platform encourages students to express themselves and share personal experiences openly. However, such openness can lead to oversharing behavior, which refers to the excessive disclosure of personal information without considering privacy boundaries and its potential consequences. This study aims to understand the meaning of the oversharing phenomenon on Instagram among students of UIN Raden Fatah Palembang. This study employs a qualitative approach with a phenomenological design. The research informants consist of 10 active university students who use Instagram, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and observation, then analyzed using thematic analysis to identify patterns of meaning based on the informants' experiences. The findings indicate that students interpret oversharing as a form of self-expression, emotional release, a search for social responses or validation, and an effort to construct self-image. In practice, students attempt to limit the disclosure of personal information through the Close Friends feature and content selection, although privacy boundaries sometimes become blurred due to habitual sharing. Students are also aware of the risk of regret after uploading content and the possibility of personal information being disseminated beyond their intended audience. Furthermore, religious values also serve as a consideration in determining what information is appropriate to share. This study concludes that the meaning of oversharing is influenced by personal experiences, social interactions, Instagram features, audience responses, and religious values. These findings highlight the importance of improving digital literacy and implementing Islamic values-based communication ethics in social media use among university students.

Information Production:
© 2026 *by the authors of this article. This work is licensed under an Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah pola interaksi sosial masyarakat, khususnya di kalangan generasi muda. Kehadiran media sosial tidak lagi hanya berfungsi sebagai sarana

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

komunikasi, tetapi juga menjadi ruang untuk membangun identitas diri, berbagi pengalaman, dan memperoleh pengakuan sosial. Salah satu platform yang banyak digunakan oleh mahasiswa adalah Instagram karena menyediakan berbagai fitur yang memungkinkan pengguna menampilkan aktivitas, perasaan, serta pandangan pribadi secara cepat dan luas. Fenomena ini mendorong munculnya praktik *self-disclosure* atau keterbukaan diri dalam ruang digital (Pribadi et al., 2025).

Dalam perkembangannya, keterbukaan diri di media sosial seringkali mengarah pada perilaku *oversharing*, yaitu kecenderungan membagikan informasi pribadi secara berlebihan tanpa mempertimbangkan batas privasi maupun dampak yang mungkin ditimbulkan. Dalam konteks media sosial, pengungkapan diri menjadi lebih mudah dilakukan karena pengguna memiliki akses untuk membagikan berbagai bentuk informasi kepada khalayak yang luas melalui foto, video, caption, reels, maupun fitur story. Di kalangan mahasiswa, perilaku ini sering muncul karena kebutuhan untuk mengekspresikan diri, memperoleh validasi sosial, membangun citra diri, serta mempertahankan eksistensi di lingkungan digital (Elaine et al., 2022).

Instagram menjadi platform yang relevan untuk mengkaji fenomena tersebut karena karakteristiknya yang berorientasi pada visual dan interaksi sosial. Instagram telah berkembang menjadi media penting bagi mahasiswa dalam mengekspresikan diri, membangun identitas digital, serta mengelola citra diri di hadapan audiens online. Tingkat keterbukaan diri mahasiswa dipengaruhi oleh kebutuhan untuk mendapatkan respons sosial, membangun hubungan dengan orang lain, dan menampilkan identitas yang diinginkan (Ode et al., 2025). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memanfaatkan Instagram sebagai ruang ekspresi diri melalui unggahan foto, video, story, maupun akun kedua *(second account)* yang dianggap lebih aman untuk mengungkapkan perasaan dan pengalaman pribadi. Intensitas penggunaan Instagram yang tinggi turut mendorong meningkatnya praktik keterbukaan diri dan pencarian validasi sosial melalui respon pengguna lain (Nabila, 2025).

Dalam perkembangannya, praktik *self-disclosure* yang dilakukan secara berlebihan melahirkan fenomena yang dikenal sebagai *oversharing*. Perilaku ini banyak ditemukan pada pengguna media sosial, khususnya generasi muda yang menjadikan Instagram sebagai ruang ekspresi diri dan sarana memperoleh pengakuan sosial. Mahasiswa seringkali membagikan pengalaman pribadi, masalah akademik, kondisi emosional, hingga persoalan hubungan interpersonal sebagai bagian dari aktivitas komunikasi digital mereka. Perilaku *oversharing* mahasiswa didorong oleh motif sosial, ekonomi, dan keagamaan. Motif sosial menjadi faktor yang paling dominan karena berkaitan dengan kebutuhan memperoleh perhatian, umpan balik, pengakuan, serta pembentukan citra diri di media sosial (Febriana et al., 2023).

Untuk memahami fenomena tersebut, Teori Dramaturgi yang dikemukakan oleh Erving Goffman digunakan sebagai landasan analisis. Teori ini menjelaskan bahwa kehidupan sosial menyerupai sebuah pertunjukan, dimana individu berusaha menampilkan citra tertentu kepada audiens. Dalam media sosial, pengguna Instagram berperan sebagai aktor yang secara sadar mengelola kesan melalui konten yang mereka unggah. Batas antara kehidupan pribadi dan ruang publik menjadi semakin kabur ketika pengguna mulai membagikan informasi yang sangat personal kepada publik. Fenomena *oversharing* menunjukkan adanya perluasan ruang pertunjukan diri, dimana pengalaman pribadi yang sebelumnya berada pada wilayah privat dipindahkan ke ruang publik digital. Penelitian mengenai *oversharing* di Instagram menunjukkan bahwa perilaku tersebut seringkali dilakukan untuk memperoleh perhatian, validasi sosial, dan pengakuan dari lingkungan sosial digital (Prastiyo et al., 2024).

Selain itu, Teori Interaksi Simbolik juga relevan digunakan untuk memahami bagaimana mahasiswa memaknai perilaku *oversharing*. Menurut teori ini, makna terbentuk melalui proses interaksi sosial. Dalam media sosial, simbol-simbol seperti unggahan, komentar, likes, emoji, dan fitur interaktif lainnya menjadi sarana pembentukan makna. Mahasiswa tidak hanya mengunggah informasi pribadi, tetapi juga memberikan makna tertentu terhadap tindakan tersebut berdasarkan pengalaman dan interaksi yang mereka alami. Oleh karena itu, pemaknaan terhadap *oversharing* dapat berbeda pada setiap individu karena dipengaruhi oleh pengalaman sosial, lingkungan pergaulan, dan tujuan penggunaan media sosial.

Instagram sebagai media komunikasi digital juga menyediakan berbagai fitur yang mendukung praktik keterbukaan diri, seperti *second account* dan *close friends*. Akun kedua *(second account)* sering digunakan sebagai tempat untuk mengekspresikan emosi secara lebih bebas karena audiensnya lebih terbatas dan dianggap lebih terpercaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa memiliki kebutuhan untuk melakukan *self-disclosure*, mereka tetap berusaha mengelola batas privasi yang dimiliki (Syafrina & Chusniyah, 2025).

Berdasarkan berbagai penelitian terdahulu, sebagian besar kajian masih berfokus pada motif *oversharing*, perilaku *self-disclosure*, penggunaan *second account*, serta pengelolaan identitas digital di Instagram. Penelitian-penelitian tersebut umumnya menjelaskan alasan seseorang melakukan keterbukaan diri

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Namun, kajian yang secara khusus mengeksplorasi bagaimana mahasiswa memaknai fenomena *oversharing* berdasarkan pengalaman subjektif mereka masih relatif terbatas.

Selain itu, belum banyak penelitian yang secara spesifik dilakukan pada mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. Padahal, mahasiswa pada perguruan tinggi berbasis keislaman memiliki karakteristik sosial, budaya, dan nilai religius yang dapat memengaruhi cara mereka memahami serta memaknai perilaku *oversharing* di media sosial. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada fokus kajiannya yang menempatkan pemaknaan mahasiswa sebagai pusat analisis, bukan hanya perilaku atau motif *oversharing*. Penelitian ini juga berupaya memahami bagaimana mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang menafsirkan aktivitas *oversharing* di Instagram dalam kaitannya dengan identitas diri, kebutuhan validasi sosial, hubungan interpersonal, dan nilai-nilai yang mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan memahami pemaknaan fenomena *oversharing* di media sosial Instagram pada kalangan mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai alasan, pengalaman, serta makna yang dibangun mahasiswa dalam melakukan *oversharing*, sehingga dapat memperkaya kajian komunikasi digital, *self-disclosure*, dan perilaku media sosial di kalangan mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian ini bertujuan memahami dan mengungkap makna pengalaman subjektif mahasiswa terkait fenomena *oversharing* di media sosial Instagram. Penelitian fenomenologi berfokus pada pengalaman hidup *(lived experience)* individu dan bagaimana individu tersebut memaknai suatu fenomena yang mereka alami secara langsung. Melalui pendekatan ini, peneliti berusaha menggali esensi pengalaman mahasiswa dalam melakukan maupun menyaksikan praktik *oversharing* di Instagram sehingga diperoleh pemahaman yang mendalam mengenai makna yang mereka konstruksikan terhadap fenomena tersebut. Penelitian fenomenologi dinilai relevan untuk mengeksplorasi pengalaman sosial yang kompleks karena memungkinkan peneliti memahami realitas dari sudut pandang partisipan yang mengalami fenomena secara langsung (Leswarie et al., 2025).

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang yang menggunakan media sosial Instagram secara aktif. Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria partisipan meliputi: mahasiswa aktif UIN Raden Fatah Palembang, memiliki akun Instagram aktif minimal satu tahun, menggunakan Instagram secara rutin, pernah melakukan atau menyaksikan praktik *oversharing* di Instagram, dan bersedia menjadi informan penelitian. Penelitian ini melibatkan sekitar 5-10 informan. Dengan pendekatan fenomenologi peneliti lebih menekankan kualitas dan kedalaman pengalaman informan dibandingkan jumlah sampel yang besar (Alhazmi & Alhazmi, 2022).

Untuk membantu proses pengumpulan data, peneliti menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur yang berisi pertanyaan-pertanyaan terbuka mengenai pengalaman informan menggunakan Instagram, pandangan mereka terhadap *oversharing*, alasan melakukan perilaku tersebut, serta makna yang mereka berikan terhadap fenomena *oversharing* dalam kehidupan sehari-hari. Dengan wawancara mendalam memungkinkan peneliti menggali pengalaman personal dan makna subjektif yang dimiliki informan secara lebih komprehensif (Armezzani & Zamengo, 2024).

Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara mendalam *(in-depth interview)* dan observasi. Wawancara mendalam dilakukan secara tatap muka maupun online sesuai kesepakatan dengan informan. Wawancara bersifat semi-terstruktur sehingga memungkinkan peneliti mengembangkan pertanyaan lanjutan berdasarkan jawaban informan. Teknik ini dipilih karena merupakan metode utama dalam penelitian fenomenologi untuk memperoleh deskripsi mendalam mengenai pengalaman hidup informan terhadap suatu fenomena. Observasi dilakukan terhadap aktivitas informan di Instagram yang berkaitan dengan fenomena *oversharing,* seperti unggahan feed, story, reels, maupun bentuk interaksi lainnya yang relevan dengan fokus penelitian. Observasi bertujuan melengkapi data hasil wawancara sehingga peneliti memperoleh pemahaman yang lebih utuh mengenai konteks pengalaman informan.

Analisis data dilakukan secara bertahap dengan menggunakan Analisis Tematik yang disesuaikan dengan pendekatan fenomenologi. Analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi pola makna dan tema-tema yang muncul dari pengalaman informan mengenai fenomena *oversharing* di Instagram. Pendekatan ini banyak digunakan dalam penelitian fenomenologi karena mampu mengungkap makna esensial dari pengalaman yang dialami individu (Suhadi et al., 2026).

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

Tahapan analisis data meliputi: mengubah hasil rekaman wawancara ke dalam bentuk teks secara verbatim, memahami pengalaman informan secara menyeluruh untuk memperoleh gambaran umum mengenai fenomena yang diteliti, mengidentifikasikan pernyataan-pernyataan penting yang berkaitan dengan pengalaman *oversharing,* mengelompokkan kode-kode yang memiliki kesamaan makna menjadi beberapa tema utama, menafsirkan tema-tema yang muncul untuk menemukan esensi pengalaman informan terkait fenomena *oversharing,* dan menyusun hasil penelitian dalam bentuk narasi yang menggambarkan makna fenomena berdasarkan pengalaman seluruh informan. Tahapan ini sejalan dengan prosedur analisis fenomenologi yang mencakup identifikasi unit makna, pengelompokan tema, deskripsi tekstural, dan sintesis makna pengalaman.

Keabsahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui Teknik triangulasi sumber, triangulasi metode, dan member check. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari beberapa informan, sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara dan observasi. Member check dilakukan dengan meminta informan meninjau Kembali hasil wawancara dan interpretasi peneliti untuk memastikan kesesuaian makna yang dimaksud. Selain itu, penelitian juga menerapkan prinsip *credibility, transferability, dependability,* dan *confirmability* untuk menjamin kualitas hasil penelitian (Sabilla & Prasetyawan, 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 10 mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang yang aktif menggunakan Instagram. Reduksi data hasil wawancara disajikan pada Tabel 1. Hasil wawancara menunjukkan bahwa *oversharing* dimaknai secara beragam. Sebagian informan memandang Instagram sebagai ruang untuk mengekspresikan diri dan membagikan pengalaman sehari-hari, sedangkan sebagian lain mulai mempertimbangkan batas privasi sebelum mengunggah sesuatu. Pemaknaan tersebut dipengaruhi oleh kebutuhan emosional, respons audiens, fitur *platform*, pertimbangan citra diri, dan nilai agama.

Tabel 1. Reduksi Data Hasil Wawancara

Informan	Kutipan Wawancara	Kode	Tema
"N" Fakultas Dakwah dan Komunikasi	"Biasanya saya *upload* kegiatan sehari-hari di *story*, misalnya lagi kuliah, nongkrong, atau pergi sama teman. Kadang juga kalau lagi ada sesuatu yang saya rasakan, saya *upload* lewat *story*."	Berbagi aktivitas dan perasaan lewat *story*.	Praktik berbagi di Instagram.
"Z" Fakultas Dakwah dan Komunikasi	"Kalau yang agak pribadi biasanya saya masukin *close friends* saja, karena yang lihat kan orang-orang yang memang saya kenal dan saya percaya."	Pembedaan audiens melalui *close friends*.	Praktik berbagi di Instagram.
"L" Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	"Kadang kalau lagi banyak pikiran, saya memang suka posting sesuatu di *story*. Bukan bermaksud cari perhatian, tapi rasanya lebih lega kalau sudah mengeluarkan apa yang dirasakan."	Pelepasan emosi, rasa lega.	Motif *Oversharing.*
"S" Fakultas Adab dan Humaniora	"Kalau ada yang balas atau nanya keadaan saya, sebenernya senang juga. Berarti ada yang peduli dan memperhatikan."	Kebutuhan respons dan perhatian.	Motif *Oversharing*.
"A" Fakultas Sains dan Teknologi	"Saya tetap pilih-pilih kalau mau *upload*. Masalah keluarga atau hal yang terlalu pribadi biasanya tidak saya post karena takut nanti orang lain tahu terlalu banyak tentang kehidupan saya."	Menyeleksi konten pribadi.	Batas privasi.
"S" Fakultas Sains dan Teknologi	"Kadang awalnya cuma mau *upload* hal biasa, tapi lama-lama bisa cerita lebih banyak. Karena sudah terbiasa, jadi kadang baru sadar kalau ternyata yang dibagikan sudah terlalu pribadi."	Batas privasi kabur karena kebiasaan.	Batas privasi.

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

"D" Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	"Kalau *upload* di Instagram pasti tetap kepikiran orang bakal lihat saya seperti apa. Jadi walaupun mau cerita, tetap saya pikir-pikir dulu supaya tidak kelihatan terlalu berlebihan."	Pengelolaan kesan di hadapan audiens.	Citra diri.
"S" Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam	"Pernah setelah *upload* saya merasa seharusnya tidak perlu cerita sebanyak itu. Apalagi kalau sudah banyak yang lihat, jadi kepikiran sendiri."	Penyesalan setelah megunggah.	Kesadaran terhadap dampak.
"L" Fakultas Syariah dan Hukum	"Walaupun cuma *close friends*, tetap sebenarnya tidak bisa menjamin semuanya aman. Bisa saja ada yang *screenshot*, jadi sekarang saya lebih hati-hati."	Kesadaran risiko *screenshot* di *close friends*.	Kesadaran terhadap dampak.
"M" Fakultas Dakwah dan Komunikasi	"Menurut saya, tidak semua hal harus dibagikan. Apalagi kalau menyangkut masalah pribadi atau aib. Sebisa mungkin tetap dijaga karena kita juga diajarkan untuk menjaga sesuatu yang seharusnya menjadi privasi."	Menjaga aib dan privasi berdasarkan ajaran agama.	Nilai Keagamaan.

Pembahasan

Praktik Berbagi dan Pembedaan Audiens

Informan menggunakan Instagram terutama untuk membagikan aktivitas harian melalui *Instagram Story*. Salah satu informan menyatakan, "Biasanya saya *upload* kegiatan sehari-hari di *story*, misalnya lagi kuliah, nongkrong, atau pergi sama teman. Kadang juga kalau lagi ada sesuatu yang saya rasakan, saya *upload* lewat *story*." Pernyataan ini menunjukkan bahwa berbagi aktivitas dan perasaan sudah menjadi bagian dari rutinitas bermedia sosial. Kondisi ini sejalan dengan temuan Dary et al. (2025) pada mahasiswa Ilmu Komunikasi di kampus yang sama, bahwa media sosial diposisikan sebagai ruang aman untuk mencurahkan isi hati. Prastiyo et al. (2024) menyebut bahwa aktivitas berbagi yang intens membuat batas antara ruang publik dan ruang privat menjadi kabur (Dary et al., 2025).

Informan juga membedakan konten berdasarkan kedekatan dengan audiens. Seorang informan mengatakan, "Kalau yang agak pribadi biasanya saya masukin *close friends* saja, karena yang lihat kan orang-orang yang memang saya kenal dan saya percaya." Dengan demikian, *story* umum dipakai untuk hal yang lebih netral, sedangkan *close friends* dipakai untuk hal yang dianggap pribadi. Pola ini sesuai dengan penjelasan Mutiara et al. (2026) yang menunjuk teori *self-disclosure* Altman dan Taylor, yaitu individu cenderung membuka diri ketika merasa aman dan percaya pada audiensnya. Dalam kerangka Dramaturgi Goffman yang dipakai Prastiyo et al. (2024), unggahan umum berfungsi sebagai panggung depan, sedangkan *close friends* berperan sebagai panggung belakang, yaitu ruang tempat informan merasa dapat tampil lebih apa adanya.

Motif: Pelepasan Emosi dan Kebutuhan Respons

Salah satu motif utama informan adalah meluapkan perasaan. Informan menyatakan, "Kadang kalau lagi banyak pikiran, saya memang suka posting sesuatu di *story*. Bukan bermaksud cari perhatian, tapi rasanya lebih lega kalau sudah mengeluarkan apa yang dirasakan." Motif ini sejalan dengan Dary et al. (2025) yang menemukan bahwa *oversharing* dilakukan sebagai sarana ekspresi diri dan pelampiasan emosi, serta dengan Mutiara et al. (2026) yang melaporkan bahwa keinginan mengekpresikan emosi menjadi pemicu *oversharing* pada mahasiswa. Dalam kerangka fenomenologi Schutz, pelepasan emosi ini merupakan motif tujuan (*in order to motive*), yaitu tindakan yang dilakukan untuk mencapai rasa lega.

Di samping itu, informan mengakui adanya kebutuhan akan respons. Seorang informan mengatakan, "Kalau ada yang balas atau nanya keadaan saya, sebenarnya senang juga. Berarti ada yang peduli dan memperhatikan." Pernyataan ini menarik jika dibandingkan dengan pernyataan pada kutipan sebelumnya bahwa unggahan tersebut "bukan bermaksud cari perhatian". Ada dua lapis makna yang berdampingan. Pada tataran niat, informan menegaskan bahwa tujuannya adalah pelepasan emosi. Pada tataran pengalaman, respons dari orang lain tetap dirasakan menyenangkan dan menginformasi bahwa dirinya diperhatikan. Prastiyo et al. (2024) menunjukkan bahwa pengguna Instagram merasa senang ketika mendapat *like* dan komentar, dan dalam dramaturgi, respons audiens dapat memperkuat rasa percaya diri pelaku. Inrianto dan Hutahaean (2025) juga menemukan hubungan positif antara *fear of missing out* dan *oversharaing* sebagai

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

upaya memenuhi kebutuhan validasi sosial dan meredakan kecemasan. Dengan demikian, respons pengguna lain berpotensi menjadi penguat yang mendorong informan untuk terus berbagi (Inrianto & Hutahaean, 2025).

Batas Privasi yang Tegas dan yang Kabur

Informan tidak membagikan seluruh persoalan pribadi. Salah satunya menyatakan, "Saya tetap pilih-pilih kalua mau upload. Masalah keluarga atau hal yang terlalu pribadi biasanya tidak saya post karena takut nanti orang lain tahu terlalu banyak tentang kehidupan saya." Hal ini menunjukkan adanya kesadaran privasi yang bekerja sebagai penyaring. Namun, informan lain mengakui bahwa batas tersebut tidak selalu terjaga, "Kadang awalnya cuma mau upload hal biasa, tapi lama-lama bisa cerita lebih banyak. Karena sudah terbiasa, jadi kadang baru sadar kalau ternyata yang dibagikan sudah terlalu pribadi."

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa *oversharing* sering tidak direncanakan, melainkan terbentuk secara bertahap oleh kebiasaan. Banyak pengguna tidak menyadari bahwa tindakannya termasuk *oversharing.* Budaya popular yang menormalisasi *oversharing* sebagai salah satu faktor pendorongnya dan rendahnya kesadaran privasi serta perilaku imitasi sebagai penyebab lain.(Nurhikma et al., 2025) Kondisi ini dalam konsep *boundary turbulence* adalah ketika batas privasi menjadi kabur dan informasi pribadi berpotensi tersebar. Dengan kata lain, pemaknaan informan tentang apa yang layak dibagikan bersifat cair. Batas itu ada, tetapi bergeser mengikuti kebiasaan dan suasana saat mengunggah.

Oversharing dan Pengelolaan Citra Diri

Informan mempertimbangkan bagaimana dirinya dilihat orang lain. Salah satunya mengatakan, "Kalau upload di Instagram pasti tetap kepikiran orang bakal lihat saya seperti apa. Jadi walapun mau cerita, tetap saya pikir-pikir dulu supaya tidak kelihatan berlebihan." Pernyataan ini menunjukkan adanya pengelolaan kesan (*impression management*). Individu memainkan peran di hadapan audiens dan menyesuaikan penampilannya dengan apa yang ingin diperlihatkan. Jadi, Instagram tidak hanya menjadi tempat berbagi, tetapi juga panggung tempat mahasiswa membentuk citra diri. Keinginan untuk bercerita dan keinginan untuk tempat tidak berlebihan berjalan bersamaan, sehingga oversharing pada informan merupakan hasil tarik menarik antara kebutuhan ekspresi dan tuntutan citra.

Kesadaran terhadap Dampak dan Kesenjangan Rasa Aman

Informan meyadari adanya risiko dari kebiasaan berbagi. Salah satumya mengaku "Pernah setelah upload saya merasa seharusnya tidak perlu cerita sebanyak itu. Apalagi kalau sudah banyak yang lihat, jadi kepikiran sendiri." Penyesalan ini menunjukan dampak psikologis yang sejalan bahwa oversharing dapat memicu stres dan merusak reputasi, serta risiko konflik dan kebocoran informasi.

Kesadaran juga muncul terkait fitur yang dianggap aman. Seorang informan menyatakan, "Walaupun cuma close friends, tetap sebenarnya saya lebih hati-hati." Pernyataan ini penting karena menunjukkan bahwa rasa aman yang semula melekat pada *close friends* tidak sepenuhnya di percaya oleh informan. Hal ini berbeda dengan gambaran Mutiara et al. (2026) tentang akun kedua sebagai ruang yang dipersepsikan aman, dan sejalan dengan peringatan mereka bahwa infromasi yang telah dibagikan menjadi tanggung jawab bersama sehingga rawan tersebar di luar kendali pemiliknya. Pengalaman dan kesadaran ini menandai pergeseran sikap inorman dari sekedar berbagi menuju pertimbangan risiko privasi dan dampak sosial.

Nilai Keagamaan sebagai Pertimbangan

Sebagai mahasiswa perguruan tinggi islam, sebagian informan mengaitkan keterbukaan di media sosial dengan nilai agama. Seorang informan menyatakan, "Menurut saya, tidak semua hal harus dibagikan. Apalagi kalau menyangkut masalah pribadi atau aib. Sebisa mungkin tetap dijaga karena kita juga diajarkan untuk menjaga sesuatu yang seharusnya menjadi privasi." *Oversharing* tidak selaras dengan ajaran islam yang menekankan penjagaan kehormatan (hifz al-'irdh) dan larangan membuka aib. Prinsip qaulan sadidan (jujur) dan qaulan ma'rufan (baik dan bermanfaat) sebagai pedoman komunikasi di media sosial, serta mengingatkan bahwa dorongan untuk segera membagikan sesuatu tanpa pertimbangan merupakan tantangan tersendiri (Nasoha et al., 2025).

Namun, penerapan nilai ini tidak seragam. Sebagian informan lebih sering mempertimbangkan nilai agama sebelum mengunggah, sedangkan yang lain lebih banyak mempertimbangkan situasi dan siapa yang akan melihat unggahan. Hal ini menunjukkan bahwa nilai keislaman belum otomatis menjadi penyaring utama dalam berbagi dan pemahaman keagamaan belum selalu berbanding lurus dengan praktik bermedia sosial.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang memaknai oversharing di instagram sebagai perilaku yang berkaitan dengan ekspresi diri, pelepasan emosi, pencarian perhatian atau validasi sosial,

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

serta pembentukan citra diri. Meskipun demikian, informan memiliki batas dan pertimbangan yang berbeda dalam menentukan informasi yang dapat dibagikan. Pengalaman pribadi, lingkungan pertemanan, fitur instagram, respons pengguna lain, dan nilai agama membentuk cara mereka memaknai dan menjalankan *oversharing.* Secara praktis hasil ini mendukung perlunya literasi digital dan pendidikan etika komunikasi berbasis nilai islam bagi mahasiswa.

DAFTAR REFERENSI

Alhazmi, A. A., & Alhazmi, A. A. (2022). *Phenomenological Qualitative Methods Applied to the Analysis of Cross-Cultural Experience in Novel Educational Social Contexts*. *13*(April). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.785134

Armezzani, M., & Zamengo, L. (2024). Methods in Psychology The theme-centred interview and the map of meanings : A phenomenological approach to the analysis of experience. *Methods in Psychology*, *11*(September), 100164. https://doi.org/10.1016/j.metip.2024.100164

Dary, D. W., Saputra, S., & Setiawan, M. A. (2025). Fenomena Oversharing Dalam Komunikasi Gen Z Di Media Sosial. *EduTIK: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, *5*(4), 1322–1328. https://doi.org/https://doi.org/10.53682/k5jfqj88

Elaine, S., Punyanunt-carter, N. M., & Duffee, R. S. (2022). Computers in Human Behavior Reports Oversharing on social networking sites : A contemporary communication phenomenon. *Computers in Human Behavior Reports*, *8*(July), 100236. https://doi.org/10.1016/j.chbr.2022.100236

Febriana, H., Abdullah, S., & Syam, R. (2023). Perilaku Oversharing Mahasiswa di Media Sosial. *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)*, *5*(1).

Inrianto, & Hutahaean, E. S. H. (2025). Fear Of Missing Out dan Oversharing : Di Balik Pamer Kebahagiaan Di Media Sosial. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, *3*(1), 723–727. https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.14652481

Leswarie, A., Zainun, A., & Aurilie, U. H. (2025). Desain Penelitian Fenomenology: Kajian Literatur Penelitian Kualitatif. *Jurnal Komprehensif*, *3*(2), 478–482.

Nabila, S. (2025). *Description of Student Self-Disclosure as Active Instagram Users Gambaran Self-Disclosure Mahasiswa Pengguna Aktif Instagram*. *14*(3), 330–336.

Nasoha, A. M. M., Atqiya, A. N., Thohir, H. K., Ramadhani, N. A., & Sabila, R. A. (2025). Etika Komunikasi dalam Islam: Analisis terhadap Konsep Tabayyun dalam Media Sosial. *Aladalah: Jurnal Politik, Sosial, Hukum Dan Humaniora*, *3*(April).

Nurhikma, Alfarizi, I., & Kurniati. (2025). *Batasan Privasi Dalam Hukum Islam: Analisis Fenomena Oversharing di Media Sosial*. *1*(2), 56–65. https://doi.org/10.58540/jih.v1i2.745

Ode, W., Cahyani, D., Mau, M., & Akbar, M. (2025). *Jurnal Ilmu Komunikasi Self-Disclosure Mahasiswa Ilmu Komunikasi di Instagram : Studi Kualitatif tentang Ekspresi Diri di Era Digital*. *12*(1), 9–15.

Prastiyo, E. B., Arfa, D., Husni, A., & Bafaqis, M. H. (2024). *Fenomena Oversharing Di Media Sosial Instagram Pada SMKN 1 Tanjungpinang (Suatu Tinjauan Dramaturgi di Media Sosial)*. *XII* (April), 45–60.

Pribadi, A., Yenrizal, & Indasari, F. (2025). Pengungkapan Diri Generasi Z Melalui Media Sosial Instagram. *Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial*, *11*(6).

Sabilla, O. P., & Prasetyawan, Y. Y. (2023). *Pengalaman Literasi Informasi dalam Membuat Artikel Blog Anggota Divisi Litbang UKM Peduli Napza Universitas Diponegoro*. *12*(2), 77–88.

Suhadi, M., Permana, R., & Jehan, S. (2026). Memaknai Fenomena #KaburAjaDulu di Tengah Doomscrolling Krisis Sosial: Studi Fenomenologi Pada Mahasiswa. *Jurnal Digital Media & Relationship*, *8*(1), 27–38.

Syafrina, M., & Chusniyah, T. (2025). *Gambaran Self-disclosure pada Mahasiswa di Second Account Instagram*. *5*(1), 69–78. https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v5i12025p69-78.