



SECOUND ACCOUNT INSTAGRAM SEBAGAI RUANG EKSPRESI ALTERNATIF REMAJA PADA FENOMENOLOGI KESEHATAN MENTAL DAN IDENTITAS SOSIAL DI KOTA SURABAYA

Nasfa Laura Sidqiyah¹ & Zainul Ahwan^{*2}

¹²Universitas Yudharta Pasuruan

Jl. Yudharta No. 7 Kembangkuning Sengonagung Pasuruan 67162 Indonesia
Pasuruan-Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received Agustus, 2025

Revised Agustus, 2025

Accepted Agustus, 2025

Available online Agustus , 2025

nasfalaurasidqiyah@gmail.com

zezen@yudharta.ac.id

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.
Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas
Pendidikan Ganesha.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran *second account* Instagram sebagai ruang ekspresi alternatif bagi remaja di Kota Surabaya serta implikasinya terhadap kesehatan mental dan pembentukan identitas sosial. Alasan penelitian ini didasari oleh fenomena maraknya penggunaan akun ganda oleh remaja, yang memberikan kebebasan berekspresi namun juga memunculkan tantangan psikososial. Teori yang digunakan adalah teori dramaturgi Erving Goffman dan teori identitas sosial Tajfel & Turner, untuk menganalisis pengelolaan identitas digital dan dinamika interaksi sosial di media sosial. Metode penelitian yang diterapkan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek penelitian adalah remaja pengguna *second account* Instagram di Surabaya berusia 18–24 tahun. Informan penelitian ditentukan melalui teknik purposive sampling berdasarkan keterlibatan aktif dan pengalaman menggunakan *second account*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumentasi. Analisis data dilakukan secara tematik dan fenomenologis dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *second account* berfungsi sebagai ruang aman bagi remaja untuk berekspresi secara autentik, mendukung proses self-healing, serta membangun komunitas sosial positif yang berkontribusi pada kesehatan mental dan identitas sosial. Namun, dualitas identitas digital juga dapat memicu konflik internal jika tidak dikelola secara bijak.

Kata Kunci: *Second Account* Instagram, Ekspresi Alternatif Remaja, Kesehatan Mental, Identitas Sosial, Fenomenologi



Abstract

This study aims to understand the role of Instagram second accounts as an alternative space for self-expression among adolescents in Surabaya and its implications for mental health and social identity formation. The study is motivated by the widespread phenomenon of multiple account usage by teenagers, which offers freedom of expression but also presents psychosocial challenges. The theories used are Erving Goffman's dramaturgy theory and Tajfel & Turner's social identity theory to analyze the management of digital identity and the dynamics of social interaction on social media. The research method applied is descriptive qualitative with a phenomenological approach. The subjects are adolescents aged 18–24 years who actively use Instagram second accounts in Surabaya. Informants were selected through purposive sampling based on their active involvement and experience with second accounts. Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation studies. Data analysis was conducted thematically and phenomenologically through stages of data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results indicate that second accounts function as a safe space for adolescents to express authentic selves, support the self-healing process, and build positive social communities contributing to mental health and social identity. However, digital identity duality can also trigger internal conflicts if not managed wisely.

Keywords: *Second Instagram Account, Alternative Expressions of Teenagers, Mental Health, Social Identity, Phenomenology*

PENDAHULUAN

Latar belakang pada penelitian ini adalah Perkembangan teknologi informasi telah membawa perubahan besar dalam gaya hidup, interaksi sosial, dan mekanisme ekspresi diri masyarakat, khususnya di kalangan remaja. Media sosial, seperti Instagram, tidak hanya menjadi ruang berbagi konten visual, tetapi juga berperan sebagai panggung pembentukan identitas dan saluran pengekspresian emosi yang signifikan (Davis, 2019; Hartanti, 2022). Fenomena penggunaan akun kedua (*second account*) di Instagram semakin marak di kalangan remaja Indonesia untuk mengatasi tekanan tampil sempurna di akun utama dan menjaga privasi dari ekspektasi publik (Setiawan, Kusmawati, & Nadia, 2024; Anggiraksa et al., 2025). Hal ini didukung oleh beberapa hasil penelitian yang menyoroti motivasi utama remaja membuat *second account*, yaitu kebebasan berpendapat, menjaga privasi, menghindari tekanan sosial, serta sebagai pelarian dari tuntutan menciptakan citra ideal di akun utama (Hartanti, 2022; Nailah Anggiraksa et al., 2025).

Remaja pengguna akun kedua cenderung membagikan kisah pribadi, keresahan, maupun humor yang tidak nyaman dipublikasikan di akun utama



karena khawatir terhadap penilaian sosial atau rusaknya citra diri (Hartanti, 2022; Liany, 2024). Karakteristik *second account* yang lebih privat dengan pengikut terbatas dan identitas samaran memungkinkan remaja merasa lebih aman dan otentik dalam berekspresi, sekaligus membangun relasi yang lebih personal dan harmonis dengan lingkaran dekatnya (UNSOED, 2023; Yulissusanti, 2024).

Dari perspektif psikologi, penggunaan akun kedua ini tidak lepas dari dinamika kesehatan mental remaja. Media sosial memberi peluang katarsis melalui ekspresi perasaan, namun di sisi lain menimbulkan risiko tekanan sosial baru, kecemasan identitas, dan gejala depresi, apabila pengelolaannya tidak sehat (Sokowati & Manda, 2022; Anggiraksa et al., 2025; Davis, 2019). Kota Surabaya, sebagai salah satu metropolitan terbesar di Indonesia yang didominasi oleh populasi muda, menghadirkan dinamika sosial unik dalam fenomena ini yang sangat layak untuk dikaji secara mendalam (Nugraha, 2023).

Fenomena penggunaan *second account* Instagram di kalangan remaja Surabaya belum banyak dikaji dari perspektif kesehatan mental dan dinamika pembentukan identitas sosial. Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas eksplorasi konten humor, upaya aktualisasi diri, atau strategi personal branding. Padahal, penggunaan beberapa akun sekaligus menimbulkan implikasi psikososial yang kompleks mulai tekanan sosial ganda hingga potensi konflik internal identitas. Dengan meningkatnya kebutuhan remaja atas ruang ekspresi yang lebih privat dan minimnya literasi risiko psikologi digital, penelitian ini menjadi sangat relevan baik sebagai kontribusi akademik, maupun rekomendasi praktis untuk pendidik, orang tua, serta pengembang media sosial (Wawancara Firda Dwi Agustin dan Putri Kumalasari, 2024; VOI, 2025; UNSOED, 2023; Nurhadi, 2024)

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik penggunaan *second account* Instagram oleh remaja di Surabaya sebagai ruang ekspresi alternatif. Penelitian juga mengkaji motivasi remaja menggunakan *second account* dibanding *first account*, dampak penggunaannya terhadap kesehatan mental dan identitas sosial, serta risiko psikologis dan dualitas identitas yang muncul. Selain itu, penelitian bertujuan memberikan rekomendasi guna meningkatkan literasi digital dan pengelolaan identitas sehat pada remaja (Wawancara Firda Dwi Agustin dan Putri Kumalasari, 2024; VOI, 2025).

Second account digunakan remaja untuk kebebasan berpendapat, menjaga privasi, menghindari tekanan sosial, dan pelarian dari tuntutan tampil sempurna di akun utama (Hartanti, 2022; Nailah Anggiraksa et al., 2025). Akun kedua bersifat privat dengan pengikut terbatas sehingga memungkinkan ekspresi otentik dan interaksi lebih personal (UNSOED, 2023; Yulissusanti, 2024). Fenomena ini menunjukkan kebutuhan remaja akan ruang ekspresi yang aman dan bebas tekanan sosial, yang berpengaruh pada



kesehatan mental dan pembentukan identitas mereka (Davis, 2019; Nugraha, 2023).

Pendekatan penelitian mengintegrasikan perspektif psikososial dan literasi digital untuk merekomendasikan strategi mendukung penggunaan media sosial yang sehat di kalangan remaja Surabaya (Sokowati & Manda, 2022; Wawancara Firda Dwi Agustin dan Putri Kumalasari, 2024).

Pada sepuluh tahun terakhir, penelitian terkait media sosial dan identitas digital berkembang pesat. Banyak studi menyoroti fungsi Instagram sebagai wahana aktualisasi diri dan personal branding, seperti yang disebutkan Claudia (2021), Hartanti (2022), dan Davis (2019), serta motivasi penggunaan *second account* untuk konten humor dan kreativitas. Namun, sebagian besar penelitian belum secara komprehensif menautkan aspek ekspresi alternatif, identitas sosial, dan kesehatan mental, terutama dalam konteks lokal Surabaya.

Studi Nailah Anggiraksa et al. (2025) menyoroti potensi risiko tekanan emosional dan gejala depresi akibat penggunaan *second account* yang terlalu intens, namun fokusnya belum menyoroti aspek identitas sosial secara spesifik. Demikian pula, penelitian oleh Jihan Salma M. (2023) dan Setiawan et al. (2024) hanya membahas sebagian sisi fenomena ini, tanpa membedah secara mendalam kaitan antara ekspresi diri, kesehatan mental, dan konstruksi identitas remaja di lingkungan perkotaan Surabaya.

Kebaharuan penelitian ini terletak pada:

1. Pendekatan fenomenologi kualitatif guna menyoroti pengalaman subjektif remaja pengguna *second account*.
2. Analisis komprehensif yang menghubungkan ekspresi alternatif, pembentukan identitas sosial, dan kesehatan mental dalam satu kerangka di kota Surabaya.
3. Penggunaan data primer dari wawancara, observasi virtual, dan studi dokumentasi mendalam pada informan remaja.
4. Penekanan pada aspek risiko psikososial dan penguatan literasi digital sehingga hasil penelitian memberi rekomendasi aplikatif untuk pembangunan ruang ekspresi remaja yang aman di masa depan.

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian mengenai penggunaan *second account* Instagram sebagai ruang ekspresi alternatif bagi remaja, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana karakteristik penggunaan *second account* Instagram oleh remaja di Kota Surabaya sebagai ruang ekspresi alternatif?
2. Apa motivasi remaja dalam menggunakan *second account* Instagram dibandingkan dengan akun utama (*first account*)?



KERANGKA TEORI

Media Sosial sebagai Platform Ekspresi Remaja

Media sosial merupakan ruang digital yang memungkinkan individu untuk berinteraksi, berbagi konten, dan membangun identitas sosial secara virtual (Kotler & Keller, 2016). Instagram sebagai salah satu platform populer menampilkan beragam fitur yang memberi kesempatan bagi penggunanya, terutama remaja, untuk mengekspresikan diri dan membangun citra sosial. Dalam konteks remaja, media sosial tidak sekadar komunikasi, tetapi juga sarana pembentukan identitas dan aktualisasi diri (Thaib, 2021; Jurnal Komunikasi Digital, 2023).

***Second Account* Instagram sebagai Ruang Ekspresi Alternatif**

Penggunaan *second account* Instagram merupakan fenomena di mana pengguna terutama remaja membuka akun tambahan selain akun utama (*first account*) untuk mengekspresikan diri secara lebih bebas dan autentik tanpa tekanan sosial yang terasa pada akun utama (Nugraha, 2023; UNSOED, 2023). Karakteristik *second account* yang menggunakan nama samaran, pengaturan privasi ketat, dan audiens terbatas memungkinkan pengguna memposting konten spontan, personal, serta curhat keseharian yang seringkali tidak ingin dibagi ke publik luas (Setiawan, Kusmawati, & Nadia, 2024). Dalam kerangka teori dramaturgi Goffman, akun utama berperan sebagai "*front stage*" yang menampilkan citra ideal, sedangkan *second account* adalah "*back stage*" yang menjadi ruang aman untuk ekspresi diri yang lebih jujur dan tanpa ekspektasi sosial (Goffman, 1959 dalam Iftinani et al., 2024).

Teori Identitas Sosial dalam Pengelolaan Identitas Digital

Menurut teori identitas sosial Tajfel dan Turner (1979), individu membentuk dan mengelola identitasnya melalui keanggotaannya dalam kelompok sosial tertentu (*ingroup*), yang berbeda dengan kelompok lain (*outgroup*). Remaja dalam penggunaan *second account* Instagram cenderung membatasi interaksi pada lingkaran sosial yang mereka anggap aman untuk menampilkan aspek diri yang lebih autentik (Hartanti, 2024; Korpus IPB, 2024). Hal ini memungkinkan mereka mengelola identitas sosial digital secara selektif dan dinamis serta menjaga rasa aman dan nyaman dalam berinteraksi digital (Tajfel & Turner, 1979). Dengan demikian, *second account* berfungsi sebagai ruang alternatif untuk penguatan identitas sosial di dunia maya.

Pengaruh Penggunaan *Second Account* terhadap Kesehatan Mental Remaja

Penggunaan *second account* Instagram dapat berperan sebagai mekanisme katarsis dan refleksi diri yang menyokong kesehatan mental



remaja. Melalui ruang privat ini, remaja dapat mengekspresikan perasaan dan pengalaman tanpa takut dinilai atau dikritik secara luas, sehingga mengurangi tekanan sosial dan risiko kecemasan digital seperti fenomena FOMO (Davis, 2019; Sokowati & Manda, 2022). Meski demikian, dualitas peran antara *first account* dan *second account* berpotensi menimbulkan konflik identitas jika tidak dikelola secara baik (Tandoc, Ferrucci, & Duffy, 2015). Studi juga menunjukkan bahwa interaksi intim dan kepercayaan dalam *second account* mendorong dukungan sosial, refleksi diri, dan pengembangan keterampilan sosial yang berdampak positif pada kondisi psikologis remaja (Jurnal TAM, 2023; Pewarta, 2022).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan memahami secara mendalam pengalaman remaja dalam menggunakan *second account* Instagram sebagai ruang ekspresi alternatif (BSI Repository, 2023; Iftinani et al., 2024). Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian adalah pada pemaknaan subjektif pengguna terkait fenomena sosial yang dikaji, serta implikasi yang muncul terhadap kesehatan mental dan identitas sosial remaja.

Subjek penelitian adalah remaja pengguna *second account* Instagram di Kota Surabaya yang aktif menggunakan media sosial sebagai ruang ekspresi diri (Nurhadi, 2024). Objek penelitian adalah praktik penggunaan *second account* Instagram sebagai ruang berekspresi alternatif serta motivasi di balik penggunaannya. Lokasi penelitian dipilih di Kota Surabaya mengingat tingginya penetrasi media sosial di kalangan remaja di wilayah perkotaan ini serta kekhasan konteks sosial budaya yang melatarbelakangi fenomena tersebut (Hartanti, 2024; Korpus IPB, 2024).

Populasi penelitian terdiri atas remaja usia 15 sampai 19 tahun yang memiliki *second account* Instagram dan aktif dalam menggunakannya. Teknik purposive sampling digunakan untuk menentukan informan yang dianggap paling relevan dengan kriteria penelitian, yaitu remaja yang menggunakan *second account* secara konsisten sebagai sarana berekspresi dan bersedia menjadi informan dalam penelitian (Setiawan, Kusmawati, & Nadia, 2024).

Data dikumpulkan melalui teknik wawancara semi-terstruktur dengan pertanyaan yang mengarah pada pemahaman pengalaman, motivasi, dan dampak penggunaan *second account*. Selain itu, observasi partisipatif dilakukan untuk mengamati aktivitas pengguna dalam akun tersebut secara langsung, serta dokumentasi berupa screenshot konten yang relevan sebagai bahan pendukung analisis (Jurnal TAM, 2023; Undip, 2023).

Analisis data menggunakan metode analisis tematik yang meliputi proses reduksi data, kategorisasi, dan penafsiran tema-tema pokok yang muncul sesuai dengan tujuan penelitian (Miles, Huberman, & Saldaña, 2014;



Nugraha, 2023). Proses analisis dilakukan secara berulang untuk memastikan konsistensi dan validitas temuan, serta diiringi triangulasi data dari berbagai sumber sebagai upaya meningkatkan kredibilitas hasil penelitian (Sosius, 2025).

Melalui prosedur penelitian yang sistematis tersebut, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai karakteristik penggunaan *second account* Instagram oleh remaja di Kota Surabaya, motivasi penggunaan, serta implikasi terhadap kesehatan mental dan pembentukan identitas sosial mereka secara mendalam dan kontekstual.

Tabel 1. Data Informan Penelitian

No	Nama Informan	Umur	Pekerjaan
1	Qisma	22 Tahun	Mahasiswa
2	Wilda	22 Tahun	Mahasiswa
3	Nadhifah	21 Tahun	Mahasiswa
4	Nova	20 Tahun	Mahasiswa

Sumber: Data Olahan Peneliti

PEMBAHASAN

***Second Account* Instagram sebagai Ruang Ekspresi Alternatif Remaja**

Hasil penelitian ini menemukan bahwa penggunaan *second account* Instagram oleh remaja di Kota Surabaya memiliki fungsi penting sebagai ruang ekspresi alternatif yang menawarkan kebebasan lebih untuk mengekspresikan diri tanpa tekanan sosial sebagaimana yang dirasakan saat menggunakan akun utama. Informan penelitian, seperti Qisma, Wilda, Nadhifah, dan Nova, menyampaikan bahwa keberadaan *second account* memberikan kenyamanan untuk mengekspresikan perasaan dan pengalaman hidup yang tidak cocok dibagikan di akun utama, seperti pengalaman putus cinta, tekanan akademik, hingga keresahan pribadi. Temuan ini selaras dengan penelitian Astuti et al. (2020) bahwa *second account* menjadi wadah untuk pengungkapan diri, aktualisasi, dan eksplorasi identitas secara lebih bebas dalam lingkungan yang lebih privat dan suportif.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa motivasi utama remaja menggunakan *second account* adalah kebutuhan akan ruang privat, keterbatasan audiens yang lebih selektif (hanya teman dekat), dan keinginan menghindari penilaian negatif dari lingkungan sosial yang lebih luas. *Second account* menjadi media untuk mencatat kehidupan sehari-hari, bercanda, mengekspresikan emosi, serta mencari dukungan emosional dari lingkaran



sosial terdekat. Hal ini diperkuat oleh temuan Hartanti (2022) yang menyatakan bahwa interaksi di *second account* biasanya lebih erat dan membangun rasa percaya yang tinggi karena didasarkan pada hubungan personal, bukan sekadar eksistensi sosial di media publik.

Analisis data juga menunjukkan bahwa adanya perbedaan karakteristik yang jelas antara akun utama dan *second account*. Pada akun utama, remaja cenderung menjaga citra diri (personal branding), menampilkan prestasi dan momen penting, serta menyesuaikan konten dengan ekspektasi publik. Sebaliknya, *second account* dimaknai sebagai ruang tanpa tekanan sosial di mana mereka bisa menampilkan sisi asli diri, bersikap spontan, dan bebas dari tuntutan untuk tampil sempurna. Temuan ini memperkuat teori dramaturgi Erving Goffman, di mana *first account* berfungsi sebagai *front stage* dan *second account* menjadi back stage untuk ekspresi autentik dan reflektif. Studi Jihan Salma M. dkk. di Undip (2023) juga menyoroti perbedaan interaksi sosial dan pola komunikasi antara kedua jenis akun tersebut, mendukung temuan penelitian ini.

“Second account ini aku gunakan buat cerita-cerita yang nggak nyaman kalau aku share di akun utama. Jadi aku bisa jujur dan santai tanpa takut dinilai orang banyak.” (Qisma 22 Tahun)

Implikasi terhadap Kesehatan Mental Remaja

Penelitian menemukan bahwa penggunaan *second account* berperan sebagai mekanisme coping yang efektif dalam menghadapi tekanan sosial, kecemasan, dan perasaan tertekan yang dialami remaja. Informan mengakui bahwa mereka merasa lebih lega, nyaman, dan dapat melakukan proses *self-healing* ketika mengekspresikan perasaan di *second account*. Bahkan beberapa informan, seperti Nova, menggunakan *second account* sebagai ruang aman pasca mengalami pengalaman traumatik atau kekecewaan dalam hubungan pribadi. Studi Anggiraksa et al. (2025) dan Putri & Santoso (2023) menegaskan bahwa ruang privat semacam ini berkontribusi terhadap keseimbangan psikologis remaja dan dapat membantu mengurangi gejala depresi serta mendorong proses pemulihan emosi.

Walaupun demikian, temuan ini juga mengidentifikasi adanya risiko dualitas identitas digital di kalangan remaja yang mengelola lebih dari satu persona daring. Ketidakselarasan antara citra di akun utama dan ekspresi diri di *second account* berpotensi menimbulkan kebingungan identitas dan kelelahan emosional jika tidak diimbangi dengan refleksi dan kontrol diri yang baik. Hal ini konsisten dengan penelitian Iftinani, Rachmi, & Aziz (2024) yang menekankan pentingnya kesadaran diri dalam memanfaatkan dualitas peran agar tidak menimbulkan konflik internal berkepanjangan.

“Aku pakai second account buat curhat sama teman dekat aja. Kadang aku posting hal-hal yang sebenarnya aku rasa berat, tapi nggak mau semua orang tahu. Di situ aku merasa lebih lega.” (Wilda 22 Tahun)



Second Account dan Pembentukan Identitas Sosial Remaja

Dalam perspektif teori identitas sosial (Tajfel & Turner, 1979), temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *second account* berperan penting dalam proses negosiasi identitas dan penguatan rasa keterikatan pada kelompok kecil (ingroup) di media sosial. Remaja menggunakan *second account* untuk membentuk komunitas yang lebih intim, saling mendukung, dan menjadi sumber validasi diri. Proses sharing yang terbatas pada lingkaran dekat juga meningkatkan rasa diterima, kepercayaan diri, dan validasi terhadap pengalaman diri, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Putra & Kurniawati (2024) bahwa interaksi semacam ini memperkuat harga diri dan memperbaiki relasi sosial di dunia nyata.

Selain sebagai media ekspresi, *second account* juga menjadi ruang refleksi dan introspeksi yang mendukung pertumbuhan personal. Melalui fitur seperti *instastory*, *close friends*, dan *direct message*, remaja dapat membina komunikasi yang lebih intim, personal, dan suportif, memperkuat peran *second account* dalam pembentukan identitas sosial kontemporer.

“Di akun kedua, aku bisa nunjukin sisi asli diri, kayak hobi, cerita keseharian, dan candaan, yang nggak mungkin aku posting di akun utama. Di akun utama aku lebih menjaga image.” (Nadhifah 21 Tahun)

KESIMPULAN

Hasil penelitian mengenai penggunaan *second account* Instagram sebagai ruang ekspresi alternatif remaja di Kota Surabaya memperlihatkan bahwa fenomena ini memiliki dampak yang signifikan dalam konteks kesehatan mental dan pembentukan identitas sosial remaja. Pengelolaan dua akun *first account* sebagai media personal branding di hadapan publik, dan *second account* sebagai ruang privat memungkinkan remaja menyesuaikan ekspresi diri sesuai kebutuhan dan konteks sosial yang dihadapi.

Second account berfungsi sebagai ruang aman untuk mengekspresikan perasaan, pengalaman pribadi, hingga proses *self-healing* yang tidak leluasa diungkapkan di akun utama. Lingkup audiens yang terbatas dan lebih privat memberikan kebebasan remaja untuk menunjukkan sisi autentik diri tanpa khawatir akan penilaian negatif dari lingkungan yang lebih luas. Temuan ini menegaskan kontribusi *second account* dalam menjaga kesehatan mental dan meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja melalui mekanisme coping yang efektif dan dukungan emosional dari kelompok teman dekat.

Selain manfaat psikologis, penggunaan *second account* juga berperan dalam proses negosiasi dan pembentukan identitas sosial. Remaja memanfaatkan akun ini untuk membangun komunitas kecil yang suportif, meningkatkan rasa keterikatan dan validasi diri, serta memperkuat kepercayaan diri di dunia nyata. Fenomena ini memperluas pemahaman tentang dinamika digital *self-disclosure*, tantangan identitas, dan kebutuhan ruang aman dalam ekosistem media sosial masa kini.



Secara praktis, pengetahuan tentang fenomena *second account* dapat menjadi acuan bagi pendidik, orang tua, maupun praktisi kesehatan mental dalam memberikan edukasi, pendampingan, dan intervensi psikososial yang relevan bagi remaja di era digital. Dari sisi akademis, penelitian ini memperkaya khazanah ilmu komunikasi, psikologi remaja, dan kajian identitas sosial dengan menyoroti adaptasi remaja terhadap dinamika media sosial, sekaligus membuka peluang riset lanjutan terkait pemanfaatan teknologi digital dalam mendukung perkembangan psikososial generasi muda.

Dengan demikian, penggunaan *second account* Instagram oleh remaja tidak hanya menjadi fenomena kultural, tetapi juga solusi adaptif yang strategis untuk menyeimbangkan tekanan sosial, membangun identitas diri, dan meningkatkan kualitas kesehatan mental di tengah tantangan kehidupan digital yang semakin kompleks

DAFTAR PUSTAKA

Anggiraksa, N., Kusuma Dewi, L., & Santoso, R. (2025). *Motif penggunaan second account Instagram pada remaja dan dampaknya terhadap kesehatan mental*. Jurnal Psikologi Digital, 8(1), 45-60.

Astuti, V., Sari, R., & Wulandari, A. (2020). Second account Instagram sebagai wadah ekspresi diri remaja. *Jurnal Komunikasi dan Media*, 9(2), 112-124.

BSI Repository. (2023). *Second account Instagram sebagai ruang privat aktualisasi diri remaja*. Skripsi Universitas Bina Sarana Informatika.

Claudia, R. (2021). *Fungsi Instagram dalam pembentukan personal branding di kalangan mahasiswa*. Jurnal Komunikasi Digital, 6(2), 112-124.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage Publications.

Davis, K. (2019). *Social media and youth identity: The impact of Instagram on adolescent self-expression*. Journal of Youth Studies, 22(4), 523-537.

DQLab. (2024). Fenomena second account sebagai ruang ekspresi remaja: Studi fenomenologis. Laporan penelitian.

dramaturgi pada praktik penggunaan second account Instagram. Jurnal Media Sosial Indonesia, 7(1), 54-68.

Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Doubleday Anchor Books. Dalam Iftinani, S. Z., Rachmi, S., & Aziz, N. (2024). Self-disclosure remaja melalui second account Instagram: Perspektif dramaturgi Goffman. *Jurnal Psikologi Sosial*, 11(1), 34-50.



Hartanti, S. (2022). *Second account Instagram sebagai ruang ekspresi diri remaja: Studi fenomenologis pengguna di kota besar*. Jurnal Interaksi Online, 10(3), 78-91.

Hartanti, S. (2023). *Pengelolaan identitas digital melalui second account Instagram dan implikasi psikososialnya*. Jurnal Komunikasi dan Media, 11(1), 23-37.

Iftinani, S. Z., Rachmi, S., & Aziz, N. (2024). Kesadaran diri dan konflik identitas pada pengguna second account Instagram: Perspektif dramaturgi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 11(1), 34-50.

interaksi sosial di second account Instagram. Jurnal Komunikasi Riau, 7(1), 12-27.

Jihan Salma, M., & Tim. (2023). *Penggunaan second account Instagram sebagai zona nyaman berekspresi bagi remaja di Undip*. Skripsi Universitas Diponegoro.

Jurnal TAM. (2023). *Interaksi sosial dan kesehatan mental pengguna second account Instagram*. Jurnal Psikologi Sosial, 9(2), 101-115.

Korpus IPB. (2024). *Pengelolaan identitas sosial digital pada remaja pengguna Instagram*. Laporan penelitian, Institut Pertanian Bogor.

Liany, F. (2024). *Privasi dan ekspresi autentik: Studi penggunaan second account Instagram oleh remaja*. Jurnal Media Digital, 5(1), 34-49.

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.

Motif Penggunaan Second Account Instagram. (2024). Laporan penelitian. Universitas Yudharta Pasuruan.

Nailah Anggiraksa, D., Setiawan, T., & Wulandari, P. (2025). *Risiko tekanan emosional akibat penggunaan second account Instagram*. Jurnal Psikologi Remaja, 12(1), 15-29.

Nugraha, Y. (2023). *Media sosial dan kesejahteraan psikologis remaja di metropolitan Indonesia*. Jurnal Psikologi Sosial, 11(3), 233-245.

Nurhadi, A. (2024). *Fenomena penggunaan second account Instagram di Kota Surabaya*. Jurnal Ilmu Sosial dan Politik, 13(2), 78-89.

Pewarta, R. (2022). *Second account Instagram sebagai panggung belakang remaja*. Jurnal Komunikasi Universitas Diponegoro, 8(4), 55-70.

Putra, D. S., & Kurniawati, L. (2024). *Penguatan identitas sosial melalui second account Instagram*. Jurnal Ilmu Komunikasi, 13(1), 55-67.

Putri, A. D., & Santoso, M. R. (2023). *Pemanfaatan second account Instagram sebagai mekanisme coping remaja*. Jurnal Psikologi Remaja, 12(1), 21-35.



Setiawan, T., Kusmawati, I., & Nadia, F. (2024). *Penggunaan akun kedua Instagram untuk mengatasi tekanan sosial di kalangan remaja*. Jurnal Media Sosial dan Remaja, 9(2), 89-102.

Sokowati, D. & Manda, R. (2022). *Media sosial dan kesehatan mental remaja*. Jurnal Psikologi Klinis, 10(1), 40-53.

Sosius, M. (2025). *Teknik triangulasi data dalam penelitian kualitatif*. Jurnal Metodologi Penelitian, 3(1), 12-19.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. Dalam W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (hlm. 33-47). Brooks/Cole.

UNSOED. (2023). *Karakteristik penggunaan second account Instagram remaja di lingkungan kampus*. Skripsi Universitas Jenderal Soedirman.

Wawancara Firda Dwi Agustin dan Putri Kumalasari. (2024). Hasil wawancara mendalam terkait penggunaan second account Instagram oleh remaja Surabaya [Data Primer].

Yulissusanti, N. (2024). *Privasi dan ekspresi diri pada second account Instagram*. Jurnal Komunikasi dan Digital, 6(1), 14-28.