

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa identik untuk menemukan jati diri. Kesempatan untuk eksplor berbagai macam seperti pertemanan yang lebih luas dan kesempatan-kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Masa remaja akhir hingga dewasa awal merupakan transisi yang ditandai dengan eksplorasi dan eksperimen seperti seseorang dapat mengambil keputusan dengan mempertimbangkan hal-hal yang akan terjadi, matang dalam berfikir, adanya perubahan psikis maupun fisik dan dapat melakukan *problem solving*. Menurut Santrock (2003), pada rentang 12 tahun sampai 23 tahun memasuki usia remaja. Pada era digital sekarang sering kali terjadi, banyaknya individu yang merasakan ketika mereka membagikan segala informasi yang masuk pada kehidupan pribadi dapat menimbulkan simpati dari orang-orang atau bisa disebut sebagai pusat perhatian. Konsep diri yang berbeda-beda pasti dimiliki setiap individu dan terkadang butuh waktu dan proses yang sangat panjang untuk mengetahui konsep diri masing-masing. Namun jika individu mampu untuk mengenal diri sendiri dan mengetahui cara individu tersebut untuk menilai diri sendiri, maka dari itu menjadi individu yang sangat bermanfaat karena tidak semua individu dapat mengenal diri sendiri seperti apa dan terkadang individu tersebut harus berbohong karena tidak dapat menunjukkan apa yang di dalam dirinya sendiri ke lingkungannya. *Self disclosure* disebut dalam istilah psikologi diartikan membagikan segala informasi atau membuka diri seseorang mengenai segala hal kepada orang lain.

*Self disclosure* sangatlah tersebar luas baik secara *online* maupun *offline* yang memiliki keterkaitan penting bagi kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan *self disclosure* dapat dikonseptualisasikan sebagai ungkapan seseorang mengenai diri sendiri yang dikomunikasikan oleh individu tersebut kepada orang lain (Cozby, 1973). Sejalan dengan teori Houben (2015) menyebutkan bahwa kesejahteraan psikologis sebagai konstruksi yang melibatkan seseorang ketika penyesuaian psikologis baik secara positif ataupun negatif. Sebagai kebutuhan psikologis yang melekat, hubungan yang dirasakan berfokus keterkaitan antara satu sama lain mengacu perasaan itu sendiri (Baumeister, 1995). Dukungan sosial seperti dari lingkungan pertemanan dapat membantu secara emosional, informasional, dan instrumental yang seseorang rasakan untuk diungkapkan kepada teman dekatnya sebagai tujuan adanya interaksi khusus yang menimbulkan kesan pertama untuk mendukung adanya *self disclosure* yang berpengaruh positif (Cohen, 1985). *Self disclosure* baik secara *online* ataupun *offline* cara menyampaikannya tidak

ada perbedaan yang khusus, karena *self disclosure* itu dilakukan dengan *intimate friendship* dan juga teman yang sudah lama berkenalan. Pearson (1993) menyebutkan bahwa *self disclosure* merupakan suatu yang terkontrol mengenai asumsi diri sendiri kepada temannya. Maka dari itu, urgensi dari penelitian ini yaitu seseorang ketika melakukan *self disclosure* dapat mengontrol dengan baik ketika individu melakukan *self disclosure* baik dari merespon, mendengarkan dan bijak ketika menyampaikan, juga subjek dari penelitian ini mahasiswa aktif psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung pada tahap usia dewasa.

Joseph Luft dan Harrington Ingham yang dikutip dalam Solihat dkk (2015) mengungkapkan bahwa *self disclosure* merupakan suatu cara untuk mengungkapkan segala yang dirasakan kepada yang lain seperti pengalaman secara pribadi, perasaan yang selalu ada, rencana untuk masa depan, impian, dan lain-lain. Ketika individu melakukan proses *self disclosure* seseorang harus diperhatikan mengenai waktu, tempat, dan tingkat keakraban seseorang. Kepercayaan adalah hal utama yang didasari dari suksesnya *self disclosure*. Membuka diri terhadap orang lain memiliki sisi negatif dan sisi positif. Sejalan dengan penelitian Pengaruh Konsep Diri terhadap Komunikasi Interpersonal Mahasiswa (Sapto Irawan, 2017) disebutkan bahwa kepercayaan seseorang terhadap dirinya sendiri mempunyai hal positif ataupun negatif. Kepercayaan yang baik memiliki arti konsep diri yang positif, sedangkan kepercayaan yang tidak baik berarti memiliki konsep diri yang negatif. Individu yang memiliki konsep diri yang positif dapat menerima individu sendiri dan juga menerima orang lain. Sedangkan konsep diri negatif akan menimbulkan individu tidak percaya diri. Terkadang individu yang terbuka mengenai pribadinya sendiri yang dirasakan baik senang ataupun sedih, tentang apa yang ia jalani di kehidupannya membuat orang lain kagum dengan keterbukaannya. Sebagian besar seseorang lebih nyaman ketika berinteraksi dengan pribadi yang terbuka, jadi kita pun dapat lebih terbuka terhadap beliau yang akhirnya kita lebih akrab dan saling percaya atau bisa disebut dengan *intimate friendship*. Namun, ada juga yang ketika seseorang terbuka dengan segala yang dirasakan justru merasa sebal karena terlalu jauh melakukan *self disclosure* sampai ke hal-hal yang menurutnya tidak pantas untuk diceritakan terhadap semua orang.

Informasi yang dibagikan tentang semua yang dirasakan baik tentang masa depan atau masa lalu juga menceritakan segala yang kita hadapi disebut *self disclosure* (Johnson dalam Supratiknya, 1995). *Self disclosure* dikaitkan dengan keterampilan persahabatan yang mempunyai manfaat dari awal persahabatan itu muncul (Buhrmester, Furman, Wittenberg, &

Reis, 1988). Istilah yang mirip dengan pengungkapan diri dalam komunikasi antar pribadi mengenai konsep tentang diri menurut Liliweri (2015) ada empat macam yaitu *concept*, *awareness*, *esteem*, dan *disclosure*. Dari empat konsep tersebut sama-sama menjelaskan dan menggambarkan individu dapat dilihat berdasarkan komponen-komponen. Ketika individu dapat terlibat dalam pembicaraan yang membuat informasi mengenai individu sendiri adalah salah satu hal penting dari komunikasi interpersonal. *Self disclosure* dapat terjadi kepada semua orang baik secara langsung ataupun tidak langsung seperti contohnya terjadi melalui televisi dan internet.

Setiap manusia mempunyai banyak perubahan-perubahan hidup, begitupun dengan mahasiswa. Mahasiswa semakin banyak yang dirasakan maka semakin banyak stress yang berkemungkinan menimbulkan gangguan dan penyakit. Mappiare (1983) mengemukakan bahwa individu yang dewasa merupakan transisi baik secara intelektual, fisik, peran sosial dan psikologis yang mengiringi kemampuan reproduktif. Tetapi hal tersebut dapat dihindari ketika mahasiswa dapat mengungkapkan hal yang dirasakannya terhadap orang yang sudah dekat dengannya. Mahasiswa yang melakukan *self disclosure* sangatlah bermanfaat untuk dirinya sendiri karena dapat berkurangnya beban yang dirasakan, mendapat *feedback*, memperoleh dukungan baik secara informasi ataupun emosi. Markus & Kitayama (1991) menjelaskan bahwa konsep diri itu saling ketergantungan untuk menggambarkan konsep yang berbeda di setiap orangnya. Mahasiswa memiliki tahapan perkembangan yang berperan penting khususnya mengenai *self disclosure* bersama teman, begitu sedikit dengan keluarganya. Kondisi mahasiswa yang melakukan *self disclosure* kepada temannya merupakan hal positif untuk dirinya sendiri, karena mahasiswa ingin diterima apa adanya dan dihargai oleh teman sebaya. Dalam pertemanan sangat penting *self disclosure*, namun perlu mengetahui batasan juga dalam membuka diri. Berbagi masalah dengan teman yang sudah dianggap dekat dapat menemukan saran yang dapat menyelesaikan masalah. Sejalan dengan teori Bell dan Bromnick (1998) yang mengemukakan bahwa *self disclosure* yang tinggi dapat mengurangi *homesickness* daripada *self disclosure* yang rendah. Maka dari itu, *self disclosure* sangat penting untuk diteliti karena perilaku *self disclosure* itu sangat banyak dilakukan dikalangan remaja sampai dewasa khususnya mahasiswa. Fenomena yang terjadi ini seperti terlihat dari hasil pra-survei yaitu terkadang seseorang melakukan *self disclosure* itu yang penting sudah menceritakan tanpa dilihat bagaimana pengaruhnya ketika seseorang telah selesai bercerita. *Self disclosure* merupakan informasi mengenai diri sendiri yang berawal dari pengalaman berharga (Tamir & Mitchell, 2012).

Menurut Devito (1986), *self disclosure* mempunyai pengaruh secara umum yaitu *self disclosure* itu hubungan timbal balik dimana dalam proses ini saling berhubungan satu sama lain ketika satu individu mengungkapkan semua hal yang dirasakan dan individu lain mendengarkan dengan bijak maka akan semakin baik yang menimbulkan sisi positif. Pengungkapan diri cenderung mengungkapkan cerita pribadi yang dirasakannya pada orang-orang yang menurutnya sudah dekat dan yang memiliki respon baik. Rasa, minat, sikap dan opini, pekerjaan merupakan topik pembicaraan ketika melakukan *self disclosure* yang sedang dirasakan. *Self disclosure* mempunyai pengaruh yang signifikan karena pendengar biasanya cenderung ingin melakukan *self disclosure* secara langsung yang akan menimbulkan kesenangan bagi orang lain karena dapat berinteraksi tanpa ada halangan. Dari segi lingkungan dapat diketahui bahwa perempuan lebih terbuka atau senang melakukan *self disclosure* daripada laki-laki. Ketika mempunyai perasaan simpati, empati, memberi *support*, menerima apa adanya hal tersebut merupakan sikap yang diinginkan untuk seseorang yang akan melakukan *self disclosure*.

Sesuai dengan hasil studi awal yang telah dilakukan dengan 54 responden dari mahasiswa aktif S1 UIN Sunan Gunung Djati Bandung yakni sebagian orang menyukai ketika dirinya melakukan *self disclosure* atau berbagi cerita tentang yang ia alami di kehidupannya ke seseorang yang sudah dianggap dekat dengannya juga orang yang selalu ada ketika suka maupun duka. Timbulnya *self disclosure* terhadap teman sebaya, individu tidak melihat apakah terdapat pengaruhnya atau tidak ketika mengungkapkan diri, maka penelitian ini melihat pengaruh dari seseorang yang mengungkapkan diri kepada temannya atau terhadap *intimate friendship*. Adanya *self disclosure* terhadap orang lain, individu dapat membuat perasaan menjadi enak, nyaman, merasa diperhatikan, merasa punya teman, dan dapat mengenali dirinya sendiri. Seseorang ketika sudah mengungkapkan diri terkadang mendapatkan *feedback* atau diberi solusi dari temannya. Tetapi, di sisi lain ada juga yang hanya butuh di dengarkan saja tanpa diberikan solusi. Kepercayaan individu merupakan salah satu penyebab munculnya *self disclosure*. Ketika individu melakukan *self disclosure* untuk mengungkapkan segala informasi mengenai hal yang dirasakan baik positif ataupun negatif yang akan menimbulkan untuk bercerita kepada orang lain maka dari itu orang tersebut menerima dengan tangan terbuka untuk masuk di kehidupannya juga percaya untuk melibatkan interaksi yang berjalan. Intimasi dapat mendorong untuk melakukan kedekatan emosional dengan orang-orang ketika suatu hal yang tidak ada atau belum

mengetahui bahwa kita mempunyai sikap yang terlihat hanya oleh orang lain. Jadi dapat disimpulkan dari hasil studi awal tersebut, terdapat hubungan antara *self disclosure* dengan keintiman dalam hubungan pertemanan (*Intimate Friendship*) tetapi belum diketahui apakah ada pengaruhnya ketika melakukan *self disclosure* kepada *intimate friendship* atau tidak.

Penelitian Fiona Almira Pohan dan Hairul Anwar Dalimunthe (2017), menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara *intimate friendship* dengan *self disclosure* apabila individu bijak dalam melakukan *self disclosure* maka *intimate friendship* akan terbentuk dengan baik, karena kebijakan tersebut sangatlah berpengaruh dengan terbentuknya *intimacy*. *Intimate friendship* mempengaruhi *self disclosure* sebesar 13.8% selebihnya terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi *self disclosure* yaitu efek diadik, besaran kelompok, topik bahasan, perasaan menyukai, jenis kelamin, ras, kebangsaan dan usia, mitra dalam hubungan, serta kepribadian. Sejalan dengan penelitian Ikko Setyawati & Amalia Rahmandani (2017), bahwa terdapat hubungan positif yang relevan antara pengungkapan diri terhadap teman sebaya dengan pemaafan pada remaja di SMA Mardisiswa Semarang yaitu semakin tinggi *self disclosure* maka semakin tinggi pemaafan, dan berlaku sebaliknya. Hal ini diasumsikan bahwa melalui *self disclosure* remaja akan mendapat kesesuaian mengenai pemahaman diri sendiri, meningkatkan komunikasi, membantu membangun hubungan, menciptakan lingkungan yang membuat orang lain merasa aman mengekspresikan diri, dan menciptakan sistem dukungan sehingga dapat memahami kondisi buruk yang terjadi melalui sudut pandang orang lain untuk memunculkan pemaafan.

Maka dari fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melihat apakah ada pengaruh antara *self disclosure* dengan *intimate friendship*. Topik ini di kaitkan dengan bidang psikologi perkembangan, yaitu tentang perkembangan emosi dewasa awal. Menurut berita Tempo.co (2017), ketika seseorang merasa mencintai dan dicintai maka akan ada peluang untuk terbuka berbagai hal daripada menutupinya. Melihat fenomena-fenomena yang terjadi mengenai pengungkapan diri kepada teman dekat, terkadang individu hanya ingin memberi kepuasan sendiri tanpa adanya pikiran bahwa ketika mengungkapkan segala sesuatu itu berdampak baik atau tidak bagi diri sendiri maupun oranglain. Hal tersebut dilihat bahwa ketika melakukan *self disclosure* terkadang seseorang tidak mempertimbangkan yang terjadi ketika selesai melakukan *self disclosure* yang penting individu merasa puas ketika mengungkapkan diri kepada temannya, juga respon dari temannya pun baik sesuai yang diinginkan dari individu tersebut. Mengenai hal

tersebut menyebabkan peneliti menjadi tertarik untuk meneliti *self disclosure* yang terjadi dengan hubungannya teman dekat.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh dari *self disclosure* terhadap *intimate friendship* ?

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang ingin dicapai yaitu ingin mengetahui pengaruh *self disclosure* terhadap *Intimate Friendship*.

### **Kegunaan Penelitian**

#### **1. Kegunaan Teoritis**

Secara teoritis kegunaan dari penelitian ini, dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan di bidang psikologi kepribadian dalam topik *self disclosure* dan juga di bidang psikologi sosial mengenai *intimate friendship*. Juga dapat dijadikan referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penelitian *self disclosure* dan *intimate friendship* serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.

#### **2. Kegunaan Praktis**

##### **a. Bagi penulis**

Dapat menambah wawasan dan pengalaman secara langsung mengenai pengaruh dari *self disclosure* terhadap *intimate friendship*.

##### **b. Bagi pembaca**

Membantu remaja untuk memikirkan cara-cara untuk *self disclosure* yang tepat juga mengetahui batasan ketika berinteraksi yang akan menciptakan kepercayaan dan keakraban yang baik dalam pertemanan secara sosial dan akademis.