

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Masa dewasa muda, atau *emerging adulthood*, dapat dikatakan sebagai periode transisi yang dialami individu berusia 18 hingga 25 tahun, mencakup akhir remaja dan awal dewasa. Fase ini ditandai oleh perubahan besar dalam aspek kehidupan seperti identitas, hubungan sosial, dan pencarian makna hidup. Individu pada masa ini menghadapi keputusan krusial terkait pendidikan, karier, dan hubungan personal, yang membentuk dasar perkembangan identitas. Dinamika baru dalam hubungan keluarga, pertemanan, dan hubungan romantis menjadi pusat perhatian, sementara kebebasan yang meningkat memungkinkan eksplorasi minat dan aspirasi yang belum terungkap.

Selaras dengan pernyataan di atas, Arnett (2013) mengatakan bahwa di fase *emerging adulthood* ini individu juga akan mulai menjalani hidupnya tanpa banyak bantuan dari orang tua serta dapat mengeksplorasi banyak pilihan dalam hidup sebelum membentuk sebuah komitmen. Di masa ini seorang individu biasanya merasakan keraguan, mempertanyakan serta mulai mencari identitas diri sebagai tanda stress karena memasuki usia dewasa. Menurut Miller (2011) pada masa *emerging adulthood* ini terdapat beberapa tugas perkembangan, seperti peningkatan kualitas akademik dan karir, belajar membuat keputusan secara mandiri, meningkatkan kematangan emosional, membangun hubungan romantis yang mendalam serta belajar untuk tinggal terpisah dengan orang tua.

Meskipun diwarnai optimisme dan semangat petualangan, *emerging adulthood* juga membawa tantangan psikologis dan emosional, seperti ketidakpastian masa depan, tekanan kemandirian, dan ekspektasi sosial. Dalam kompleksitasnya, masa ini menjadi sarana bagi individu untuk mengeksplorasi dan membentuk dasar pertumbuhan, memberikan peluang yang mendalam bagi pengembangan diri menuju perjalanan dewasa yang beragam dan penuh potensi.

Tantangan yang muncul selama fase transisi dari remaja ke dewasa ini kemudian menjadi permasalahan yang harus dihadapi dan dilalui oleh setiap individu. Kurangnya kemampuan untuk mengatasi tantangan tersebut dapat berpotensi menimbulkan krisis, yang berisiko tinggi menyebabkan gangguan kesehatan mental karena melibatkan peristiwa kehidupan yang penuh tekanan dan kompleks (Robinson & Smith, 2015). Krisis dalam periode transisi ini memiliki dampak signifikan pada proses perkembangan individu, yang mencakup munculnya perasaan kesepian, kebingungan, dan kecemasan.

Terdapat sebuah survei di Inggris yang dilakukan oleh *guntree.com* pada tahun 2015 dengan total 1100 responden yang merupakan pemuda yang berada dalam usia transisi

menuju dewasa. Survei tersebut menghasilkan temuan bahwa individu pada usia ini merasa mengalami sebuah krisis atau kekacauan. Hal tersebut dikarenakan sebanyak 86% responden merasa mendapatkan tekanan agar dapat mencapai keberhasilan dalam berbagai hal sebelum usianya menginjak 30 tahun. Sebanyak 32% responden menyatakan merasa tekanan untuk membangun hubungan pernikahan dan memiliki anak, 27% mengakui kekhawatiran terkait masalah keuangan, 21% memiliki keinginan untuk sepenuhnya mengubah jalur karier mereka, dan 6% memiliki rencana untuk bermigrasi dengan tujuan memulai kehidupan yang baru.

Hal serupa juga terjadi pada survei yang dilakukan oleh Pasinringi, dkk. (2022) pada 28 mahasiswa Universitas Hasanuddin, yang terdiri dari 10 pria dan 18 wanita dengan rentang usia 19-25 tahun. Hasil survei menunjukkan bahwa 39,3% dari partisipan secara rutin mengalami rasa gugup saat menghadapi situasi tak terduga dalam sebulan terakhir, 35,7% dari mereka merasa telah menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk merenungkan hal-hal negatif dalam hidup mereka dalam sebulan terakhir, dan 32,1% partisipan mencatat bahwa hampir setiap saat dalam sebulan terakhir mereka merasa berada pada titik terendah dalam hidup mereka.

Demikian juga, hasil survei dari Sumartha (2020) terhadap 58 mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, ditemukan bahwa 23,7% responden selalu merasa khawatir tentang kehidupan setelah lulus dari bangku perkuliahan, 33,9% secara rutin merasa khawatir terkait masa depan setelah lulus dari perkuliahan, 37,3% kadang-kadang merasa khawatir, sementara sekitar 5,1% menyatakan jarang hingga tidak pernah merasa cemas terhadap kehidupan setelah lulus dari perkuliahan. Selanjutnya, 15,3% mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka sering merasa khawatir, cemas berlebih, dan perasaan putus asa, 32,2% terkadang merasa cemas berlebih, 30,5% jarang merasa cemas berlebih, dan 22% tidak pernah merasa cemas berlebih atau perasaan putus asa.

Dari ketiga survei tersebut terdapat beberapa kesamaan, yaitu ketiganya dilakukan terhadap individu yang sedang berada pada masa transisi dari dunia akademik atau *academic world* ke dunia yang sesungguhnya atau *real world*. Ketiga survei itu pun memiliki hasil yang serupa yaitu pada usia transisi dari remaja akhir ke dewasa awal kebanyakan individu dihantui oleh rasa khawatir, gelisah, kecemasan, dan merasa putus asa. Hal ini selaras dengan pernyataan dari Santrock (2011) bahwa perubahan dalam kehidupan seperti masa transisi dari lingkungan universitas ke dunia nyata memiliki potensi menimbulkan kecemasan dan bahkan membuat seorang individu mengalami episode *quarter-life crisis*. Hal ini disebabkan oleh

adanya perasaan kehilangan harapan, kelelahan mental, kesedihan, dan mungkin dapat mencapai tingkat depresi.

Berdasarkan data-data serta studi terdahulu yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti memilih mahasiswa sebagai responden penelitian ini. Hal tersebut didasari oleh anggapan bahwa ketika menjadi seorang mahasiswa terdapat fase, tugas atau periode transisi yang penting dalam pembentukan identitas, pengambilan keputusan mengenai pendidikan dan karier, serta eksplorasi hubungan sosial yang membuat mahasiswa memiliki potensi untuk mengalami *quarter-life crisis*.

Pada prinsipnya, *quarter-life crisis* merupakan fase yang akan mempengaruhi proses perkembangan individu dan umumnya akan dialami oleh hampir tiap individu. Jika seorang mahasiswa tidak dapat menghadapi fase krisis ini dengan cara yang adaptif, maka hal itu dapat menyebabkan munculnya perilaku kecemasan, serangan panik, stres, bahkan depresi (Atwood & Scholtz, 2008). Oleh sebab itu, dibutuhkan suatu strategi yang mampu mengurangi dampak negatif akibat kurang mampunya seorang individu dalam menghadapi masa *quarter-life crisis* ini.

Salah satu metode untuk mengurangi dampak tersebut dikatakan oleh Folkman (dalam Zein dkk., 2023) adalah dengan memahami lebih dalam situasi yang sedang dihadapi. Upaya untuk mencapai pemahaman ini dapat dilakukan melalui tindakan membuka diri, yang dikenal sebagai *self-disclosure*. *Self-disclosure* bertujuan membantu mengatasi stres dan kesulitan dengan cara mengungkapkan perasaan atau kekhawatiran kepada orang lain (Zhang, 2017). Adanya korelasi yang signifikan antara *self-disclosure* dan stres telah ditunjukkan oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mengungkapkan diri melalui *self-disclosure* dapat menjadi salah satu cara untuk memperoleh dukungan, mengurangi beban stres, dan mendapatkan informasi yang mungkin dapat menjadi panduan dalam mencari solusi masalah, seperti yang ditemukan oleh Pinakesti (2016).

Mengungkapkan diri atau *self-disclosure* dapat ditunjukkan dengan membagikan atau menceritakan pikiran serta perasaan terhadap individu lain. *Self-disclosure* juga dapat dilakukan dengan mengekspresikan reaksi atau tanggapan terhadap situasi yang tengah dihadapi, dan berbagi informasi tentang pengalaman masa lalu yang berhubungan dengan kondisi saat ini (Hidayat, 2012). Menurut DeVito (2016) *self-disclosure* mencakup proses dimana individu mengungkapkan informasi tentang diri mereka yang umumnya tidak terlihat atau disembunyikan.

Informasi yang diungkapkan dalam proses *self-disclosure* dapat berupa deskriptif atau evaluatif. Deskriptif mengacu pada informasi objektif tentang diri individu yang mungkin

belum diketahui oleh pendengar, seperti usia, pekerjaan, atau alamat tempat tinggal. Sementara itu, evaluatif mencakup pendapat atau perasaan pribadi individu terhadap suatu hal, seperti preferensi atau ketidaksukaan terhadap sesuatu (Hidayat, 2012). Hal-hal yang biasanya diungkapkan dalam proses *self-disclosure* tersebut merupakan hal yang diperlukan dalam membangun hubungan sosial agar dapat memberikan dampak positif bagi individu yang melakukannya. Dampak positif yang didapatkan seperti memperoleh kesempatan bagi individu untuk mengeksplor identitasnya, pelepasan emosi, mendapatkan dukungan serta informasi mengenai isu-isu yang tengah terjadi, pengembangan sebuah hubungan dan mempertahankan hubungan sosial yang telah dibangun (Valkenburg & Peter, 2011).

Menurut Paramithasari & Dewi (2013) *self-disclosure* juga memiliki manfaat bagi kesehatan fisik dan mental, serta dapat menjadi wujud ekspresi dari pengalaman emosional yang memungkinkan proses pengaturan ulang pikiran terkait pengalaman traumatis atau hal-hal yang tersembunyi dalam pikiran. Selaras dengan pernyataan dari Gamayanti, dkk. (2018) yang menyatakan bahwa *self-disclosure* dapat menjadi katarsis dan melatih pengolahan emosi dan perasaan dalam menghadapi masalah.

Selain itu, Gamayanti dkk. (2018) dalam penelitiannya terhadap 49 mahasiswa psikologi UIN Sunan Gunung Djati menemukan bahwa mayoritas mahasiswa menunjukkan perilaku *self-disclosure* yang berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 35 mahasiswa, 6 mahasiswa berada pada kategori tinggi, dan 8 mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2022) pada subjek yang sama dengan jumlah 298 mahasiswa, yang menemukan bahwa mahasiswa dengan kategori *self-disclosure* rendah sejumlah 73 orang, kategori sedang sejumlah 168 orang, dan kategori tinggi sejumlah 57 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat banyak mahasiswa yang melakukan *self-disclosure* dengan porsi yang tidak tepat.

Namun, *self-disclosure* yang tidak tepat porsinya pun dapat memberikan dampak negatif bagi mahasiswa yang melakukannya. Tungkumas (2022) mengatakan bahwa mahasiswa yang terlalu terbuka dan membagikan informasi pribadi mengenai diri sendiri, serta tidak memiliki rahasia atau privasi bagi diri sendiri disebut *over self-disclosure* atau *self-disclosure* berlebih. Mahasiswa dengan *self-disclosure* berlebih tidak akan bisa membedakan mana informasi yang dapat diungkapkan dan mana yang sebaiknya harus dirahasiakan (DeVito, 2016). Mahasiswa tersebut juga akan mengalami kesulitan dalam membedakan siapa saja orang yang boleh mengetahui informasi yang akan dibagikannya, dan siapa saja yang tidak boleh mengetahuinya. Akibatnya, informasi atau data pribadi yang

terlalu banyak dibagikan tersebut dapat disalahgunakan orang lain untuk mengancam, merundung, atau melakukan agresi verbal terhadap pelaku *self-disclosure* berlebih.

Oleh karena itu, mahasiswa memerlukan suatu wadah aman di mana mereka dapat melakukan *self-disclosure* secara tepat, menceritakan keluh kesahnya, dan mengekspresikan perasaan terkait berbagai aspek kehidupan. Pemenuhan kebutuhan tersebut penting agar mahasiswa dapat mengelola stres dan menemukan dukungan emosional. Kampus UIN Sunan Gunung Djati Bandung menyadari pentingnya aspek kesejahteraan mental mahasiswa. Oleh karena itu, kampus ini menyediakan fasilitas Unit Layanan Psikologi, sebuah tempat yang aman, di mana mahasiswa dapat berbicara dengan tenang, menyimpan rahasia, mendapatkan arahan yang benar, dan merasa nyaman dalam proses *self-discovery*.

Unit Layanan Psikologi ini bertujuan untuk memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan mental mahasiswa dengan melayani dan membantu menyelesaikan berbagai persoalan psikologis, baik itu bersifat personal, keluarga, maupun komunitas. Kegiatan konseling yang melibatkan proses *self-disclosure* membantu mahasiswa dalam memahami diri. Dengan berbicara tentang masalah mereka, mahasiswa dapat merenungkan dan merumuskan cara untuk mengatasi hambatan mereka. Hal ini mendukung perkembangan pribadi dan kemandirian. Dalam mengungkapkan diri, mahasiswa dapat berbicara tentang masalah emosional atau psikologis yang mereka hadapi. Kegagalan dalam *self-disclosure* atau hambatan dalam berbicara tentang masalah pribadi dapat menyebabkan penumpukan stres dan kecemasan, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka.

Namun, terdapat banyak faktor yang dapat memengaruhi sejauh mana seorang mahasiswa merasa nyaman dan mampu mengungkapkan diri. Seperti faktor internal, contohnya kecerdasan, kondisi fisik, nilai yang dipercaya, serta kepribadian. Ada pula faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar tubuh, seperti cuaca, orang-orang disekitar, pendidikan, atau keuangan. Sedangkan menurut DeVito (2016) *self-disclosure* dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti besar kelompok, perasaan menyukai, ras, gender, efek diadik, usia dan kebangsaan, serta kepribadian.

Studi awal dilakukan untuk mencari tahu faktor apa yang paling mempengaruhi *self-disclosure* pada mahasiswa. Studi awal dilakukan terhadap 32 orang mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang tersebar dari beberapa fakultas melalui media online *Google Form*. Hasilnya, dalam rentang waktu satu minggu terakhir, sebanyak 10 mahasiswa menjawab sebanyak 1-3 kali menceritakan pengalaman, informasi, pikiran atau perasaan (melakukan *self-disclosure*) kepada orang lain, 14 mahasiswa menjawab menjawab 4-6 kali,

5 mahasiswa menjawab 7-9 kali, dan 3 mahasiswa menjawab lebih dari 10 kali. Hal yang dibagikan meliputi permasalahan akademik, pekerjaan, keluarga, pertemanan, percintaan dan rencana masa depan.

Hasil studi awal juga menunjukkan bahwa dalam jangka waktu seminggu terakhir, sebanyak 84% mahasiswa merasa cemas ketika menghadapi situasi yang menekan, 86% mahasiswa merasa khawatir akan sesuatu yang akan terjadi di masa depan, 94% mahasiswa sering merasa sedih, 75% mahasiswa merasa mudah tersinggung, 75% mahasiswa mudah terpancing untuk marah, dan 94% mahasiswa merasa *moodnya* mudah berubah. Selain itu, 97% atau 31 dari 32 mahasiswa mengatakan bahwa keenam hal tersebut merupakan alasan mengapa mereka menceritakan atau membagikan informasi, pikiran atau perasaan (melakukan *self-disclosure*) kepada orang lain.

Perasaan seperti rasa cemas, khawatir, sedih, mudah tersinggung, mudah terpancing untuk marah, dan perubahan *mood* yang cepat pada mahasiswa menunjukkan adanya indikasi *trait neuroticism* yang tinggi. *Trait neuroticism* merupakan salah satu dari *trait* yang ada dalam teori *Big Five Personality*. Wood (2007) mengatakan bahwa salah satu teori kepribadian yang umum digunakan saat ini adalah *Big Five Personality*. *Trait* yang ada dalam teori *Big Five Personality* diperoleh dari penelitian yang mendalam dan diidentifikasi melalui lima dimensi. Analisis faktor yang melibatkan berbagai tes dan skala kepribadian menyebabkan munculnya dimensi-dimensi ini (Goldberg dalam Friedman & Schustack, 2008). Dimensi dari *Big Five Personality* mencakup *openness*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism*. Menurut Ryckman (dalam Deasy, 2008), terdapat nilai positif serta negatif pada setiap dimensi kepribadian. Pada dasarnya, semua dimensi kepribadian dimiliki oleh setiap individu, namun ada dimensi tertentu yang menjadi dominan dan memberikan gambaran sifat perilaku individu tersebut.

*Neuroticism*, sebagai salah satu *trait Big Five Personality*, memiliki peran yang signifikan dalam menentukan tekanan psikologis karena berkaitan dengan aspek emosi negatif yang kompleks dan memiliki hubungan dengan stabilitas emosi. Secara khusus, *trait* kepribadian ini terfokus pada pengalaman emosi negatif seperti kecemasan, kesedihan, ketegangan, dan kegelisahan, yang berpotensi memberikan dampak negatif pada individu dalam menghadapi berbagai situasi (Ghufron & Suminta, 2010). Tipe kepribadian *neuroticism* dibagi menjadi dua karakteristik, yakni tingkat *neuroticism* atau *reactive* (N+) dan tingkat *neuroticism* rendah atau resilien (N-). Individu yang memiliki sifat *reactive* cenderung mudah merasa khawatir dan sulit untuk tetap tenang ketika dihadapkan pada stimulus yang memicu kekhawatiran, yang dapat mengakibatkan perilaku marah dan

perasaan putus asa (*hopeless*). Di sisi lain, individu yang bersifat resilien cenderung mampu menjaga ketenangan dalam situasi yang menimbulkan kekhawatiran, sehingga mampu mengatasi stres dengan sikap optimis dan percaya diri (Ghufron & Suminta, 2010).

*Neuroticism* adalah salah satu *trait* yang dapat menyebabkan individu lebih mungkin mengalami emosi negatif, termasuk pemikiran negatif, perilaku impulsif, dan kecemasan (Bajcar & Babiak, 2020). Menurut (Costa & McCrae, 1992) *trait neuroticism* terdiri dari enam karakteristik, yaitu *angry hostility*, *anxiety*, *depression*, *impulsiveness*, *self-consciousness*, dan *vulnerability*. Evans (dalam Wulandari, 2021) mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *trait neuroticism* seseorang, seperti tempramen yang dimiliki, faktor genetik, pengalaman perkembangan sejak masa kecil hingga remaja, serta pengaruh dari lingkungan ketika sudah dewasa.

Studi yang dilakukan di Amerika Serikat mengungkapkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara usia dan perubahan *trait* kepribadian. Ketika mencapai awal usia 20 tahun, individu cenderung mengalami peningkatan dalam *neuroticism* karena periode ini seringkali dianggap sebagai masa yang rentan terhadap ketidakpuasan, pergolakan, dan pemberontakan. (Pervin dkk., 2010). Terdapat pula penelitian yang dilakukan di Universitas Indonesia menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir berada pada kategori sedang dalam *trait* kepribadian *neuroticism*, mencapai 70,3% dari total responden. Sebanyak 15,3% diklasifikasikan dalam kategori tinggi, sedangkan sisanya, sekitar 14,4%, berada pada kategori rendah. Meskipun demikian, jika dilihat dari skor setiap faset, seperti kemarahan (*angry hostility*), kecemasan (*anxiety*), depresi (*depression*), kesadaran diri (*self-consciousness*), dan kerentanan (*vulnerability*) mahasiswa cenderung memiliki skor yang tinggi. Penelitian ini juga menemukan bahwa tingkat *neuroticism* pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki (Talamati & Utoyo, 2015)

Mahasiswa dengan *trait neuroticism* yang tinggi digambarkan memiliki kecenderungan rasa tidak nyaman, cemas dan khawatir berlebih, emosional, kurang dapat menyesuaikan diri, dan memiliki rasa sedih berkelanjutan. Ketika seorang mahasiswa mengalami hal tersebut, terdapat kemungkinan untuk mencari seseorang yang dapat dipercaya untuk berbagi keluh kesah dan memberikan rasa nyaman (Sayla, 2017). Namun, mahasiswa yang memiliki tingkat *neuroticism* yang tinggi juga umumnya menunjukkan tingkat *self-consciousness* yang tinggi dan cenderung merasa malu berlebihan, tidak nyaman dalam interaksi sosial, serta sangat sensitif, yang pada akhirnya menyebabkan mereka memilih untuk menjauh dan tidak bersikap terbuka terhadap orang lain.

Sebelumnya, telah terdapat sebuah penelitian yang mengeksplorasi dampak dari *trait neuroticism* terhadap *self-disclosure*, seperti yang dilakukan oleh Purnamasari (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh *trait* kepribadian *big five*, *privacy concern*, dan variabel demografi terhadap *self-disclosure* remaja pengguna media sosial”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hanya *trait neuroticism* dan *extraversion* yang berpengaruh terhadap *self-disclosure* remaja pengguna media sosial. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa individu dengan tingkat *extraversion* yang tinggi cenderung lebih sering melakukan perilaku *self-disclosure*. Mereka menggunakan platform media sosial seperti Instagram untuk berinteraksi, berbagi pengalaman, dan memperluas jejaring pertemanan. (M. K. Utami & Hamdan, 2021). Sedangkan, pada individu dengan tingkat *neuroticism* yang tinggi seringkali memiliki pengalaman emosi negatif seperti kegelisahan, kekhawatiran, dan ketakutan (Ramdhani, 2012). Akibatnya, individu tersebut cenderung menggunakan *self-disclosure* di platform media sosial Instagram sebagai cara untuk mengatasi perasaan emosi negatif yang mereka rasakan.

Temuan tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Saraswasti (2022) dalam studinya yang berjudul “Hubungan antara *big five personality* dengan *self-disclosure* pada dewasa awal pengguna media sosial instagram”. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *trait conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism* memiliki korelasi positif signifikan atau berpengaruh secara positif terhadap *self-disclosure*.

Namun, hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya menunjukkan perbedaan dengan temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Hikmah (2017), yang berjudul “Hubungan kepribadian *big five* dengan pengungkapan diri secara *online* pengguna media sosial”. Penelitian ini menghasilkan temuan hanya *trait openness* yang berpengaruh positif dengan *self-disclosure*. Sedangkan, *trait neuroticism* tidak memiliki korelasi signifikan terhadap *self-disclosure*, sama halnya dengan *trait conscientiousness*, *extraversion*, dan *agreeableness*. Temuan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Loiacono (dalam Tungkumas, 2022) yang menemukan bahwa individu dengan nilai yang tinggi dalam *trait extraversion* dan *conscientiousness* memiliki kecenderungan tinggi untuk melakukan *self-disclosure*, atau terdapat korelasi yang positif. Sedangkan, pada individu dengan *trait openness*, *agreeableness*, dan *neuroticism* yang tinggi terdapat korelasi yang negatif terhadap *self-disclosure*.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa masih terdapat inkonsistensi yang menyatakan apakah *trait neuroticism* berkorelasi negatif atau positif terhadap *self-disclosure*. Sampel penelitian yang

digunakan pun kriterianya terlalu luas, karena kriteria yang ditentukan kurang spesifik dan hanya mengarah pada dewasa awal atau remaja saja. Kedua hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk melakukan studi guna mencari tahu apakah *neuroticism* berkorelasi positif terhadap *self-disclosure*, dengan mempersempit kriteria responden, yaitu mahasiswa aktif berusia 18 hingga 25 tahun yang menunjukkan ciri-ciri *trait neuroticism*, dan pernah melakukan konseling (*self-disclosure*) ke Unit Layanan Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Peran *Neuroticism Personality* terhadap *Self-disclosure* Mahasiswa”.

### **Rumusan Masalah**

Apakah terdapat pengaruh dari *neuroticism personality* terhadap *self-disclosure* pada mahasiswa UIN Bandung?

### **Tujuan Penelitian**

Mengetahui pengaruh dari *neuroticism personality* terhadap *self-disclosure* pada mahasiswa UIN Bandung.

### **Kegunaan Penelitian**

Kegunaan penelitian berdasarkan pemaparan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya adalah sebagai berikut.

#### ***Kegunaan teoritis.***

Penelitian ini diharapkan mampu memperluas serta melengkapi literatur dalam ranah psikologi sosial dan psikologi kepribadian, terutama dalam konteks *self-disclosure* dan *neuroticism personality*.

#### ***Kegunaan praktis.***

Berikut adalah kegunaan praktis yang diharapkan didapatkan dari penelitian ini:

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberi pemahaman baru bagi mahasiswa untuk dapat mengembangkan strategi *coping* masalah yang lebih efektif serta memotivasi untuk dapat lebih terbuka kepada individu lain.
2. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk pengembangan strategi konseling yang lebih efektif oleh konselor atau psikolog, khususnya bagi mahasiswa dengan *trait neuroticism* yang tinggi.
3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi lembaga kampus untuk menyediakan dukungan dan sumber daya yang sesuai guna membantu mahasiswa dalam mengatasi stres, meningkatkan keterampilan *coping*, dan memperkuat kemampuan berkomunikasi mereka.