

# BAB I

## PENGANTAR

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial yang senantiasa berhubungan dengan orang lain. Agar terciptanya suatu hubungan tersebut maka diperlukan adanya sebuah komunikasi. Komunikasi setidaknya dilakukan oleh dua individu yang saling berinteraksi (Aryanti, 2002). Ifdil (2013) menjelaskan bahwa komunikasi akan lebih efektif apabila individu memiliki kemampuan dan keinginan untuk mengekspresikan pemikiran dan perasaan mereka secara terbuka. Kemampuan personal tersebut disebut dengan *self-disclosure* atau keterbukaan diri. Cozby (Karina & Suryanto, 2012) juga menjelaskan keterbukaan diri adalah sebuah pesan tentang diri bahwa seseorang melakukan komunikasi dengan orang lain. Tanpa adanya keterbukaan diri maka komunikasi yang dilakukan cenderung tidak efektif dan dapat mengakibatkan merenggangnya sebuah hubungan. Sebaliknya, adanya keterbukaan diri menciptakan hubungan yang lebih erat dan mempertahankan *psychological well-being* dari individu (Collins & Miller dalam Pathak, 2012). Hal ini disebabkan ketika orang lain merespon pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu tersebut secara positif, maka akan menumbuhkan kelekatan diantara keduanya (Reis dan Shaver dalam Dai, Shin, Kashian, Jang, & Walther, 2016)

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dilihat bahwa kemampuan keterbukaan diri yang dimiliki sangat penting dimiliki. Jourard (Tokic & Pecnik, 2012) juga

berpendapat bahwa keterbukaan diri yang dilakukan setidaknya pada satu orang terdekat merupakan salah satu syarat dari kepribadian yang sehat. Hal ini menjelaskan bahwa keterbukaan diri merupakan salah satu faktor dalam kehidupan yang positif. Tokic dan Pecnik (2012) menyebutkan bahwa pentingnya keterbukaan diri memungkinkan seseorang menerima penerimaan sosial, meningkatkan kontrol sosial, memperoleh klarifikasi diri, melatih *self-expression* serta mengembangkan hubungan sosial.

Keterbukaan diri juga diperlukan bagi mahasiswa, dimana membutuhkan kemampuan ini untuk menjalin hubungan dengan teman maupun pengajar di lingkup kampus. Berbeda dengan anak-anak, lingkup sosial mahasiswa semakin meluas tidak hanya dengan orangtua saja. Menjalinkan hubungan dengan teman sebaya maupun pengajar merupakan lingkup yang lebih luas. Keterbukaan diri dapat digunakan untuk membangun hubungan pertemanan dalam lingkungan baru (Wei, Russell, & Zakalik, 2005). Selain itu, mengungkapkan diri terkait kualitas maupun aspek yang ada pada dalam diri diyakini dapat menciptakan hubungan empati dan saling memahami di dalam sebuah hubungan (Bargh, McKenna, & Fitzsimons, 2002). Gainau (2009) menjelaskan kemampuan keterbukaan diri pada mahasiswa juga dapat membantu dalam mencapai kesuksesan akademik dan pembentukan penyesuaian diri. Apabila mahasiswa tidak memiliki kemampuan keterbukaan diri maka dia akan mengalami kesulitan dalam berhubungan dengan orang lain. Ifdil (2013) juga menyebutkan apabila mahasiswa kurang memiliki keterampilan keterbukaan diri, dapat mengakibatkan kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan sesama yang akan berdampak pada kegiatan akademik.

Wawancara singkat yang dilakukan kepada IN (20 tahun), seorang mahasiswa di salah satu universitas di Yogyakarta mengungkapkan dirinya memiliki kesulitan dalam bidang akademis. Menurut IN, hal tersebut dikarenakan IN jarang sekali menanyakan kesulitan terkait akademis ke dosen maupun temannya. IN mengaku bahwa dirinya jarang melakukan komunikasi di lingkungan kampus, sehingga IN kerap kali tidak mengetahui informasi yang beredar di sekitar kampus. Berbeda yang dialami oleh S (19 tahun), yang juga merupakan mahasiswa di salah satu universitas di Yogyakarta, mengungkapkan dirinya sering sekali berkomunikasi dan menceritakan hal-hal terkait diri sendiri kepada orang lain. Menurut S, hal tersebut membantu dalam bidang akademis maupun lingkungan sosialnya. S mengaku bahwa sebagian besar teman kampus maupun beberapa dosen mengenal S dan kerap kali membagikan beberapa informasi kepada S.

Berdasarkan hal tersebut, dapat dilihat bahwa individu yang jarang mengungkapkan dirinya cenderung akan mengalami beberapa kesulitan dibandingkan dengan individu yang lebih sering mengungkapkan diri. Ketika individu melakukan keterbukaan diri maka orang lain akan mengetahui beberapa informasi baru tentang individu tersebut. Chen dan Nakazawa (2012) menjelaskan bahwa keterbukaan diri merupakan proses dalam mengungkapkan informasi personal dimana orang lain tidak mengetahuinya. Hal tersebut menjelaskan bahwa keterbukaan diri memudahkan orang lain untuk memahami sesama. Berbeda dengan individu yang memiliki tingkat keterbukaan diri tinggi, individu dengan tingkat keterbukaan diri rendah jarang mengungkapkan dirinya kepada orang lain.

Dengan begitu, orang lain kurang dapat memahami bagaimana individu tersebut dan akan berdampak pada kelekatan hubungan maupun lingkup sosialnya.

Terdapat beberapa sebab seseorang tidak mau melakukan keterbukaan diri. Parsons dan Gomez (Pathak, 2012) menyebutkan konsekuensi negatif dari keterbukaan diri adalah adanya penolakan, stigma, hilangnya keintiman serta ancaman dalam *personal well-being*. Hal tersebut memungkinkan seseorang tidak melakukan pengungkapan diri kepada orang lain. Selain itu, Usu (2015) menambahkan rendahnya keterbukaan diri seseorang dapat disebabkan oleh timbulnya perasaan tidak enak, kecemasan yang berlebihan, rasa takut dan kekhawatiran melakukan suatu kesalahan. Kekhawatiran tersebut dapat berkaitan dengan rasa aman dan kepribadian yang dimiliki. Adapun kepribadian yang dimiliki individu memiliki kaitan dengan harga diri dimana keduanya memiliki kesamaan dalam perkembangannya (Robins, Tracy & Trzesniewski, 2001). Harga diri memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian seseorang. Sebagai contoh, seseorang dengan harga diri rendah berkemungkinan memiliki *self-confidence* yang rendah untuk mengembangkan kemampuan sosialnya lebih luas sehingga mengakibatkan dirinya lebih tertutup (Robins, Tracy & Trzesniewski, 2001). Dapat dijelaskan harga diri yang dimiliki juga dapat mempengaruhi kemampuan dalam mengungkapkan diri dimana hal ini akan membantu dalam hubungan sosialnya. Senada dengan hal tersebut, Dolgin, Meyer, & Schwartz dan Sahlstein & Allen (Seamon, 2003) menjelaskan bahwa keterbukaan diri dapat disebabkan oleh harga diri yang dimiliki tiap individu. Senada dengan hal tersebut Pathak (2012) menjelaskan bahwa seseorang dengan tingkat harga diri rendah

cenderung untuk tidak mengungkapkan dirinya dibandingkan dengan seseorang dengan tingkat harga diri tinggi dikarenakan tingginya resiko interpersonal. Sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat harga yang tinggi meyakini akan kemampuan mereka untuk berkomunikasi secara baik dan tidak merasa tertekan untuk mengungkapkan informasi personalnya (Vera & Bets dalam Pathak, 2012).

Dapat dilihat bahwa individu yang memiliki harga diri rendah memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah juga. Munculnya resiko interpersonal dan stigma dari orang lain menyebabkan individu enggan untuk mengungkapkan diri, padahal harga diri sangat dibutuhkan untuk individu mengungkapkan diri dalam berhubungan dengan orang lain. Harga diri juga berkaitan dengan kebahagiaan (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003). Individu dengan harga diri tinggi lebih mudah mendapatkan kebahagiaan. Sedangkan individu dengan harga diri rendah lebih mengarah pada depresi dalam beberapa keadaan.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian terkait harga diri dan keterbukaan diri pada mahasiswa, dengan tujuan ingin melihat hubungan pada kedua variabel tersebut. Berdasarkan data penelitian di atas maka peneliti memberi judul penelitian ini dengan “Harga Diri dan Keterbukaan Diri pada Mahasiswa”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan secara empiris antara harga diri dan keterbukaan diri pada mahasiswa.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan juga mengembangkan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial.

#### b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran dan memberikan informasi kepada mahasiswa terkait dengan harga diri dan keterbukaan diri. Selain itu untuk peneliti selanjutnya agar penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi yang ingin meneliti penelitian ini.

### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang berjudul *Self-esteem and Academic Achievement of Adolescents* (Joshi dan Srivastava, 2009) ini meneliti tentang *self-esteem* dan prestasi belajar pada anak remaja kota. Subjek dari penelitian ini adalah 200 remaja di perkotaan (100 laki-laki, 100 perempuan) dan 200 remaja di pedesaan (100 laki-laki, 100 perempuan), masing-masing berusia 12-14 tahun. Subjek diberikan kuisioner menggunakan skala *self-esteem Rosenberg*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan *self-esteem* pada remaja di perkotaan maupun pedesaan. Namun pada remaja laki-laki menunjukkan perbedaan yang signifikan ( $F = 21.55$ ) bahwa laki-laki memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Selain itu, perbedaan signifikan

juga dihasilkan pada prestasi belajar. Remaja di perkotaan cenderung memiliki prestasi yang lebih tinggi dibandingkan remaja di pedesaan.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Rahmania dan Yuniar (2012) tentang hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDS) pada remaja putri. Subjek dari partisipan ini adalah 100 siswi SMA Negeri 4 Surabaya dengan rentang usia 15-18 tahun. Subjek diberikan kuisioner terkait dengan *self-esteem* dan BDS. Hasil dari penelitian ini menunjukkan 82% siswi tidak puas terhadap penampilan dan 18% menyatakan puas terhadap penampilan. Subjek yang memiliki tingkat *Self-esteem* tinggi sebanyak 32%, tingkat sedang sebanyak 41% dan tingkat rendah sebanyak 27%. Selain itu subjek yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDS) pada tingkat tinggi sebanyak 35%, tingkat sedang sebanyak 36% dan tingkat rendah sebanyak 29%. Berdasarkan analisis data yang dihasilkan menyatakan ada hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body dysmorphic disorder* (BSD). Hasil koefisien korelasi sebesar -0,405 ( $p = 0,0405$ ) dan Sig 0,000 (Sig=0,000).

Sedangkan pada penelitian yang berjudul *Self-esteem, Sex Differences, and Self Disclosure: A study of the Closeness of Relationships* (Seamon, 2003) meneliti tentang bagaimana perbedaan jenis kelamin dan *self-esteem* dapat mempengaruhi *self-disclosure* dalam suatu hubungan. Subjek dari penelitian ini adalah 153 mahasiswa Psikologi *University of North Florida* (81 laki-laki, 72 perempuan). Subjek diberikan kuisioner yang 40 pertanyaannya diadaptasi dari skala *Marital Self-Disclosure Questionnaire* dan *Rosenberg Self-Esteem Scale*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri dapat mempengaruhi keterbukaan diri pada seseorang namun tidak ada perbedaan keterbukaan diri pada individu dengan harga diri tinggi maupun rendah. Selain itu keterbukaan diri yang dilakukan pada wanita lebih tinggi dibandingkan pria.

Penelitian yang berjudul *Measuring Patterns of Self-Disclosure in Intercultural Friendship: Adjusting Differential Item Functioning Using Multiple-Indicators, Multiple-Cause Models* (Chen & Nakazawa, 2012) meneliti tentang bagaimana jenis dan tingkat hubungan pertemanan serta latar belakang budaya dapat mempengaruhi kedalaman serta keluasan dari *self-disclosure*. Adapun tingkat hubungan dalam penelitian ini dibedakan menjadi tiga yaitu orang asing (*stranger*), teman kasual (*casual friends*) dan teman dekat (*good friends*). Subjek penelitian ini berjumlah 172 partisipan dimana terbagi menjadi 3 kelompok yaitu 56 partisipan merupakan *Sojourning Native English Speakers* (SojNESs), 49 partisipan merupakan *Sojourning Taiwanese* (SojTs) dan 67 partisipan merupakan *Taiwanese in Taiwan* (TaiTs). Partisipan diberikan kuisisioner dengan menggunakan skala *Jourard-Lasakow's Self Disclosure Quistionnaire*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa latar belakang budaya mempengaruhi pola dari keterbukaan diri individu dalam hubungan interkultural. Selain itu adanya tingkatan hubungan dapat mempengaruhi kedalaman maupun keluasan keterbukaan diri. Pada partisipan SojNESs cenderung terbuka terkait pekerjaan maupun pendidikan namun tidak terbuka terkait penampilan dan tubuh dibandingkan partisipan dari dua kelompok lainnya ketika mereka berhubungan

dengan orang asing. Berdasarkan penelitian diatas, penelitian ini dapat dikatakan orisinal karena:

1. Keaslian Topik

Topik yang diambil dari penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu meneliti tentang harga diri dan keterbukaan diri yang dimiliki mahasiswa, Adapun pada penelitian sebelumnya seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Seamon (2003) meneliti tentang hubungan harga diri, perbedaan gender dan keterbukaan diri dalam mempengaruhi kelekatan hubungan. Penelitian Chen dan Nakazawa (2012) meneliti tentang bagaimana jenis dan tingkat hubungan pertemanan serta latar belakang budaya dapat mempengaruhi kedalaman serta keluasan dari keterbukaan diri. Penelitian Joshi dan Srivastava (2009) meneliti tentang hubungan harga diri dan prestasi pada anak remaja kota. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Rahmania dan Yuniar (2012) meneliti tentang hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDS) pada remaja putri.

2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan pada penelitian ini menggunakan dasar teori yang sering digunakan oleh peneliti lain. Teori yang digunakan untuk keterbukaan diri menggunakan teori Jourard, sedangkan teori pada harga diri menggunakan teori Coopersmith

### 3. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan pada penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya. Adapun pada penelitian sebelumnya seperti pada penelitian Joshi dan Srivastava (2009), subjek yang digunakan adalah remaja perkotaan. Pada penelitian Rahmania dan Yuniar menggunakan subjek remaja putri. Sedangkan pada penelitian Seamon (2003) dan Chen & Nakazawa (2012) menggunakan mahasiswa sebagai subjek namun berdasar dari latar belakang negara dan etnis yang berbeda. Penelitian kali ini memilih mahasiswa Universitas Islam Indonesia sebagai subjek penelitian.

### 4. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini juga menggunakan alat ukur yang berbeda dengan penelitian sebelumnya. Alat ukur yang digunakan terdiri dari skala keterbukaan diri dan harga diri. Skala keterbukaan diri yang digunakan penelitian ini merupakan alat ukur yang dirancang dan dibuat sendiri oleh peneliti. Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek keterbukaan diri milik Jourard (Chen & Nakazawa, 2012). Sedangkan skala harga diri merupakan hasil modifikasi dari skala *self-esteem* Mulyawati (2013). Aspek yang digunakan berdasarkan aspek-aspek harga diri yang dikemukakan oleh Coopersmith (Susanti, 2012).