

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk dinamis yang terus mengalami perkembangan dan perubahan. Salah satunya adalah perubahan pada tahap menempuh jenjang pendidikan yaitu tahapan menjadi mahasiswa pada perguruan tinggi. Mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa didorong untuk mampu melihat peristiwa-peristiwa yang ada disekitarnya dengan lebih aktif, peka dan kritis. Hal ini menjadi suatu karakter yang melekat pada sosok mahasiswa itu sendiri sebagai kaum pelajar, yang olehnya masyarakat memiliki harapan untuk dapat menjadikan kehidupan berbangsa dan bernegara yang semakin lebih baik dan maju di masa depan.

Mahasiswa sebagai seorang yang sedang mengalami perubahan eksternal maupun internal. Perubahan eksternal seperti lingkungan yang berbeda dari sebelumnya dan perubahan internal adalah perubahan secara biologis yang terjadi pada setiap individu, untuk menghadapi kedua perubahan tersebut memerlukan penyesuaian diri yang tepat (Natalia, 2012). Proses penyesuaian diri yang dilakukan tentunya melibatkan proses interaksi dengan orang disekitarnya, penyesuaian diri dalam lingkungan sosial, menjalin hubungan sosial, dan interaksi serta komunikasi yang intensif dengan lingkungan sosial. Mahasiswa yang tidak berhasil beradaptasi dengan lingkungan tersebut, dapat mengalami berbagai masalah, termasuk masalah dalam pengungkapan diri kepada orang lain.

Berdasarkan hasil kuisioner yang disebarakan oleh peneliti pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau yang berjumlah 17 subjek yang berada pada semester tiga dan lima, diperoleh bahwa delapan orang (50%) subjek mengalami hambatan dalam pengungkapan diri kepada lingkungan sekitarnya. Mereka menyebutkan bahwa mereka merasa lebih baik jika sesuatu hal dipendam sendiri, takut mengganggu aktivitas orang lain, takut merepotkan orang lain, merasa bahwa topik yang ia miliki atau peroleh adalah hal yang biasa yang tidak perlu diketahui atau di bicarakan ke orang lain, merasa malu jika mendapat cap yang buruk atau penilaian buruk dari orang lain setelah menceritakan keadaan atau persoalan mereka, tidak percaya dengan orang lain, serta merasa bahwa orang lain tidak perlu mengetahui lebih banyak tentang keadaan yang telah mereka alami. Ada juga mahasiswa yang mengakui bahwa dirinya adalah orang yang tertutup sehingga sulit baginya untuk melakukan pengungkapan diri. Hal ini menjadi suatu persoalan karena dampak dari sikap mereka tersebut tidak jarang dapat merugikan diri sendiri dan lingkungan disekitar mereka (orangtua, teman, masyarakat), dimana subjek jarang berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain, berfikir negative terhadap orang lain yang membuat munculnya konflik atau kesalahpahaman.

Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tersebut memiliki kecenderungan untuk tidak ingin menceritakan sesuatu kepada orang lain. Pandangan seperti mengungkapkan diri akan merepotkan orang lain, mengganggu orang lain, topik pembicaraan yang tidak layak dibicarakan dan takut mendapat penilaian yang buruk dari orang lain,

pandangan yang kurang tepat inilah yang membuat mereka mengambil suatu tindakan yang mereka yakini sebagai tindakan yang benar, yakni terbiasa untuk tidak bercerita kepada orang lain dan tidak mau berbagi dengan orang lain. Hal ini mengakibatkan orang lain tidak dapat mengenal diri mereka yang sebenarnya, sehingga orang lain tidak dapat mengetahui dan mengerti sifat-sifat, pemikiran, dan perasaannya tersebut. Merasa tidak ingin mendapat penilaian buruk dari orang lain juga menyebabkan mereka selalu memakai topeng dihadapan orang lain yaitu dengan tidak menggambarkan atau memperlihatkan diri mereka yang sebenarnya kepada orang lain, agar selalu dianggap sebagai orang yang baik atau teman yang baik. Padahal sebagai manusia yang merupakan makhluk yang tidak sempurna, suatu kesalahan atau kelemahan menjadi hal yang dapat dimaklumi, dengan segala keterbatasan yang dimiliki. mengenai hambatan dalam melakukan pengungkapan diri. Penilaian yang salah tersebut membuat komunikasi menjadi sangat sulit dilakukan oleh mahasiswa karena mereka tidak dapat mengenal dengan baik pribadi seseorang dengan yang lain, menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami kesulitan dalam melakukan pengungkapan diri, karena DeVito (1997) mengatakan bahwa pengungkapan diri dapat muncul dilihat dari kuantitas, valensi, ketepatan, dan kejujuran.

Menurut Taylor & Belgrave (dalam Gainau, 2009) menyebutkan bahwa individu yang terampil dalam pengungkapan diri adalah individu yang memiliki rasa tertarik kepada orang lain daripada individu yang kurang terbuka, percaya diri sendiri, dan percaya pada orang lain.

Apabila mahasiswa tersebut membiasakan dirinya untuk tidak mengungkapkan diri kepada orang lain atau lingkungan sekitar, maka dia jua nanti akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. Misalnya dalam lingkungan kampus banyak dijumpai adanya komunikasi yang kurang efektif antara mahasiswa dengan dosen, dan mahasiswa dengan teman-temannya. Salah satu penyebab adalah kurangnya pengungkapan diri (*self disclosure*) mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala seperti tidak bisa mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa was-was atau takut jika hendak mengemukakan sesuatu (Gainau, 2008).

Morton dalam (Sears, dkk., 1992) mengatakan pengungkapan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. Pengungkapan diri sebagai proses komunikasi yang perlu dilakukan oleh individu yang berada pada suatu bagian dari lingkungan, termasuk mahasiswa karena mahasiswa sangat beragam, mulai dari latar pendidikan, latar belakang budaya, daerah, dan status ekonomi yang berbeda. Pengungkapan diri bagi mahasiswa juga diasumsikan sebagai cara untuk mendapat dukungan dari orang lain dalam melewati masa penyesuaian diri, baik dengan lingkungan maupun penyesuaian dengan perubahan internal sebagai akibat perubahan tahap perkembangannya yaitu masa remaja. Pengungkapan diri yang dilakukan mahasiswa yang masuk tahap remaja tidak hanya terbatas pada teman, tetapi juga perlu melibatkan orang tua, karena remaja tidak dapat lepas sepenuhnya dari pengaruh orang tua. Pengungkapan diri pada mahasiswa dapat berupa kegiatan

berbagi dan membicarakan topik-topik yang menarik maupun yang tidak menyenangkan bersama teman dekat dan orang tua (Sari, Rejeki, dan Mujab, 2006).

Endang (dalam Asih, 2007) mengutarakan bahwa pengungkapan diri memiliki manfaat bagi individu, salah satunya yaitu dengan pengungkapan diri bagi remaja mampu meringankan beban persoalan yang dihadapi, mengurangi tegangan dan stres, memahami dunia secara realistis, lebih percaya diri dan dapat mempererat hubungan dengan orang lain.

Hambatan dalam mengungkapkan diri juga berkaitan dengan rasa aman dan percaya pada diri sendiri. Rasa aman akan tercapai bila seseorang percaya dan memiliki pikiran positif bahwa orang lain tidak akan merendahkan dirinya setelah mengetahui keadaan yang sebenarnya. Penilaian positif kepada orang lain berawal dari kesediaan individu menerima dirinya sendiri dan memiliki penilaian yang positif terhadap diri sendiri. Penilaian terhadap diri sendiri berkaitan dengan harga diri, yaitu evaluasi diri yang dibuat individu terhadap dirinya dalam rentang positif sampai negatif (Baron dan Byrne, 2004).

Menurut Michener dan DeLamater (1999) individu dengan harga diri tinggi bersikap asertif, terbuka, dan memiliki kepercayaan terhadap dirinya. Sikap asertif tersebut memungkinkan mereka untuk dapat menyatakan diri apa adanya sehingga pengungkapan diri yang dilakukan bukan sebagai topeng untuk menutupi kelemahannya. Sebaliknya individu dengan harga diri rendah menunjukkan perilaku yang menghambat pengungkapan diri.

Burns (1993) menambahkan bahwa individu dengan harga diri rendah cenderung tidak dapat mengekspresikan diri serta mengalami kesulitan dalam menunjukkandiri, perasaan, dan pikirannya yang disebabkan oleh adanya penilaian yang negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain serta menganggap bahwa hubungan dengan orang lain merupakan sebuah ancaman. Sikap yang negatif terhadap orang lain menyebabkan individu dengan harga diri rendah, termasuk mahasiswa yang memiliki harga diri rendah, memiliki pengungkapan diri yang rendah pula.

Menurut penjelasan di atas, terlihat bahwa seseorang dengan harga diri tinggi memiliki pengungkapan diri yang tinggi dan begitu pula sebaliknya, yang berarti jelas bahwa pengungkapan diri dipengaruhi harga diri. Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Natalia (2012) pada mahasiswa yang menempuh pendidikan di Universitas Soegijapranata Semarang menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara harga diri dengan pengungkapan diri. Semakin positif harga diri maka semakin tinggi pengungkapan diri yang dilakukan oleh mahasiswa, dan semakin negatif harga diri maka semakin rendah pengungkapan diri yang dilakukan oleh mahasiswa.

Coopersmith (dalam Burns, 1993) mengatakan bahwa harga diri merupakan evaluasi seseorang tentang dirinya sendiri, baik positif maupun negative

dan menunjukkan di mana individu meyakini dirinya sendiri sebagai individu yang mampu, penting, berhasil, dan berharga.

Selain harga diri,

pengungkapan diri juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Pengaruh jenis kelamin terhadap pengungkapan diri bermula dari perbedaan perlakuan orang tua terhadap anak yang disebabkan karena perbedaan jenis kelaminnya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Berry, dkk (1999) bahwa perbedaan kategori biologis antara laki-laki dan perempuan juga menghasilkan praktik kultural yang berwujud pola pengasuhan anak, peran, stereotip gender, dan ideologi peran seks yang mengarah pada tindakan pemisahan antara laki-laki dan perempuan. Pola pengasuhan yang berbedanya tersebut misalnya berupa perbedaan cara orang dewasa berbicara dengan anak laki-laki dan perempuan. Orang tua, saudara kandung, teman sebaya, guru dan orang dewasa lain berbicara kepada anak laki-laki dan perempuan dengan cara yang berbedanya karena mereka memiliki harapan dan kriteria peran yang tidak sama bagi keduanya (Santrock, 2003). Peran laki-laki dan perempuan yang dibedakan status sama lain nampak pada pendapat Brannon (1996), bahwa laki-laki diharapkan menunjukkan peran sebagai sosok tangguh, percaya diri, berorientasi pada kesuksesan dan mengejar status, sedangkan wanita diharapkan menunjukkan peran lemah lembut, sopan, patuh, dan pandai mengurus rumah tangga. Parsons dan Bales (dalam Brannon, 1996) menyebut peran laki-laki tersebut sebagai peran instrumental dan peran bagi perempuan disebut sebagai peran ekspresif. Peran instrumental

yaitu peran yang dikaitkan dengan peran mencari nafkah, sedangkan peran ekspresif yaitu peran yang dikaitkan dengan pembericinta, kelembutan, dan kasih sayang.

Peran yang dikenakan pada laki-laki dan perempuan pada akhirnya bisa menjadi sebuah stereotip gender, yaitu keyakinan mengenai sekumpulan arti yang dihubungkan dengan laki-laki dan perempuan (Hurlock, 1997). Arti tersebut berkaitan dengan penampilan, bentuk tubuh yang sesuai, cara berperilaku, cara mencari nafkah dan cara berbicara yang sesuai.

Perbedaan cara berkomunikasi antar laki-laki dan perempuan juga dinyatakan Tannen (dalam Santrock, 2003) bahwa laki-laki dan perempuan memiliki tipe pembicaraan yang berbeda. Laki-laki lebih menguasai kemampuan verbal seperti bercerita, bercanda dan berceramah tentang informasi, sedangkan perempuan lebih menyukai percakapan pribadi.

Stereotip gender bagi laki-laki dan perempuan yang telah terbentuk dan berkembang dalam masyarakat menjadi acuan bagi individu untuk berperilaku, seperti yang dinyatakan Hurlock (1997) bahwa stereotip gender mengharuskan setiap individu mampu menerima kenyataan bahwa mereka harus menyesuaikan diri dengan stereotip peran gender yang telah disetujui bila ingin mendapatkan penerimaan sosial yang baik.

Berdasarkan pendapat tersebut,

makaitingkahlak termasuk perilaku mengungkapkandiripadalaki-

laki dan perempuan harus disesuaikan juga dengan stereotip gender nyasehingga pengun

gkapandirilaki-lakidanperempuankanmenunjukkanperbedaan.

Stereotiptentanglaki-laki yang mengatakanbahwalaki-laki harus bersikap tidak emosional, mampu menyembunyikan emosinya dan objektif membuat laki-laki cenderung menghindari perilaku mengungkapkandiri. Menurut Cunningham (dalam Michener dan DeLamater, 1999) kesulitan laki-laki dalam mengungkapkandiri disebabkan karena laki-laki memiliki anggapan bahwa mengungkapkandiri merupakan tanda dari kelemahan, sehingga pengungkapkandiri pada laki-laki cenderung lebih rendah.

Perbedaan pengungkapkandiri pada laki-laki dan perempuan jugadijelaskan oleh Jourard (dalam Sari, 2006), bahwa perempuan telah dibiasakan untuk mengungkapkandiri. Stereotip yang menyatakan perempuan lebih banyak bicara dari laki-laki menunjukkan bahwa perempuan pada dasarnya menyenangi pembicaraan dengan orang lain. Perempuan dapat memanfaatkan waktu dengan bercakap-cakap bersama orang lain dan dalam percakapan tersebut juga terkandung penyampaian pendapat, perasaan, keinginan, dan ketakutan terhadap sesuatu.

Berdasarkan fenomena dan uraian yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut apakah ada pengaruh harga diri dengan pengungkapan diri dan perbedaan pengungkapkandiri berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah ada pengaruh harga diri dengan pengungkapan diri dan perbedaan pengungkapan diri berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh harga diri dengan pengungkapan diri serta mengetahui adanya perbedaan pengungkapan diri berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau.

D. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian mengenai harga diri dan pengungkapan diri telah dilakukan sebelumnya, diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Sari, Rejeki dan Mujab (2006) yang berstudi kasus di Universitas Diponegoro mengenai Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama ditinjau dari Jenis Kelamin Dan Harga Diri, dalam penelitian ini mendapatkan hasil bahwa harga diri berhubungan dengan pengungkapan diri dan pengungkapan diri subjek pria lebih rendah dari subjek wanita.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Handayani, Ratnawati, Helmi (1998) yang berstudi kasus di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta mengenai Efektifitas pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan penerimaan diri dan harga diri. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa pelatihan pengenalan

diri efektif untuk meningkatkan penerimaan diri dan harga diri. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Pamuncak (2011) yang berstudi kasus di SMA Negeri 2 Depok mengenai Pengaruh tipe kepribadian terhadap *self disclosure* pengguna *facebook*. Hasil dari penelitian tersebut terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dengan *self disclosure* pengguna *facebook*.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Seamon (2003) yang berjudul *Self-Esteem, Sex Differences, and Self-Disclosure: A Study of the Closeness of Relationships*, hasil dari penelitian tersebut menemukan bahwa harga diri tidak mempengaruhi signifikan pada pengungkapan diri, dan temuan lainnya menemukan bahwa perbedaan jenis kelamin mempengaruhi *closeness of relationship* dimana perempuan lebih mempunyai *closeness of relationship* yang tinggi dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan maka penelitian yang akan dilakukan ini adalah penelitian yang asli dan belum pernah dilakukan di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, penelitian ini adalah melihat apakah ada pengaruh harga diri dengan pengungkapan diri dan perbedaan pengungkapan diri berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa wadi Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahantemuan ilmiah untuk memberikankontribusi dalam perkembanganilmupengetahuan, yaitudalambidangpsikologikepribadian, psikologisosial,

dan psikologi perkembangan,

khususnya dalam perkembangan mengenai pembahasan pengungkapan diri.

2. Manfaat Praktis

Dengan penelitian ini,

diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan rujukan mengenai hal yang

berkaitan dengan pengungkapan diri. selanjutnya dapat memberikan informasi kepada

dapat dibaca khususnya dan mahasiswa pada umumnya dalam menelaah dan memper

hatikan lagi manfaat dan kegunaan pengungkapan diri agar apa yang di

inginkan dalam melakukan pengungkapan diri dapat tercapai.