

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak jauh dengan manusia lainnya dan memiliki hasrat untuk berkomunikasi dengan orang lain. Makhluk sosial merupakan makhluk yang berhubungan secara timbal balik dengan manusia lainnya. (<http://brainly.co.id>).

Dapat ditinjau dari sudut perkembangan manusia, kebutuhan dalam berinteraksi sosial yang paling menonjol terjadi pada masa remaja. Dimana remaja tersebut berusaha mencari perhatian orang lain, menghendaki adanya popularitas dan kasih sayang dari teman sebayanya. Hal tersebut dapat diperoleh apabila remaja secara psikologis dan sosial berada dalam situasi peka dan kritis. Peka pada perubahan dan mudah terpengaruh oleh berbagai perkembangan disekitarnya. (Hurlock,2000).

Dalam menjalin interaksi sosial setiap individu harus memiliki keunikan-keunikan dalam penyampaian informasi yang baik terhadap orang lain. oleh karena itu, diperlukan adanya kemampuan diri atau kompetensi interpersonal. Kompetensi interpersonal dapat dimaknai sebagai kemampuan untuk melakukan komunikasi secara afektif yang meliputi kemampuan untuk memulai hubungan interpersonal, kemampuan membuka diri, kemampuan bersikap asertif, kemampuan berempati, serta kemampuan mengelola dan mengatasi konflik dengan orang lain. (<http://www.e-jurnal.com>).

Dalam kehidupan sosial di masyarakat pada saat ini, individu kadang dirundung rasa curiga dan tidak memiliki rasa percaya diri sehingga tidak berani menyampaikan berbagai gejolak, pikiran, perasaan dan emosi yang ada dipikirkannya kepada orang lain, apalagi sampai menyangkut hal-hal yang tidak baik untuk diketahui orang lain. Dalam interaksi antara individu dengan orang lain, apakah orang lain akan menerima atau menolak, bagaimana mereka ingin mengetahui tentang mereka akan ditentukan oleh individu dalam mengungkapkan dirinya. Akibatnya, individu lebih banyak dan merasa lebih baik untuk memendam perasaan dan persoalan hidupnya sendiri yang berat untuk ditanggung sendiri, sehingga menimbulkan berbagai masalah psikologis maupun fisiologis. Tetapi ada beberapa individu yang mudah percaya dan bisa terbuka dan untuk berbagi cerita dengan sahabat ataupun oranglain yang baru kenal, walaupun akan ada resiko yang diterima, seperti kebocoran informasi, pengabaian, penolakan dan penghianatan.

Peristiwa yang ada di Desa Lebaksari, dimana para remajanya dalam mengungkapkan informasi pribadinya kurang relevan dan kurang bisa memilih waktu yang tepat saat berkomunikasi serta menyampaikan informasi yang mendalam tentang kehidupannya kepada lawan bicara sehingga lawan bicara memanfaatkan informasi tersebut untuk disebar luaskan dan juga akan beresiko penghianatan. Dan ada juga peristiwa dalam memulai hubungan interaksi dengan orang lain kurang adanya kemampuan dalam menyampaikan yang ingin disampaikan terhadap orang lain, sehingga memilih untuk berdiam diri di dalam rumah.

Dari peristiwa diatas dapat diketahui, bahwa peristiwa-peristiwa tersebut terjadi karena *self-disclosure*. *Self-disclosure* (keterbukaan diri) adalah

proses menghadirkan diri yang diwujudkan dalam kegiatan membagi perasaan dan informasi dengan orang lain (Wrightsmann, 2010) dalam (Rosyidah, 2015). Ketika *self-disclosure* pada remaja terjadi terus-menerus maka akan menimbulkan: mudah percaya dan bisa terbuka untuk berbagi cerita dengan sahabat ataupun orang lain yang baru kenal, walaupun akan ada resiko yang diterima, seperti kebocoran informasi, pengabaian, penolakan dan penghinaan.

Faktor penyebab *self-disclosure* menurut Devito (dalam Rosyidah, 2015) yaitu ukuran audiens, topik, valensi, gender, ras, kewarganegaraan dan umur, dan penerimaan hubungan. Sedangkan menurut Devito dalam Alfani, (2012) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *self-disclosure* antaranya: Efek diadik, Besar Kelompok, Topik, Gender atau Jenis Kelamin, Kompetensi Interpersonal, penerimaan hubungan, kepribadian. Berdasarkan faktor penyebab *self-disclosure*, kompetensi interpersonal adalah salah satu faktor *self-disclosure*. Dimana kompetensi interpersonal yaitu kemampuan untuk melakukan hubungan antar pribadi secara efektif. Berangkat dari paparan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti faktor kompetensi interpersonal pada individu khususnya pada remaja, karena remaja yang mempunyai kompetensi interpersonal akan mengungkapkan ide, pendapat, pengalaman-pengalaman dan perasaan persaannya kepada orang lain.

Menurut Dariyo (dalam Alfani, 2012) remaja merupakan proses peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis dan psiko sosialnya. Tugas perkembangan remaja menurut Hawadi, Desmita, (dalam Alfani, 2012) yaitu keseluruhan proses perubahan dari potensi yang dimiliki individu dan tampil dalam

kualitas kemampuan, sifat dan ciri-ciri yang baru. Pada umumnya remaja sangat mudah terpapar oleh hal stres sehingga membuat kurang percaya diri di lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, agar tugas remaja dapat tercapai yaitu dengan menjalin hubungan dengan oranglain dengan baik, maka mereka perlu memiliki kompetensi interpersonal dalam diri mereka.

Kompetensi interpersonal adalah kemampuan untuk melakukan komunikasi secara efektif yang meliputi kemampuan untuk memulai suatu hubungan interpersonal, kemampuan membuka diri, kemampuan untuk memberikan dukungan emosional kepada orang lain, kemampuan bersikap asertif, empati serta kemampuan mengelola dan mengatasi konflik dengan orang lain (Idrus, 2009).

Menurut Tri Dayakisni & Hudaniah (2015) mengatakan ketika kompetensi interpersonal individu dalam pengungkapan ide-ide, pendapatan, minat, pengalaman dan perasaannya kepada orang lain rendah, maka pengungkapan diri individu dalam hubungan pertemanannya rendah, sebab individu tidak dapat mengubah suatu perkenalan secara lebih mendalam lagi. Sedangkan menurut Gainau (2009) apabila kompetensi interpersonalnya itu positif, dapat diandalkan dan dapat dipercaya, maka pengungkapan diri individu dalam hubungan sosialnya dengan orang lain akan lebih terbuka dalam interaksinya dengan orang lain.

Menurut Tri Dayakisni & Hudaniah (2015) mengatakan seseorang yang memiliki kompetensi interpersonal dan mampu memberi support, memberi perasaan nyaman kepada orang yang sedang dalam kondisi tertekan dan sedang mengalami masalah, pengungkapan diri individu cenderung mampu dalam memberikan afeksi dan empati terhadap orang lain. Jadi, kompetensi

interpersonal dan keterbukaan diri itu penting. Menurut Taylor & Belgrave (dalam Gainau 2009) jika kompetensi interpersonalnya tinggi dalam menjalin hubungan, maka individu berhasil dalam melakukan *self-disclosure* kepada orang lain daripada orang yang tidak terbuka, tidak percaya diri sendiri dan orang lain.

Menurut Devito (2011) ketika kompetensi interpersonal individu rendah dalam penyesuaian diri dan tidak mampu mengatasinya, individu tersebut cenderung kesulitan dalam keterbukaan dirinya kepada orang lain karena pada pengungkapan diri dapat membantu memberikan pemahaman yang mendalam mengenai perilaku, penerimaan diri, memperbaiki komunikasi dan mempererat hubungan individu terhadap orang lain. Oleh karena itu, ketika seseorang berinteraksi dengan kemampuan interpersonal yang menyenangkan serta dapat membangkitkan semangat, kemungkinan bagi seseorang untuk lebih mengungkapkan diri sangat besar. Devito (dalam Dayaskini & Hudaniah, 2015).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat ditarik rumusan masalah sebagai berikut. “Apakah ada pengaruh kompetensi interpersonal remaja terhadap *self-disclosure* di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo?”

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kompetensi interpersonal remaja terhadap *self-disclosure* di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo. Serta untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara keduanya.

2. Manfaat Penelitian

a) Manfaat Teoritis

Dari penelitian yang akan dilakukan ini, berharap akan memberikan masukan bagi bidang psikologi lintas budaya dan pada bidang psikologi sosial yang membahas tentang pengaruh kompetensi interpersonal remaja terhadap *self-disclosure* di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo.

b) Manfaat Praktis

- 1) Bagi tempat penelitian, diharapkan dapat menjadi masukan dan pertimbangan mengambil kebijakan dalam rangka berhati-hati pada pengaruh kompetensi interpersonal terhadap *self-disclosure* lebih di kontrol agar tidak menimbulkan resiko, seperti kebocoran informasi, pengabaian, penolakan dan penghinaan.
- 2) Bagi pembaca, sebagai tambahan informasi agar lebih berhati-hati lagi dalam bercerita kepada orang lain, karena *self-disclosure* yang berlebihan akan timbul penolakan dari orang lain.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Sulaifah adalah :

1. Subyek yang diteliti, penelitian sebelumnya subyeknya anak-anak, sedangkan penelitian ini subyeknya remaja.
2. Variabel terikat pada penelitian sebelumnya yaitu *self disclosure* dan penelitian ini variabel terikatnya juga *self disclosure*.
3. Lokasi penelitian sebelumnya yaitu di MTS Hidayatul Mubtadi'ien, sedangkan lokasi penelitian ini di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo.

4. Uji validitas dan uji reliabilitasnya penelitian sebelumnya menggunakan rumus product moment person dan varians hoyt, dan penelitian ini uji validitasnya menggunakan rumus product moment person dan uji reliabilitasnya menggunakan rumus varians hoyt .
5. Periode penelitian yang dilakukan penelitian sebelumnya pada periode 2011-2012, sedangkan penelitian ini dilakukan pada periode 2019-2020.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Kholifatur Rosyidah adalah :

1. Subyek yang diteliti, penelitian sebelumnya subyeknya adalah menantu perempuan, sedangkan penelitian ini subyeknya remaja.
2. Variabel terikat pada penelitian sebelumnya yaitu keterampilan komunikasi interpersonal dan penelitian ini variabel terikatnya *self-disclosure*.
3. Lokasi penelitian sebelumnya yaitu di daerah Karanganyar Probolinggo, sedangkan lokasi penelitian ini di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo.
4. Uji validitas dan uji reliabilitasnya penelitian sebelumnya menggunakan rumus product moment person dan varians hoyt, dan penelitian ini uji validitasnya menggunakan rumus product moment person dan uji reliabilitasnya menggunakan rumus varians hoyt .
5. Periode penelitian yang dilakukan penelitian sebelumnya pada periode 2015, sedangkan penelitian ini dilakukan pada periode 2019-2020.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Nadia adalah :

1. Subyek yang diteliti, penelitian sebelumnya subyeknya mahasiswa baru, sedangkan penelitian ini subyeknya juga remaja.

2. Variabel terikat pada penelitian sebelumnya yaitu kompetensi interpersonal dan penelitian ini variabel terikatnya juga self disclosure.
3. Lokasi penelitian sebelumnya yaitu di Universitas Muhammadiyah Malang, sedangkan lokasi penelitian ini di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo.
4. Uji validitas dan uji reliabilitasnya penelitian sebelumnya menggunakan rumus product moment person dan varians hoyt, dan penelitian ini uji validitasnya menggunakan rumus product moment person dan uji reliabilitasnya menggunakan rumus varians hoyt .
5. Periode penelitian yang dilakukan penelitian sebelumnya pada periode 2017, sedangkan penelitian ini dilakukan pada periode 2019-2020.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Self-disclosure*

1. Pengertian *Self-disclosure*

Dalam suatu interaksi antara individu dengan orang lain, apakah orang lain akan menerima atau menolak, bagaimana mereka ingin orang lain mengetahui tentang mereka akan ditentukan oleh bagaimana individu dalam mengungkapkan dirinya. Pengungkapan diri (*Self-disclosure*) adalah proses menghadirkan diri yang diwujudkan dalam kegiatan membagi perasaan dan informasi dengan orang lain Wrightsman dalam (Tridayakisni & Hudaniyah, 2015). Suatu hal yang bernilai pada budaya individualis sejauh itu di lakukan berdasarkan pilihan orang tersebut untuk mengenal orang lain secara lebih mendalam disebut *self-disclosure* adalah (Yuniardi, 2017)

Self-disclosure adalah pengungkapan reaksi atau tanggapan terhadap situasi yang sedang dihadapi serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan untuk memberikan tanggapan, Hidayat dalam (Rosyidah, 2015). Menurut Sears, dkk., dalam (Hidayat, 2012) *self-disclosure* merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain.

Self-disclosure adalah jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang secara aktif kita sembunyikan menurut Hanifah dalam (Rosyidah, 2015). Kedalaman dan pengungkapan diri tergantung pada situasi dan orang yang diajak untuk berinteraksi, jika orang yang berinteraksi dengan menyenangkan dan merasa aman serta dapat

membangkitkan semangat maka kemungkinan individu untuk lebih membuka diri amatlah besar. Sebaliknya pada beberapa orang tertentu saja yang menutup diri karena merasa kurang percaya menurut Asti dalam (Sulaifah, 2012).

Menurut Papu dalam (Sulaifah, 2012) mendefinisikan bahwa *self-disclosure* sebagai pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi yang diberikan dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita dan sebagainya.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *self-disclosure* merupakan suatu jenis komunikasi dengan saling memberi informasi tentang pikiran dan perasaan setiap individu terhadap orang lain.

2. Faktor-Faktor *Self-disclosure*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-disclosure* yaitu Devito (dalam Sulaifah, 2012) :

a. Ukuran audiens

Pengungkapan diri, mungkin karena sejumlah ketakutan yang dirasakan oleh individu karena mengungkapkan cerita tentang diri sendiri, lebih sering terjadi dalam kelompok yang kecil dari pada kelompok yang besar. Dengan pendengar lebih dari satu seperti *monitoring* tidak mungkin karena respon yang nantinya bervariasi antara pendengar.

b. Topik

Topik mempengaruhi jumlah dan tipe pengungkapan diri. Menemukan bahwa pengungkapan diri mengenai uang, kepribadian dan fisik lebih jarang

dibicarakan daripada berbicara tentang rasa dan minat, sikap dan opini, dan juga pekerjaan.

c. Valensi

Nilai atau kualitas positif dan negatif pengungkapan diri juga berpengaruh secara signifikan. Pengungkapan diri yang positif lebih disukai daripada pengungkapan diri yang negatif.

d. Gender

Secara umum, bahwa wanita lebih terbuka daripada pria.

e. Ras, kewarganegaraan, dan umur

Terdapat perbedaan ras dan kebangsaan dalam pengungkapandiri.

f. Penerimaan hubungan (Receiver Relationship)

Seseorang yang menjadi tempat bagi individu untuk terbuka mempengaruhi frekuensi dan kemungkinan dari pengungkapan diri. Individu cenderung terbuka pada individu yang hangat, penuh pemahaman, memberi dukungan dan mampu menerima individu apa adanya.

Menurut Devito (2011) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *self-disclosure* antaranya:

a. Efek diadik

Individu akan melakukan keterbukaan diri bila orang yang bersamanya juga melakukan keterbukaan diri. Hal ini dikarenakan efek diadik membuat

seseorang merasa aman dan dapat memperkuat seseorang untuk melakukan keterbukaan diri.

b. Besar Kelompok

Keterbukaan diri dianggap lebih efektif bila berada dalam situasi kelompok kecil dibandingkan kelompok besar, karena dalam kelompok kecil interaksi anggota kelompok lebih mudah dan cepat mendapat respon ataupun umpan balik dari orang lain.

c. Topik

Individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya topik yang bersifat pribadi dan informasi yang kurang baik akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.

d. Gender atau Jenis Kelamin

Keterbukaan diri cenderung dimiliki oleh wanita dari pada pria. Wanita lebih senang lekas membagikan informasi tentang dirinya ataupun orang lain. Sebaliknya pria lebih senang diam atau memendam sendiri permasalahannya dari pada membeberkan kepada orang lain.

e. Kompetensi Interpersonal

Keterbukaan dianggap berhasil apabila seseorang memahami betul terhadap apa yang diinformasikan, baik positif maupun negatifnya karena hal itu sangat menentukan dalam perkembangan selanjutnya.

f. Penerima Hubungan

Keterbukaan diri dianggap berhasil bila ada umpan balik dari pendengar informasi. Pria cenderung lebih terbuka kepada teman-temannya dari pada kepada orang tuanya karena merasa memiliki satu tujuan. Sebaliknya wanita lebih suka terbuka kepada orang tuanya atau teman prianya karena dianggap mampu memberikan perlindungan.

g. Kepribadian

Individu dengan kepribadian ekstrovert dan nyaman dalam berkomunikasi lebih banyak melakukan keterbukaan diri dari pada individu dengan kepribadian introvert dan kurang berani dalam berbicara. Individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya topik yang bersifat pribadi dan informasi yang kurang baik akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.

h. Taraf Pertama adalah hubungan puncak

Pada taraf ini komunikasi ditandai dengan kejujuran, keterbukaan, dan saling percaya, diantara kedua belah pihak. Tidak ada kejanggalan diantara keduanya. Individu bebas mengungkapkan perasaannya dan biasanya diantara individu memiliki kesamaan dalam banyak hal.

3. Dampak *Self-disclosure*

Menurut Taylor & Sears (2009) mengemukakan bahwa, beberapa resiko yang terjadi saat mengungkapkan diri (*Self-disclosure*) antara lain :

a. Pengabaian

Kita mungkin berbagi sedikit informasi dengan orang lain saat mengawali suatu hubungan. Terkadang pengungkapan diri kita bisa dibalas dengan pengungkapan diri orang lain dan hubungan pun berkembang. Tapi, terkadang kita menyadari orang lain tak peduli pada pengungkapan diri kita dan sama sekali tidak tertarik untuk mengenal kita.

b. Penolakan

Informasi diri yang kita ungkapkan mungkin menimbulkan penolakan sosial. Misalnya, seorang mahasiswa mungkin tidak akan mengatakan kepada teman sekamarnya bahwa dirinya menderita epilepsi karena khawatir informasi ini akan membuat dirinya di tolak.

c. Hilangnya kontrol

Ada kebenaran dalam pepatah lama “pengetahuan adalah kekuasaan”. Terkadang orang memanfaatkan informasi yang kita berikan kepada mereka untuk menyakiti kita atau untuk mengontrol perilaku kita. Seorang pemuda mungkin menceritakan informasi kepada temannya bahwa dirinya kuat mendekati wanita. Di lain waktu, saat marah, mungkin dia akan mengintimidasi pemuda itu dengan ancaman dan akan membocorkan rahasianya.

d. Pengkhianatan

Ketika kita mengungkapkan informasi personal kepada seseorang, kita sering berasumsi, atau bahkan secara tegas meminta, agar informasi itu dirahasiakan. Sayang kadang orang itu berkhianat.

4. Aspek-aspek *Self-disclosure*

Ada beberapa aspek dalam *self-disclosure* menurut Altman & Taylor, Gainau (dalam Rosyidah, 2015) yaitu:

a. Ketepatan

mengacu pada apakah seorang individu mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan dan untuk peristiwa di mana individu terlibat atau tidak (sekarang dan disini). *Self-disclosure* sering sekali tidak tepat atau tidak sesuai ketika menyimpang dari norma-norma. Sebuah *self-disclosure* mungkin akan menyimpang dari norma dalam hubungan yang spesifik jika individu tidak sadar akan norma-norma tersebut. Individu harus bertanggung jawab terhadap resikonya, meskipun bertentangan dengan norma. *Self-disclosure* yang tepat dan sesuai meningkatkan reaksi yang positif dari partisipan atau pendengar. Pernyataan negatif berkaitan dengan penilaian diri yang sifatnya menyalahkan diri, sedangkan pernyataan positif merupakan pernyataan yang termasuk kategori pujian.

b. Motivasi

berkaitan dengan apa yang menjadi dorongan seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain. Dorongan tersebut berasal dari dalam diri maupun dari luar. Dorongan dari dalam berkaitan dengan apa yang menjadi keinginan atau tujuan seseorang melakukan *self-disclosure*. Sedangkan dari luar, dipengaruhi lingkungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

c. Waktu

Waktu yang digunakan dengan seseorang akan cenderung meningkatkan kemungkinan terjadinya *self-disclosure*. Pemilihan waktu yang tepat sangat penting untuk menentukan apakah seseorang dapat terbuka atau tidak. Dalam keterbukaan diri individu perlu memperhatikan kondisi orang lain. Bila waktunya kurang tepat yaitu kondisinya capek serta dalam keadaan sedih maka orang tersebut cenderung kurang terbuka dengan orang lain. Sedangkan waktunya tepat yaitu bahagia atau senang maka ia cenderung untuk terbuka dengan orang lain.

d. Keintensifan

Keintensifan seseorang dalam keterbukaan diri (*self-disclosure*) tergantung kepada siapa seseorang mengungkapkan diri, apakah teman dekat, orang tua, teman biasa, orang yang baru dikenal.

e. Kedalaman dan Keluasan

Kedalaman *self-disclosure* terbagi atas dua dimensi yakni *self-disclosure* yang dangkal dan yang dalam. *Self-disclosure* yang dangkal biasanya diungkapkan kepada orang yang baru dikenal.

5. Indikator *Self-disclosure*

Ada beberapa indikator dalam *self-disclosure* menurut Altman & Taylor, Gainau (dalam Rosyidah, 2015) yaitu:

- a. Mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan
- b. Mempunyai keinginan dan tujuan untuk melakukan keterbukaan diri

- c. Mampu memilih waktu yang tepat saat berkomunikasi
- d. Memiliki kelekatan dengan lawan bicara
- e. Menyampaikan informasi yang mendalam tentang diri

6. Tingkatan-tingkatan *Self-disclosure*

Dalam proses kompetensi interpersonal terdapat tingkatan-tingkatan yang berbeda dalam *self-disclosure*. Menurut Powell (Hidayat, 2012) yaitu:

a. Basa-basi

Merupakan taraf pengungkapan diri yang paling lemah atau dangkal, walaupun terdapat keterbukaan antara individu, tetapi tidak terjadi hubungan antar pribadi. Masing-masing individu berkomunikasi basa-basi sekedar kesopanan.

b. Membicarakan orang lain

Yang diungkapkan dalam komunikasi hanyalah tentang orang lain dan hal-hal yang di luar dirinya. Walau pun pada tingkat ini individu tidak mengungkap diri.

c. Menyatakan gagasan atau pendapat

Sudah mulai menjalin hubungan yang erat. Individu mulai mengungkapkan dirinya kepada individu lain.

d. Perasaan

Setiap individu dapat memiliki gagasan atau pendapat yang sama tetapi perasaan atau emosi yang menyertai gagasan atau pendapat setiap individu dapat berbeda-beda. Setiap hubungan yang menginginkan

pertemuan antar pribadi yang sungguh-sungguh haruslah di dasarkan atas hubungan yang jujur, terbuka dan menyatakan perasaan yang mendalam.

e. Hubungan puncak

Pengungkapan diri telah dilakukan secara mendalam, individu yang menjalin hubungan antar pribadi dapat menghayati perasaan yang dialami individu lainnya.

7. Manfaat *Self-disclosure*

Menurut Devito, 2011 dalam (Rosyidah, 2015) menyatakan bahwa *self-disclosure* memiliki beberapa manfaat bagi seseorang, yakni:

a. Pengetahuan diri

Seseorang akan mendapatkan pemahaman yang baru dan lebih mendalam mengenai dirinya sendiri. Pandangan baru yang muncul ketika konseli melakukan pengungkapan diri dalam sebuah proses konseling, konseli akan menyadari adanya aspek yang belum diketahuinya, dengan begitu melalui keterbukaan diri seseorang akan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam atas dirinya.

b. Kemampuan mengatasi kesulitan

Seseorang cenderung memiliki perasaan ketakutan tidak diterima dalam suatu lingkungan karena suatu kesalahan tertentu kepada oranglain. Dalam hal ini, keterbukaan diri akan membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan dengan orang lain karena individu memiliki kesiapan untuk membicarakan permasalahan tersebut secara lebih terbuka.

c. Efisiensi komunikasi

Keterbukaan diri dapat mempengaruhi proses komunikasi yang dilakukan oleh individu. Individu dapat lebih memahami apa yang dikatakan orang lain apabila individu tersebut lebih mengenal baik orang lain tersebut, sehingga individu tersebut mendapatkan pemahaman secara utuh terhadap orang lain dan mungkin sebaliknya.

d. Kedalaman hubungan

Dalam membina sebuah hubungan, keterbukaan diri sangat diperlukan seperti sikap saling percaya, menghargai dan jujur. Adanya keterbukaan diri yang seperti itu akan membuat hubungan lebih bermakna dan mendalam.

8. Remaja

a. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan bagian dari fase perkembangan dalam kehidupan manusia. Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa (Santrock dalam Nadia, 2017). Masa remaja disebut juga masa *Adolescence* dimana melingkupi periode atau masa pertumbuhan seseorang dalam masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, menurut Mappiare (dalam Sulaifah, 2017).

Menurut Mappiare (dalam Sulaifah, 2017) masa remaja dapat ditinjau sejak seseorang menunjukkan tanda pubertas dan berlanjut hingga dicapainya kematangan seksual. Rentan usia remaja awal antara 12/13 tahun sampai 16/17 tahun.

Menurut Hurlock (2004) rentan usia pada masa remaja awal yakni mulai usia 13-16/17 tahun, sedangkan remaja akhir mulai usia 16-17 tahun. Menurut (Mar'at, 2005 dalam alfani, 2012) bahwa masa remaja awal mulai usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan mulai usia 15-18 tahun, masa remaja akhir seusia antara 18–21 tahun. Pada masa ini remaja mengalami perubahan pemikiran yaitu operasional formal seperti pendapat Piaget yang menyatakan pada usia remaja seorang anak mengalami pemikiran yang abstrak serta mampu berpikir tentang sesuatu yang mungkin akan terjadi, serta memikirkan ide dan pemecahan dari suatu masalah. Mereka juga telah memiliki pemikiran tentang masa depan baik dalam pendidikan, kejujuran maupun seksual dan komitmen dengan pasangan (Desmita, 2008) dalam (Nadia, 2017).

b. Tugas Perkembangan Masa Remaja

Hurlock (2004) dalam (Nadia, 2017) menjelaskan bahwa masa remaja memiliki tugas perkembangan yaitu:

- 1) Mencapai hubungan baru dan lebih matang dengan teman sebayanya
- 2) Mencapai peran sosial
- 3) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- 4) Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- 5) Mencapai kemandirian sosial dari orang tua dan orang dewasa lainnya
- 6) Mencapai kemandirian emosionalnya
- 7) Mempersiapkan karir
- 8) Memahami peran seksual usia dewasa.

c. Ciri-ciri Masa Remaja

Menurut Hurlock (2004) dalam (Sulaifah, 2017), remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya.

Ciri-cirinya yaitu :

- 1) Masa remaja sebagai masa yang paling penting
- 2) Masa remaja sebagai masa peralihan
- 3) Masa remaja sebagai masa perubahan
- 4) Masa remaja sebagai usia bermasalah
- 5) Masa remaja sebagai masa pencarian identitas diri
- 6) Masa remaja sebagai usia yang ditakutkan
- 7) Masa remaja sebagai usia yang tidak realistis
- 8) Masa remaja adalah ambang dari masa dewasa

d. Keadaan Emosi Pada Remaja

Menurut Hurlock (2004) dalam buku psikologi perkembangan, bahwasannya remaja dianggap sebagai periode tekanan, dimana ketegangan emosi yang tinggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Oleh karena itu, perlu dicari ketegangan lain yang menjelaskan emosi yang khas pada usia ini.

- 1) Pola emosi pada remaja

Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang meledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang menyebabkan amarah.

2) Kematangan emosi

Remaja yang memiliki kematangan emosi yang lain menunjukkan bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir.

Masa remaja ini menjadi proses kritis remaja dalam mencari identitasnya. Sehingga diharapkan remaja mampu untuk mencari identitas dirinya agar dapat terbentuk di masa dewasa. Remaja yang telah berhasil mendapatkan identitas diri yang stabil dan tidak berubah-ubah, mereka akan mendapatkan pandangan yang jelas tentang dirinya, memahami perbedaan dan persamaan, menyadari kekurangan dan kelebihan dirinya sendiri dan percaya diri (Desmita, 2008) dalam (Nadia, 2017). Dalam segi emosi, remaja mengalami perubahan emosi yang belum stabil. Mereka memiliki energi yang besar, emosi yang menggebu-gebu sedangkan pengendalian diri mereka masih belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan khawatir, tidak tenang serta kesepian (Semiawan, 2009) dalam (Nadia, 2017).

B. Kompetensi Interpersonal

1. Pengertian Kompetensi Interpersonal

Menurut Spitzberg dan Cupach (dalam Nadia, 2017) kompetensi interpersonal merupakan kemampuan manusia dalam membangun

komunikasi dengan orang lain secara efektif untuk menciptakan dan hubungan yang baik. Buhrmeister, dkk (1988) dalam (Tri Dakisni & Hudaniyah, 2015) memaknai kompetensi interpersonal sebagai kemampuan-kemampuan yang dimiliki seseorang dalam membangun dan memelihara hubungan interpersonal. Berdasarkan beberapa definisi kompetensi interpersonal di atas maka dapat disimpulkan bahwa kompetensi interpersonal adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam membina hubungan antar pribadi dengan individu lain dan lingkungan sosialnya yang baik dan memuaskan.

Kompetensi interpersonal adalah kemampuan untuk melakukan komunikasi secara efektif yang meliputi kemampuan untuk memulai suatu hubungan interpersonal, kemampuan membuka diri, kemampuan untuk memberikan dukungan emosional kepada orang lain, kemampuan bersikap asertif, empati serta kemampuan mengelola dan mengatasi konflik dengan orang lain (Idrus, 2009).

2. Faktor Kompetensi Interpersonal

Faktor kompetensi interpersonal menurut Idrus (2009) ada dua yaitu: faktor internal dan faktor eksternal.

a) Faktor internal

- 1) Jenis kelamin
- 2) Tipe kepribadian
- 3) Kematangan individu

b) Faktor eksternal

- a) Pelatihan asertivitas
- b) Pemecahan masalah
- c) Pelatihan inisiatif

3. Aspek-aspek Kompetensi Interpersonal

Aspek-aspek dalam kompetensi interpersonal menurut Tri Dayakisni & Hudaniyah (2015) yaitu :

a) Kemampuan memulai hubungan (Initiating Relationship)

Adalah usaha untuk memulai suatu bentuk interaksi dan hubungan dengan oranglain, atau dengan lingkungan sosial yang lebih besar. Usaha ini merupakan pencarian pengalaman baru yang lebih banyak dan luas tentang dunia luar, juga tentang dirinya sendiri dengan tujuan untuk mencocokkan sesuatu atau informasi yang telah diketahui agar dapat lebih memahaminya (Galassi & Galassi, 1980; Lipton & Nelson, 1980; Rathus, 1973; Schroeder, Rakos, & Moe, 1983).

b) Kemampuan pengungkapan diri (*Self-disclosure of Personal Information*)

Merupakan kemampuan untuk membuka diri, menyampaikan informasi yang bersifat pribadi dan memberikan penghargaan terhadap orang lain (Dickson-Markman, 1986), *social psychologists* (Chelune, Sulton, & Williams, 1980; Jourard, 1971), *and marital researchers* (Gottman, 1979; Tolstedt & Stokes, 1984).

- c) Kemampuan asertif atau menegaskan ketidaksenangan dengan orang lain (*Asserting Displeasure with Others*).

Kemampuan mengungkapkan perasaan-perasaan secara jelas serta penegasan hak-hak pribadi dan ketidak senangan / ketidak setujuan atas berbagai macam hal ataupun peristiwa yang kurang sesuai (Galassi & Galassi, 1980; Lipton & Nelson, 1980; Rathus, 1973; Schroeder, Rakos, & Moe, 1983).

- d) Kemampuan memberikan dukungan emosional (*Providing Emotional Support*)

Kemampuan untuk menenangkan dan memberi saran yang menimbulkan rasa nyaman kepada orang lain ketika orang tersebut dalam keadaan bermasalah. Kemampuan ini lahir dari adanya empati dalam diri seseorang. Kemampuan memberikan dukungan emosional sangat berguna untuk mengoptimalkan komunikasi interpersonal antar dua pribadi (Barker & Lemle, 1984; Gottlieb, 1985).

- e) Kemampuan mengatasi konflik interpersonal (*Managing Interpersonal Conflict*).

Kemampuan mengatasi konflik meliputi sikap-sikap untuk menyusun strategi penyelesaian masalah, mempertimbangkan kembali penilaian atau suatu masalah dan mengembangkan konsep harga diri yang baru. Menyusun strategi penyelesaian masalah adalah bagaimana individu yang bersangkutan merumuskan cara untuk mengatasi konflik dengan sebaik-baiknya (Convey & Dengerink, 1984; Gottman, 1979).

4. Indikator Kompetensi Interpersonal

Indikator dalam kompetensi interpersonal menurut Tri Dayakisni & Hudaniyah (2015) yaitu :

- a) Usaha untuk memulai suatu bentuk interaksi dengan orang lain
- b) Kemampuan membuka diri dan menyampaikan informasi yang bersifat pribadi
- c) Menegaskan hak-hak pribadi dan ketidak senangan pada orang lain
- d) Kemampuan untuk menenangkan dan memberi saran yang menimbulkan rasa nyaman
- e) Kemampuan mengatasi konflik dengan sikap untuk menyusun strategi penyelesaian masalah.

C. Pengaruh Kompetensi Interpersonal terhadap *Self-disclosure*

Menurut Janosik, dkk., 2004 (dalam nadia, 2017) jika kompetensi interpersonal itu penting dalam meraih kesuksesan, maka *self-disclosure* pada individu juga akan berpengaruh terhadap karir seseorang. Hal ini sejalan dengan pendapat Devito, 1996 (dalam nadia, 2017) yang menjelaskan jika kompetensi interpersonalnya bisa membuat mereka menjadi berkembang dalam berinteraksi satu sama lain, maka kemungkinan besar *self-disclosure* akan menghasilkan hubungan interpersonal yang efektif.

Menurut Nadia (2017) bahwa seseorang yang belum memiliki kompetensi interpersonal akan menyebabkan ketidak puasan dalam *self-disclosure* seseorang, sehingga timbul rasa kesepian, rasa menarik diri dari lingkungan, lalu perasaan menyebut membuat individu tidak mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Oleh karena itu kompetensi

interpersonal memberikan manfaat dalam *self-disclosure* yaitu mampu mengatasi masalah dan kedalaman hubungan. Johnson (dalam Nadia, 2017) juga menambahkan bahwa kemampuan ini dapat menghindari rasa kesepian, menstimulasi rasa aman serta meningkatkan keberhargaan diri.

Menurut Rosyidah (2015) jika individu memiliki keterampilan yang baik dalam kompetensi interpersonal, maka *self-disclosure* juga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hal ini sependapat dengan Devito (Suranto Aw, 2011 & Rosyidah, 2015) yang menyatakan pentingnya kompetensi interpersonal dalam membangun hubungan yang bersikap deskriptif, karena hal tersebut bisa mendukung seseorang dalam melakukan *self-disclosure*.

Dalam kompetensi interpersonal yang dikemukakan oleh (Sugiono, 2005) dalam (Kholifah, 2015) bahwasannya dalam kompetensi interpersonal perlu adanya dorongan untuk bisa mendukung atau memotivasi seseorang agar bisa mengungkapkan apa yang dirasakan, apa yang ada di pikirannya dan bisa membuat suasana menjadi menyenangkan. Hal ini juga sependapat dengan (Rakhmat, 2001) dalam (Kholifah, 2015) yang menyatakan jika kompetensi interpersonal dalam menjalin hubungannya berjalan dengan baik dan bisa menanamkan rasa percaya diri pada lawan bicara seperti halnya komunikasi, maka dengan rasa percaya diri bisa menjadi peluang untuk mengungkapkan apa yang dimaksud dalam komunikasi.

Menurut Gainau (2009) apabila kompetensi interpersonalnya itu positif, dapat diandalkan dan dapat dipercaya, maka *self-disclosure* individu dalam hubungan sosialnya dengan orang lain akan lebih terbuka dalam

interaksinya dengan orang lain. Menurut Tri Dayakisni & Hudaniah (2015) jika kompetensi interpersonal individu dalam pengungkapan ide-ide, pendapatan, minat, pengalaman dan perasaannya kepada orang lain rendah, maka pengungkapan diri individu dalam hubungan pertemanannya rendah, sebab individu tidak dapat mengubah suatu perkenalan secara lebih mendalam lagi.

Menurut Tri Dayakisni & Hudaniah (2015) ketika kompetensi interpersonal individu sudah mampu memberi support, memberi perasaan nyaman kepada orang yang sedang dalam kondisi tertekan dan sedang mengalami masalah, maka *self-disclosure* individu mampu dalam memberikan afeksi dan empati terhadap orang lain. Jadi, kompetensi interpersonal dan *self-disclosure* itu penting. Menurut devito (2011), jika kompetensi interpersonal individu rendah dalam penyesuaian diri dan tidak mampu mengatasinya, maka individu akan kesulitan dalam keterbukaan diri kepada orang lain karena *self-disclosure* dapat membantu memberikan pemahaman yang mendalam mengenai perilaku, penerimaan diri, memperbaiki komunikasi dan mempererat hubungan individu terhadap orang lain.

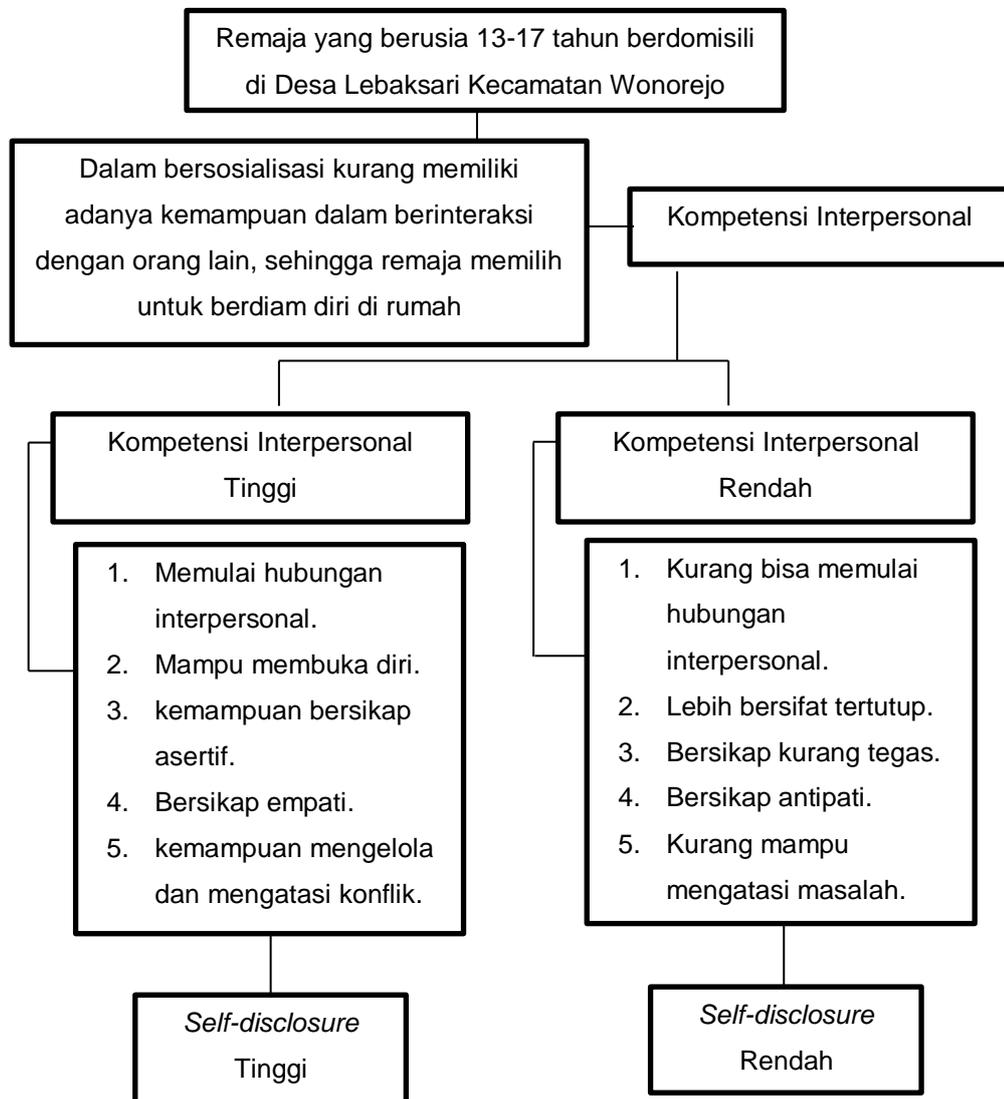
Menurut Taylor & Belgrave (dalam Gainau 2009) jika kompetensi interpersonalnya tinggi dalam menjalin hubungan, maka ndividu berhasil dalam melakukan *self-disclosure* kepada orang lain daripada orang yang tidak terbuka, tidak percaya diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, ketika seseorang berinteraksi dengan kemampuan interpersonal yang menyenangkan serta dapat membangkitkan semangat, kemungkinan bagi

seseorang untuk lebih mengungkapkan diri sangat besar. Devito (dalam Dayaskini & Hudaniah, 2009).

Menurut Littlejohn (dalam Burhan, 2014) Ketika komunikasi diantara dua orang berlangsung dengan kompetensi yang baik, maka akan terjadi *self-disclosure* yang mendorong informasi mengenai diri sendiri, meskipun *self disclosure* mendorong adanya keterbukaan namun keterbukaan itu ada batasnya. Agar dalam kompetensi yang kita lakukan melahirkan interpersonal yang efektif, dogmatisme harus digantikan dengan sikap terbuka. Bersamaan dengan sikap percaya dan sikap suportif, sikap terbuka mendorong timbulnya saling menghargai dan mengembangkan kualitas hubungan (Rahmat, 1999).

D. Kerangka Pemikiran Penelitian

Tabel 2.1 Kerangka Pemikiran Penelitian



E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat ditarik suatu hipotesis terdapat pengaruh kompetensi interpersonal remaja terhadap *self-disclosure* di Desa Lebaksari Kecamatan Wonorejo.

