

## Hubungan antara *Self Disclosure* dengan Interaksi Sosial pada Remaja di Kota Banda Aceh

### The Relationship between Self Disclosure and Social Interaction in Adolescents in Banda Aceh Cuty

Uswatun Hasanah\*<sup>1</sup>, Putri Balqis Minerty<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga Desa Tibang, Banda Aceh, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Psikologi Universitas Ubudiyah Indonesia

\*Corresponding Author : risky.arifah@gmail.com

#### Abstrak

Interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara individu satu dengan individu lainnya yang saling mempengaruhi. Seorang remaja perlu memiliki interaksi sosial yang baik untuk menjalin hubungan antar individu maupun dengan lingkungan sosialnya. Salah satu aspek penting dalam membina hubungan dengan orang lain adalah *self disclosure*. *Self disclosure* adalah pengungkapan diri kepada orang lain berupa informasi diri, pendapat, sikap dan perasaan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional untuk menentukan tingkat dan arah hubungan dengan statistik tunggal secara bersamaan. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA X sebanyak 210 orang dengan rentang usia 15-19 tahun. Hasil penelitian menggunakan Uji Korelasi *Product Moment Pearson*, menunjukkan ( $r = 0,448$  ;  $p = 0,000$ ) yang dapat disimpulkan terdapat hubungan signifikan yang positif antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja, artinya semakin tinggi *self disclosure* maka semakin tinggi pula interaksi sosial pada remaja.

Kata kunci: *Self disclosure*, interaksi sosial, remaja

#### Abstract

Social interaction is a relationship between one individual and another others that influence each other. A teenager needs to have interaction good social relations for establishing relationships between individuals and with social environment. One of the most important aspects of building a relationship with others is self-disclosure. Self-disclosure is self-disclosure to others in the form of self-information, opinions, attitudes and feelings. Research purposes. This is to find out whether there is a relationship between self-disclosure and social interaction in adolescents. This research is a correlational study to determine the degree and direction of the relationship with a single statistic together. The sample in this study was SMA X students as much as 210 people aged 15-19 years. The results of the study using the test Pearson's Product Moment Correlation, showing ( $r = 0.448$  ;  $p = 0.000$ ) that it can be concluded that there is a positive significant relationship between self-disclosure with social interaction in adolescents, meaning that the higher self-disclosure, the the higher the social interaction in adolescents.

**Keywords:** Self disclosure, social interaction, youth

## PENDAHULUAN

Seiring majunya perkembangan teknologi, remaja tidak hanya dapat melakukan interaksi secara langsung melalui tatap muka, namun juga dapat melakukan interaksi secara tidak langsung yaitu melalui telepon maupun dengan aplikasi *chatting* di media sosial. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika bersama UNICEF (2014), mengenai perilaku anak dan remaja dalam menggunakan Internet, disebutkan bahwa penggunaan media sosial dan digital menjadi bagian yang menyatu dalam kehidupan sehari-hari anak muda Indonesia. Studi ini menemukan bahwa 98 persen dari anak-anak dan remaja yang disurvei tahu tentang internet dan bahwa 79,5 persen diantaranya adalah pengguna internet.

Motivasi remaja mengakses internet adalah untuk pencarian informasi yang didorong oleh tugas-tugas sekolah dan media sosial ataupun konten hiburan didorong oleh kebutuhan pribadi. Media sosial memungkinkan siapa saja dapat mengunggah berbagai hal. Para remaja sering memanfaatkan media sosial sebagai tempat untuk meluapkan emosinya dengan mengungkapkan apa yang dirasakan dan dialami. Remaja biasanya merasa aman dan leluasa saat mengungkapkan dirinya di media sosial karena dapat berkomunikasi dengan lawan interaksi tanpa harus bertemu.

Interaksi sosial menjadi hal yang sangat penting mengingat bahwa manusia pada hakikatnya adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa bantuan manusia lainnya. Oleh karena itu, seiring berjalannya waktu dan berkembangnya teknologi, interaksi sosial antar sesama manusia dibuat mudah dengan sedemikian rupa jenisnya. Tidak sedikit pula diantara mereka membuat *group* pada media sosial seperti *WhatsApp*, *Line*, *Facebook* maupun *group* di jejaring sosial lainnya. Selain itu, saat ini di kalangan remaja juga sedang marak dengan fenomena *squad* atau biasa disebut geng, terutama di kalangan remaja perempuan. Tergabung dalam sebuah geng atau kelompok membawa kebanggaan sendiri bagi mereka.

Menurut Santrock (2001), dalam lingkungan sekolah banyak remaja yang membentuk kelompok-kelompok pertemanan, yang terdiri atas orang-orang yang merasa memiliki ikatan kuat, selalu melakukan aktifitas kelompok secara bersama, hal inilah yang dinamakan *Peer Group* atau yang biasa disebut geng.

Sarwono (2009), menyebutkan bahwa kelompok adalah sekumpulan individu dan tingkah laku kelompok adalah gabungan dari tingkah laku individu secara bersama-sama. Jika dilihat dari sudut pandang psikologis, latar belakang fenomena *girl squad* didasari oleh beberapa faktor, mulai dari kebutuhan untuk berteman dan merasa nyaman dengan orang lain. Selain itu, fenomena ini juga menunjukkan *girl power*, dimana kelompok perempuan yang berkumpul menjadi lebih *powerfull* dalam menyuarakan aspirasi mereka. Hal ini berkaitan erat dengan pengungkapan diri seseorang. Melalui adanya kelompok atau geng, remaja lebih percaya diri dalam mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mulai dari bercerita hingga mengeluarkan ide ataupun pemikiran-pemikiran yang ingin disampaikan.

Stanley Hall (dalam Santrock, 2011), mendefinisikan masa remaja sebagai masa dimana individu yang mengalami perubahan karakter dari era kanak-kanak menuju masa kedewasaan. Dijelaskan bahwa pada masa ini remaja mengalami "*storm & stress*" atau dalam Bahasa Indonesia dikenal dengan "badai & tekanan". Fenomena tersebut ditandai dengan adanya perubahan (pergolakan) yang mempengaruhi tindakannya. Misalnya saja terjadi perubahan *mood* ketika sedang belajar, bahkan ketika sedang berinteraksi dengan sesama teman yang dapat menimbulkan perselisihan. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan

bahwa sangat penting bagi para remaja untuk dapat memahami fungsi dirinya sendiri sesuai dengan tugas perkembangannya.

Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun. Remaja didefinisikan sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Santrock (2011), mengatakan bahwa perkembangan di masa remaja diawali oleh interaksi antara faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial. Remaja menghabiskan ribuan jam untuk berinteraksi dengan orang tua, teman dan guru yang kemudian akan dihadapkan pada perubahan biologis, pengalaman-pengalaman baru serta tugas perkembangan baru. Beberapa tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (dalam Ali dan Asrori, 2012), yaitu mampu menerima keadaan fisiknya, mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mencapai kemandirian emosional serta mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.

Masa remaja adalah masa krisis identitas dan dituntut untuk dapat menyesuaikan diri agar terjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosialnya. Dalam kehidupan sehari-hari, individu tidak pernah terlepas dari interaksi sosial dengan orang lain. Melalui interaksi sosial individu dapat saling berkomunikasi, bekerja sama, melakukan persaingan dan lain sebagainya. Menurut Walgito (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009), interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara individu satu dengan individu lainnya dimana individu yang satu dapat mempengaruhi individu lainnya sehingga terdapat hubungan yang saling timbal balik.

Seorang remaja perlu memiliki interaksi sosial yang baik dengan lingkungannya, baik di lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Interaksi melibatkan individu lainnya yang diharapkan mampu membina hubungan yang baik terhadap sesama. Kemampuan remaja dalam membangun hubungan sosial akan menyebabkan seseorang merasa nyaman berada di lingkungan sehingga akan mudah mendapatkan berbagai informasi yang dibutuhkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Treger, Sprecher dan Erber (2013), mengungkapkan bahwa jika individu berinteraksi dengan individu yang humoris, maka mereka menganggap bahwa lawan bicara akan menyukai mereka dan menikmati ketika berinteraksi. Berbagi lelucon dapat membawa teman atau bahkan saingan. Namun sifat sosial mengajarkan untuk peka terhadap isyarat sosial dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Individu akan berusaha untuk mencari topik pembicaraan agar interaksi dapat berlangsung dan membuat lawan bicaranya nyaman. Begitu pula individu dalam mengungkapkan diri bertujuan untuk mencapai hubungan yang akrab. Pesatnya kemajuan teknologi saat ini memberikan dampak positif maupun negatif. Adanya teknologi dapat memudahkan kehidupan manusia, dimana dapat mendekatkan yang jauh. Namun di sisi lain teknologi juga dapat menjauhkan yang dekat karena interaksi antar individu sudah bergeser menjadi interaksi antar mesin. Hal ini mengakibatkan individu tidak benar-benar memiliki teman yang dapat berinteraksi secara langsung untuk mengungkapkan dirinya.

Keinginan individu untuk melakukan kontak dengan individu lainnya, pada umumnya dilandasi adanya imbalan sosial yang dapat diperoleh individu jika berhubungan dengan individu lain. Melakukan interaksi dapat memberikan perasaan positif yang dihubungkan dengan kedekatan hubungan antar pribadi, persahabatan, afeksi, komunikasi dan cinta. Individu lainnya dapat memberikan berbagai tipe perhatian dalam bentuk penghargaan, pengakuan, status dan sebagainya (Dayakisni & Hudaniah, 2009).

Hasil penelitian oleh Wu, Hua, Yang dan Yin (2018), mengungkapkan bahwa interaksi sosial dapat dipengaruhi oleh niat dan hasil evaluasi diri. Interaksi antar individu

dianggap sebagai sesuatu yang lebih kuat dibandingkan ketika memberi bantuan dan efek yang ditimbulkan akan lebih besar dalam kondisi disengaja daripada kondisi yang tidak disengaja. Sebuah tindakan diproses dalam sistem pemahaman individu untuk mengevaluasi interaksi sosial. Suatu gagasan atau ide dapat menjadi penyebab bagaimana interaksi sosial dibangun dalam sistem pemahaman tindakan.

Dalam kehidupan sehari-hari, remaja tidak terlepas dari menjalin hubungan antar individu maupun dengan lingkungan sosialnya. Salah satu aspek penting dalam membina hubungan dengan orang lain adalah *self disclosure*. *Self disclosure* menurut Wrightsman (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009) adalah proses menghadirkan diri yang diwujudkan dalam kegiatan membagi perasaan dan informasi dengan orang lain. Pengungkapan diri perlu bagi remaja karena masa remaja merupakan periode individu belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima dalam berhubungan dengan orang lain. Keterampilan pengungkapan diri yang dimiliki oleh remaja, akan membantu individu dalam mencapai kesuksesan akademik dan penyesuaian diri. Apabila remaja tidak memiliki kemampuan pengungkapan diri, maka akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. Gejala-gejala yang ditimbulkan adalah tidak bisa mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa was-was atau takut jika hendak mengemukakan sesuatu. Dalam penelitian Sprecher, Treger, Wondra, Hilaire, Wallpe (2013), mengungkapkan bahwa pengungkapan diri yang tidak seimbang dapat terjadi karena adanya kemajuan teknologi dalam komunikasi. Individu yang pemalu dan pencemas menunjukkan bahwa mereka gagal dalam berinteraksi dengan orang lain. Meski demikian, pengungkapan diri merupakan bagian integral dari hubungan dimana individu belajar satu sama lain. Adanya timbal balik dari pengungkapan diri akan menjadi norma interaksi sosial. Interaksi dapat bervariasi dalam tingkat pengungkapan yang terkait dengan perasaan menyukai, kedekatan dan kesan interpersonal positif lainnya.

Lain halnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Lin dan Utz (2017), mengungkapkan bahwa frekuensi pengungkapan diri yang lebih tinggi pada media sosial sangat bermanfaat untuk menciptakan perasaan akrab dengan diri sendiri. Namun efek dari pengungkapan diri dapat dipengaruhi oleh faktor yang lainnya seperti kesesuaian dan nilai hiburan yang dirasakan. Pada media sosial, biasanya seseorang berinteraksi dengan cara mengungkapkan informasi secara naratif. Akan tetapi jika informasi diri dianggap tidak pantas akan dapat mengurangi ketertarikan sosial seseorang.

Menurut Agus Sujanto (dalam Andari, 2014), seseorang dalam mengungkapkan diri dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah. Cara didik keluarga yang dimaksud disini adalah cara didik orang tua. Cara didik orang tua sangat berpengaruh terhadap tingkat keterbukaan diri setiap individu. Karena pendidikan pertama yang didapat adalah dari orang tua. Pendidikan keluarga juga sebagai peletak dasar pembentukan kepribadian. Cara didik keluarga yang otoriter dapat mempengaruhi kejiwaan seseorang, sehingga sulit untuk mengungkapkan perasaannya. Disisi lain, lingkungan masyarakat yang individual mengakibatkan seseorang tidak memiliki sosialisasi terhadap orang lain sehingga tingkat keterbukaan dirinya rendah. Lingkungan sekolah juga mempengaruhi terbentuknya karakter, yaitu hubungan antar siswa dan hubungan siswa dengan guru bimbingan dan konseling. Hubungan komunikasi sesama teman sebaya yang kurang baik menyebabkan seseorang merasa terkucil, sehingga mengalami kesulitan dalam pergaulan dan menghambat

proses pembelajaran baik secara individu maupun kelompok.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Gee, Antony dan Koerner (2013), mengungkapkan bahwa sebagian dari subjek penelitian membuat pernyataan tentang perasaan malu ketika mengungkapkan diri tanpa adanya alasan terhadap perilaku mereka sendiri. Subjek yang memiliki kecemasan tinggi, mereka tidak mengaitkan kecemasan dengan faktor yang lainnya seperti situasi untuk melindungi diri dari kemungkinan evaluasi yang negatif. Dalam mengungkapkan diri, individu cenderung mencari pertolongan atau keyakinan dari lawan bicaranya untuk mengurangi rasa cemas.

Menurut Taylor, Belgrave dan Johnson (dalam Rahmadhaningrum, 2013), pengungkapan diri merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial. Individu yang terampil melakukan pengungkapan diri memiliki ciri-ciri yakni memiliki rasa tertarik kepada orang lain dari pada mereka yang kurang terbuka, percaya diri sendiri dan percaya pada orang lain. Berdasarkan hal tersebut di atas, dapat diketahui bahwa individu dalam mengungkapkan dirinya tergantung pada situasi dengan yang diajak untuk berinteraksi. Jika individu dalam berinteraksi dengan individu lainnya merasa senang dan membuat individu tersebut merasa aman dan dapat membangkitkan semangat, maka besar kemungkinan bagi individu tersebut dalam mengungkapkan dirinya. Namun sebaliknya beberapa individu tertentu dapat saja menutup diri karena merasa kurang percaya terhadap dirinya sendiri. Hal ini bisa dilihat melalui perilaku para remaja saat ini yang lebih mengungkapkan isi hatinya melalui media sosial dibanding dengan mengungkapkan apa yang ingin mereka sampaikan secara langsung. Bahkan tidak sedikit diantara mereka yang frustrasi, selalu ingin menyendiri, merasa diri tidak berharga, hingga akhirnya terjadi penyalahgunaan obat-obatan terlarang bahkan kasus bunuh diri.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena pengungkapan diri dibutuhkan setiap individu untuk melakukan interaksi satu sama lain. Kemampuan berinteraksi setiap individu sangat menentukan bagaimana cara bersikap dan menyampaikan informasi mengenai dirinya. Jika individu tidak mampu mengungkapkan dirinya maka individu tersebut akan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan menghambat proses interaksi sosialnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lainnya yang hampir serupa adalah terletak pada subjek, dimana penelitian di dalam negeri menggunakan subjek remaja awal yang duduk di bangku SMP, sedangkan penelitian di dalam negeri kebanyakan menggunakan subjek remaja akhir yang duduk di bangku kuliah. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti pada subjek remaja pertengahan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimen, dimana penelitian dilakukan tanpa memberikan perlakuan atau intervensi terhadap variabel-variabel yang diteliti. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya, yaitu hubungan antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SMA Negeri 1 Banda Aceh yang berjumlah 444 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak dengan memberikan kesempatan yang sama

kepada seluruh populasi untuk dijadikan sampel (Darmawan, 2013). Adapun kriteria subjek adalah remaja SMA dengan usia 15-19 tahun.

## HASIL

Setelah penelitian dilakukan dengan melakukan penyebaran skala kepada 210 remaja SMA Negeri 1 Banda Aceh, diperoleh beberapa hasil yang akan dipaparkan melalui tabel-tabel. Deskripsi penelitian terkait karakteristik subjek dapat dilihat pada tabel 4.1.

Kategori	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	15 tahun	24	11%
	16 tahun	67	32%
	17 tahun	82	39%
	18 tahun	34	16%
	19 tahun	3	1%
Jenis Kelamin	Laki-laki	77	37%
	Perempuan	133	63%
<b>Total</b>		<b>210</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1, dapat dideskripsikan bahwa kategori berdasarkan usia dan jenis kelamin, dapat dilihat klasifikasi usia dibagi menjadi lima kelompok dimana rentang termuda adalah berusia 15 tahun dan tertua berusia 19 tahun. Mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah berusia 17 tahun. Total keseluruhan subjek dalam penelitian ini sebanyak 210, dimana subjek perempuan memiliki jumlah yang lebih besar dibandingkan dengan subjek laki-laki.

**Tabel 4.2 Hasil Kategori Skala *Self Disclosure***

Klasifikasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	78-103	105	50%
Kurang	54-78	105	50%
<b>Total</b>		<b>210</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2, dapat diketahui bahwa dari total keseluruhan 210 subjek, kategori *self disclosure* baik dan kurang memiliki jumlah yang sama. Adapun rentang skor kategori baik adalah 78-103, dimana pada kategori ini remaja mampu mengungkapkan diri secara mendalam dan bersikap jujur dengan perasaan individu lainnya. Sedangkan rentang skor kategori kurang adalah 54-78, dimana dalam kategori ini pengungkapan diri remaja belum dilakukan secara mendalam dan masih membatasi dirinya dalam mengungkapkan pikiran maupun perasaan.

Rentang skor diperoleh berdasarkan nilai *T score* pada SPSS. Untuk kategori baik dapat dilihat berdasarkan nilai median sampai dengan skor maksimum, sedangkan kategori kurang dapat dilihat berdasarkan skor minimum sampai dengan nilai median.

**Tabel 4.3 Hasil Kategori Skala Interaksi Sosial**

Klasifikasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	84-107	114	54%
Kurang	56-84	196	46%
<b>Total</b>		<b>210</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.3, dapat diketahui bahwa terdapat 114 subjek termasuk dalam kategori interaksi sosial baik dengan rentang skor 84-107, dimana remaja mampu berkomunikasi, menunjukkan sikap atau perasaan kepada individu maupun kelompok. Sedangkan 96 seubjek lainnya termasuk dalam kategori interaksi sosial kurang dengan rentang skor 56-84, dimana pada kategori ini remaja belum mampu melakukan dengan baik dalam berkomunikasi, menunjukkan sikap atau perasaan kepada individu maupun kelompok. Rentang skor diperoleh berdasarkan nilai *T score* pada SPSS dengan melihat nilai median sampai dengan skor maksimum untuk kategori baik. Sedangkan kategori kurang dapat dilihat berdasarkan skor minimum sampai dengan nilai median.

**Tabel 4.4 Hasil Kategori Skala Interaksi Sosial dan *Self Disclosure***

Klasifikasi Self Disclosure	Klasifikasi	
	Baik	Kurang
Baik	76 subjek (36%)	29 subjek (14%)
Kurang	38 subjek (18%)	67 subjek (32%)
Total	<b>210 subjek (100%)</b>	

Berdasarkan tabel 4.4, dapat diketahui bahwa dari total 210 subjek, terdapat 76 subjek memiliki kategori baik pada interaksi sosial dan *self disclosure*. Kemudian terdapat 38 subjek memiliki interaksi sosial baik namun *self disclosure* kurang, dan terdapat 29 subjek memiliki kategori interaksi sosial kurang namun *self disclosure* baik. Selanjutnya sebanyak 67 subjek memiliki kategori kurang pada interaksi sosial dan *self disclosure*.

**Tabel 4.5 Aspek Self Disclosure pada Remaja**

Variabel	Aspek	Klasifikasi			
		Baik	%	Kurang	%
Self Disclosure	Keluasaan	115 subjek	55%	95 subjek	45%
	Waktu	138 subjek	66%	72 subjek	34%
	Kedalaman	112 subjek	53%	98 subjek	47%

Berdasarkan tabel 4.5, dapat diketahui bahwa subjek pada kategori baik memiliki jumlah yang lebih tinggi dibandingkan dengan kategori kurang. Pada aspek keluasaan, subjek yang termasuk kategori baik berjumlah 115 subjek, dimana pada kategori ini remaja mampu mengungkapkan diri ataupun informasi. Kemudian pada aspek waktu, terdapat 138 subjek termasuk dalam kategori baik, dimana remaja mampu menentukan waktu yang tepat saat mengungkapkan dirinya, seperti intensitas pertemuan, durasi waktu dan keadaan fisik atau psikologis.

Selanjutnya pada aspek kedalaman terdapat 112 subjek termasuk dalam kategori baik, dimana pada kategori ini kedalaman remaja dalam mengungkapkan diri diukur dari apa dan siapa yang dibicarakan seperti pikiran maupun perasaan. Hasil uji kenormalan data dilakukan menggunakan SPSS 21 dengan uji normalitas menggunakan *One-sampel* Kolmogrov-Smirnov Test (K-S) diperoleh bahwa nilai sig Kolmogrov-Smirnov sebesar 0,389 ( $\alpha > 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal. Oleh karena itu analisa data yang akan

digunakan untuk mengetahui hubungan kedua variabel tersebut adalah menggunakan analisa data uji korelasi *Product Moment Pearson*.

**Tabel 4.6 Hasil Korelasi *Self Disclosure* dan Interaksi Sosial**

<b>Koefisien Korelasi</b>	<b>Indeks Analisis</b>
Koefisien korelasi (r)	0,448
Koefisien determinasi (r <sup>2</sup> )	0,200
Taraf kesalahan	0,05 (5%)
P (nilai signifikan)	0.000

Berdasarkan hasil analisa menggunakan Uji Korelasi *Product Moment Pearson*, dapat diketahui bahwa ( $r = 0,448$  ;  $p = 0,000$ ) yang menunjukkan terdapat hubungan signifikan ke arah positif antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja dengan taraf kesalahan 5%. Selain itu berdasarkan koefisien determinasi (r<sup>2</sup>) menunjukkan bahwa *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja sebanyak 20% yang artinya terdapat 80% faktor lain yang dapat mempengaruhi interaksi sosial remaja.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja. Kategori *self disclosure* baik dan kurang memiliki jumlah yang sama rata. *Self disclosure* atau pengungkapan diri menurut (Devito, 1977), merupakan jenis komunikasi dimana seseorang mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan. *Self disclosure* sedikitnya melibatkan dua orang dan informasi yang disampaikan harus diterima dan dimengerti orang lain. *Self disclosure* perlu bagi remaja karena masa remaja merupakan periode individu belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima dalam berhubungan dengan orang lain.

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa subjek yang memiliki kategori baik pada interaksi sosial dan *self disclosure* sebanyak 76 subjek. Dalam penelitian Chen, Xie, Ping, Wang (2017) mengenai *self disclosure* secara langsung (tatap muka) maupun secara tidak langsung (melalui media sosial), mengungkapkan bahwa remaja yang memiliki *self disclosure* secara langsung menunjukkan probabilitas tinggi menjadi resilien. Sedangkan remaja dengan *self disclosure* secara tidak langsung menunjukkan probabilitas tinggi menjadi *undercontrollers* dan *overcontrollers*. Beberapa remaja akan menggunakan media sosialnya untuk mengkompensasi kurangnya interaksi sosial, dan mereka lebih cenderung mengalami hasil negatif dari penggunaan tersebut. Dalam penelitian ini juga diketahui bahwa sebanyak 67 subjek memiliki kategori kurang pada interaksi sosial dan *self disclosure*.

*Self disclosure* yang baik adalah dimana remaja mampu mengungkapkan diri secara mendalam dan bersikap jujur dengan perasaan individu lainnya. Sedangkan interaksi sosial yang baik adalah dimana remaja mampu berkomunikasi, menunjukkan sikap atau perasaan kepada individu maupun kelompok. Dalam penelitian ini terdapat 38 subjek memiliki interaksi sosial baik namun *self disclosure* kurang, dan terdapat 29 subjek memiliki kategori interaksi sosial kurang namun *self disclosure* baik. Penelitian yang dilakukan oleh Allgaier, Zettler, Wagner, Puttmann, Trautwein (2015), remaja yang memiliki kejujuran dan kerendahan hati yang tinggi, menunjukkan tingkat perilaku antisosial yang lebih rendah dan tingkat perilaku prososial yang lebih tinggi. Karakteristik situasional memiliki pengaruh

yang lebih besar bagi remaja yang memiliki kejujuran kerendahan hati yang rendah dalam memprediksi perilaku antisosial.

Dalam penelitian ini waktu merupakan hal yang paling penting bagi remaja dalam mengungkapkan diri. Diketahui bahwa sebanyak 66% subjek termasuk ke dalam kategori baik pada aspek waktu. Menurut Purwandari (dalam Ningsih, 2007), aspek waktu dalam pengungkapan adalah lamanya waktu yang digunakan untuk mengungkapkan informasi, yang mencakup intensitas pertemuan, keadaan fisik atau psikologis dan durasi. Intensitas pertemuan yang dimaksud adalah seberapa banyak remaja saat melakukan pengungkapan diri, hal ini bisa saja terjadi di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Kemudian keadaan fisik atau psikologis, dimana remaja saat pengungkapan diri dalam keadaan lelah, sedih, senang dan lain sebagainya. Lalu durasi, yaitu seberapa panjang waktu yang digunakan oleh remaja saat pengungkapan diri.

Kemudian pada aspek keluasan, sebanyak 55% subjek masuk ke dalam kategori baik. Pengungkapan diri tidak hanya mengungkapkan informasi yang bersifat pribadi, namun juga dapat bersifat umum. Remaja yang memiliki kemampuan pengungkapan diri dengan baik akan mudah berkomunikasi dengan orang lain, seperti mengeluarkan pendapat, mampu mengeluarkan ide atau gagasan yang ada di dalam dirinya. Pearson (dalam Irdil, 2013), mengungkapkan bahwa semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka akan semakin terbuka ia kepada orang tersebut.

Selanjutnya pada aspek kedalaman, hampir setengah dari jumlah subjek masuk ke dalam kategori kurang yaitu sebanyak 47%. Kedalaman disini diukur dari apa dan siapa yang dibicarakan seperti pikiran dan perasaan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sprecher, Treger, Wondra, Hilaire, Wallpe (2013), mengungkapkan bahwa jika remaja pemalu dan pencemas, mereka menunjukkan bahwa mereka gagal dalam berinteraksi dengan orang lain. Meski demikian, pengungkapan diri merupakan bagian integral dari hubungan dimana individu belajar satu sama lain. Adanya timbal balik dari pengungkapan diri akan menjadi norma interaksi sosial. Interaksi dapat bervariasi dalam tingkat pengungkapan yang terkait dengan perasaan menyukai, kedekatan dan kesan interpersonal positif lainnya.

Menurut Powell (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009), perasaan merupakan sebuah tingkatan dalam keterbukaan diri, dimana setiap individu dapat memiliki gagasan atau pendapat yang sama. Akan tetapi perasaan atau emosi yang menyertai gagasan atau pendapat setiap individu dapat berbeda-beda. Setiap hubungan menginginkan pertemuan antar pribadi yang sungguh-sungguh, haruslah didasarkan atas hubungan yang jujur, terbuka dan menyatakan perasaan-perasaan yang mendalam.

Menurut Taylor, Belgrave dan Johnson (dalam Rahmadhaningrum, 2013), pengungkapan diri merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial. Individu yang terampil melakukan pengungkapan diri memiliki ciri-ciri yakni memiliki rasa tertarik kepada orang lain dari pada mereka yang kurang terbuka, percaya diri sendiri dan percaya pada orang lain. Gerungan (2004), menjelaskan bahwa suatu proses dimana individu merasa tertarik pada pihak lain disebut simpati. Penelitian yang dilakukan oleh Utz (2015), mengungkapkan bahwa pengungkapan diri yang bersifat positif akan meningkatkan interaksi antar individu. Pengungkapan diri yang bersifat intim akan membuat individu merasa terhubung dan meningkatkan perasaan dengan individu lainnya. Dalam hal ini peneliti menggunakan *self disclosure* sebagai simpati yang memiliki kontribusi sebesar 20% terhadap interaksi sosial remaja. Interaksi sosial merupakan hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antara orang perorangan, antara kelompok-kelompok manusia, ataupun

antar perorangan serta kelompok manusia (Soekanto dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009). Dalam melakukan interaksi, setidaknya berhubungan antara dua orang atau lebih dimana setiap individu menginginkan adanya komunikasi yang saling menguntungkan agar terjalin keakraban.

Selanjutnya terdapat 80% faktor lain yang mempengaruhi interaksi sosial pada remaja. Beberapa faktor atau penyebab yang mempengaruhi interaksi sosial pada remaja diantaranya imitasi yang dapat mendorong seseorang untuk memenuhi kaidah dan nilai yang berlaku. Kemudian ada faktor sugesti dimana sugesti seorang individu memberkan suatu pandangan atau sikap yang berasal dari dirinya kemudian diterima pihak lain. Selanjutnya faktor identifikasi yang bersifat lebih mendalam karena kepribadian individu dapat terbentuk atas dasar proses identifikasi. Dalam penelitian Chang (2015), bahwa individu akan memasukkan orang lain ke dalam konsep diri mereka dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk berinteraksi dengan individu lainnya. Interaksi dapat berfungsi sebagai cermin untuk individu membandingkan dirinya dengan orang lain atau untuk menampilkan diri dengan meningkatkan kemampuan dalam menunjukkan keunikan dirinya.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah sampel dalam penelitian ini hanya terbatas pada remaja SMA sehingga belum mampu menjelaskan secara detail bagaimana hubungan variabel-variabel tersebut secara signifikan antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian uji korelasi *product moment pearson*, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self disclosure* maka semakin tinggi pula interaksi sosial pada remaja, begitu pula sebaliknya. Implikasi dari penelitian ini meliputi, bagi institusi pendidikan sebagai bahan informasi untuk mengembangkan pengungkapan diri siswa, sehingga suatu hubungan dapat terjalin dengan baik ketika seseorang menjalin komunikasi dan berinteraksi dengan orang lain.

## **SARAN**

Sekolah dapat memberikan pelayanan bimbingan dan konseling secara optimal untuk para siswa agar dapat meningkatkan kemampuan pengungkapan diri dan interaksi sosial. Selain itu para guru juga dapat memberikan metode pembelajaran yang efektif untuk mendorong siswanya berlatih berinteraksi, komunikasi dan pengungkapan diri. Untuk remaja agar tidak malu-malu dalam mengungkapkan diri misalnya dengan menjelaskan suatu informasi disertai dengan pernyataan mengenai perasaan agar orang lain dapat mengenal lebih dalam. Selain itu remaja juga dapat saling berkomunikasi dengan remaja lainnya sehingga terjadi timbal balik. Bagi peneliti selanjutnya sebagai dasar atau kajian awal yang ingin meneliti permasalahan yang sama dengan referensi yang lebih banyak lagi sehingga memiliki landasan dan membuktikan hubungan antara *self disclosure* dan interaksi sosial. Selain itu, kriteria subjek lebih diperluas lagi tidak hanya terbatas remaja SMA.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ali, M., & Asrori, M. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Allgaier, K., Zettler, I., Wagner, W., Puttmann, S., & Trautwein, U. Honesty–Humility in School: Exploring Main and Interaction Effects on Secondary School Students' Antisocial and Prosocial Behavior. *Learning and Individual Differences*. 43. 211-217.
- Andari. (2014). *Peningkatan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Person Centered Pada Siswa Kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Chang, C. (2015). Self Construal and Facebook Activities: Exploring Differences in Social Interaction Orientation. *Computers in Human Behavior*. 53. 91-101.
- Chen, W., Xie, X. C., Ping, F., & Wang, M. Z. (2017). Personality Differences in Online and Offline Self-Disclosure Preference Among Adolescents: A Person-Oriented Approach. *Personality and Individual Differences*. 105. 175-178.
- Darmawan, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Devito, J. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Profesional Books.
- Elmes, D. G., Kantowitz, B. H., & Roediger, H. L. (2014). *Metode Penelitian dalam Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitriyah, L., & Jauhar, M. (2014). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*. Vol 33. No 1.
- Gee, B. A., Antony, M. M., & Koerner, N. (2013). Disclosure of Anxiety in Everyday Life: Effects of Social Anxiety. *Personality and Individual Differences*. 54. 438-441.
- Gerungan, W. A. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Ifdil. (2013). Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. Volume XIII. No. 1.
- King, L.A. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Kominfo. (2014). *Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja dalam Menggunakan Internet*. Diakses pada 30 Januari 2018. Dari <https://kominfo.go.id/>.
- Lin, R., & Utz, S. (2017). Self Disclosure on SNS: Do Disclosure Intimacy and Narrativity Influence Interpersonal Closeness and Social Attraction. *Computers in Human Behavior*. 70. 426-436.
- Ningsih, R. S. (2007). *Self Disclosure Siswi Sekolah Umum dan Santriwati Pondok Pesantren Modern*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Ramadhaningrum, A. (2013). *Hubungan Keterbukaan Diri dengan Interaksi Sosial Remaja di SMA N 3 Bantul Yogyakarta*. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan „Aisyiyah.
- Santrock, J. W. (2001). *Life Span Development Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, A. D. (2012). *Hubungan Pengungkapan Diri dengan Prestasi Belajar pada Remaja*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sarwono, S. W. (2009). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Soekanto, S. (1990). *Sosiologi: Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali.
- Sprecher, S., Treger, S., Wondra, J. D., Hilaire., & Wallpe, K. (2013). Taking Turns: Reciprocal Self Disclosure Promotes Liking in Initial Interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*. 49. 860-866.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R dan D*. Bandung: Alfabeta.
- Suneni, D. (2006). *Hubungan Antara Empati dengan Kemampuan Interaksi Sosial pada Remaja di SMU Islam Pujon*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Treger, S., Sprecher, S., Erber, R. (2013). Laughing and Liking: Exploring the Interpersonal Effects of Humor Use in Initial Social Interaction. *Journal of Social Psychology*. 43. 532-543.
- Utz, S. (2015). The Function of Self Disclosure on Social Network Sites: Not Only Intimate, but Also Positive and Entertaining Self Disclosures Increase the Feeling of Connection. *Computers in Human Behavior*. 45. 1-10.
- Wu, X., Hua, R., Yang, Z., & Yin, J. (2018). The Influence of Intention and Outcome on Evaluations of Social Interaction. *Acta Psychologica*. 182. 75-81.