

## PERBEDAAN SELF-DISCLOSURE ANTARA KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA PADA MAHASISWA IAIN LHOKSEUMAWE

Desi Alistiansi<sup>1</sup>, Nurul Hikmah<sup>2</sup>, Desy Murni Lasari<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Universitas Islam Negeri Sultanah Nahrasiyah Lhokseumawe,

<sup>1</sup>[desialistiansi@gmail.com](mailto:desialistiansi@gmail.com), <sup>2</sup>[nurulhikmah@uinsuna.ac.id](mailto:nurulhikmah@uinsuna.ac.id), <sup>3</sup>[desymurnilasari@uinsuna.ac.id](mailto:desymurnilasari@uinsuna.ac.id)

**Tanggal Accept:**  
**22 September 2025**

**Tanggal Publish:**  
**31 Desember 2025**

### Rekomendasi Situs

Alistiansi, D., Hikmah, N., & Lasari, D.M. (2025). Perbedaan self-disclosure antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa IAIN Lhokseumawe. *Psychopedia: jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 10 (2), 32-45.

**Abstract.** Self-disclosure plays a crucial role in building healthy and deep interpersonal relationships, both within the context of family and friendship. Openness fosters trust, self-understanding, and supports mental health. This study aims to determine the differences in self-disclosure between family and peer groups in college students. Conversely, a lack of self-disclosure can lead to isolation, misunderstandings, communication barriers, and even a decline in mental health. This study used a quantitative method with a comparative causal approach, namely comparison or difference. The sample consisted of 86 active college students selected using random sampling. The research instrument used was a self-disclosure scale, distinguishing the topics discussed. The data were analyzed using the Mann-Whitney U-Test because the data were not normally distributed. The results of the study showed that first, the picture of self-disclosure between family and peers in students at the Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah IAIN Lhokseumawe was both in the moderate category, with a percentage of 71% self-disclosure in family and 78% self-disclosure in peers. Second, there was a significant difference in self-disclosure between family and peers in students. Based on the results of the study, the highest self-disclosure occurred in peers with an average of 99.11 compared to self-disclosure in families with an average of 73.89. Differences in self-disclosure as seen in the aspects of accuracy and honesty were seen in peers and the aspect of closeness was seen in families.

**Keywords:** Self-Disclosure, Family, Peers.

**Abstrak.** Self-disclosure memiliki peran penting untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat dan mendalam baik dalam konteks keluarga maupun pertemanan, melalui keterbukaan menumbuhkan kepercayaan, memahami diri sendiri serta mendukung kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan self-disclosure antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa. Sebaliknya ketiadaan self-disclosure dapat menyebabkan isolasi, kesalahpahaman, hambatan komunikasi bahkan menurunnya kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis kausal komperatif yaitu perbandingan atau perbedaan. Sampel penelitian sebanyak 86 mahasiswa aktif yang dipilih secara random sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala self-disclosure dengan membedakan subjek pembahasan. Data dianalisis menggunakan uji Mann-Whitney U-Test karena data tidak berdistribusi secara normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama gambaran self-disclosure antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Lhokseumawe sama-sama berada pada kategori sedang, dengan presentase sebesar 71% self-disclosure pada keluarga dan 78% self-disclosure pada teman sebaya. Kedua terdapat perbedaan yang signifikan self-disclosure antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian self-disclosure tertinggi terjadi pada teman sebaya dengan rerata 99,11 dari pada self-disclosure pada keluarga dengan rerata 73,89. Perbedaan melakukan self-disclosure seperti terlihat pada aspek ketepatan dan kejujuran terlihat pada teman sebaya dan aspek kedekatan terlihat pada keluarga.

Kata kunci : Self-Disclosure, Keluarga, Teman Sebaya.

## Pendahuluan

Fase remaja merupakan fase di mana sering kali menghadapi ketidaknyataan dan stereotip mengenai penyelewengan dan ketidaknormalan. Hal ini terjadi karena remaja berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan pencarian identitas, perubahan emosi yang drastis dan dorongan kuat untuk mendapat penerimaan sosial. Menurut Erikson dalam teori perkembangan psikososial menyatakan bahwa remaja berada pada tahap krisis identitas (*identity vs role confusion*) (Elizabeth B, 1999). Dalam proses ini, remaja sering kali bereksperimen dengan berbagai tingkah laku termasuk yang menyimpang dari norma sosial sebagai bentuk eksplorasi diri atau respon tekanan lingkungan seperti keluarga, teman sebaya dan media. Kurangnya kemampuan mengontrol emosi serta kontrol diri membuat mereka lebih rentan terhadap konflik internal maupun eksternal walaupun sebenarnya bagian dari proses adaptasi dan pencarian jati diri. Secara umum, mahasiswa sebagai remaja pada usia ini sedang dalam proses perkembangan dan mencari identitas atas dirinya, sering menghadapi tantangan dalam membuka diri dan berbagi informasi tentang diri kepada orang lain termasuk pada keluarga maupun teman sebaya. Pada fase remaja ini, komunikasi menjadi cara seorang individu untuk terbuka dan cenderung membagikan perasaan dengan orang terdekat, baik orang tua maupun teman, berkaitan dengan masalah akademik maupun di lingkungan sosialnya (Jayanti, 2020).

Komunikasi yang jujur dan efisien adalah kunci utama bagi remaja untuk menghadapi tantangan hidup serta mengembangkan diri secara positif. Melalui pembagian perasaan dan pikiran, remaja bisa mendapatkan dukungan emosional, nasihat dan arahan dari orang sekitarnya. Ini membantu mereka meningkatkan keseimbangan emosional, mengurangi stres dan kecemasan, serta mengembangkan kemampuan mengatasi masalah (dalam Elizabeth B, 1999). Di samping itu, komunikasi yang efektif juga dapat memperkuat hubungan, membangun keintiman dan kepercayaan, serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi efektif. Oleh karena itu, sangat penting pada mahasiswa guna memahami dan menambah keterampilan berkomunikasi yang baik dan juga memahami perbedaan respon yang diterima kepada siapa membuka diri. Komunikasi yang baik akan memunculkan kecenderungan berbagi informasi pada lingkungan terdekat, baik itu dari lingkungan pertemanan maupun lingkungan keluarga.

Keterbukaan diri yang dilakukan secara tepat dapat memperkuat hubungan interpersonal, meningkatkan rasa percaya, memberikan ruang bagi dukungan emosional dalam menghadapi tekanan hidup serta membantu individu mencapai tahap keberhasilan identitas. Namun sikap tertutup atau menahan diri secara berlebihan untuk tidak terbuka lebih beresiko menimbulkan perasaan role confusion atau kebingungan, rasa kesepian, kesulitan mengolah emosi serta gangguan kesehatan mental lainnya (dalam Valerian J, 1993). Oleh sebab itu kemampuan mengelola keterbukaan diri dan berbagi informasi pribadi diharuskan memilih pihak yang tepat kepada siapa mengungkapkan dan menjadikan keteramatan komunikasi yang sehat.

Keberlangsungan komunikasi yang baik merupakan salah satu jenis komunikasi yang dikenal dengan *self-disclosure* atau keterbukaan diri (dalam Akbar dkk, 2018). *Self-disclosure* dapat mendukung berkomunikasi, meningkatkan kepercayaan diri dan mempererat hubungan. Dengan bersikap terbuka, seseorang dapat melepaskan ketakutan, kecemasan, dan rasa bersalah

yang mereka rasakan (dalam Maryam, 2008). Keterbukaan diri, atau yang dikenal sebagai *self-disclosure*, tidak hanya berkaitan dengan diri individu dan orang lain, tetapi juga melibatkan keterangan diri individu yang dahulu sudah diketahui oleh individu lain. Pengungkapan diri sebagai respons diri terhadap keadaan yang dihadapinya dan menyajikan keterangan yang berkaitan tentang masa lampau guna memperoleh pemahaman terhadap respons tersebut (Dewi, 2021).

Respon diri terhadap penyajian keterangan yang berkaitan dengan masa lalu merupakan bentuk keterbukaan diri yang dijelaskan oleh Devito. Menurut Devito bahwa keterbukaan diri adalah suatu bentuk komunikasi diri sendiri membagikan informasi tentang diri mereka yang biasanya disimpan rapat atau tidak diketahui oleh orang lain (Rawi, 2022). Rime menambahkan bahwa keterbukaan diri terjadi saat individu memberikan keterangan tentang diri terhadap orang lain, dan suatu keuntungan dari hal ini ialah guna memperoleh bantuan dan dukungan serta memperoleh kontrol sosial (dalam Rawi, 2022). Darlega & Grzelak juga menjelaskan bahwa seseorang dapat terbuka kepada individu lain karena berbagai alasan yaitu meningkatkan penerimaan sosial, mengurangi tekanan, mendiskusikan masalah yang dihadapi dengan orang lain, menjelaskan keadaan yang dialami mereka, dan alat kontrol sosial (dalam Dewi, 2021). Menurut Hurlock, keterbukaan diri adalah hal berarti bagi individu yang tengah menghadapi fase remaja akhir atau dewasa awal, sebab saat fase tersebut remaja memerlukan cara untuk menjalin hubungan sosial dengan individu lain. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan *self-disclosure* memiliki peran penting dalam perkembangan sosial dan emosional remaja. Terkhusus dalam membangun hubungan yang sehat yang dapat memperoleh dukungan sosial. Remaja yang mampu membuka diri dan memiliki kontrol sosial cenderung mudah diterima dalam lingkungan sosialnya, sebaliknya ketidaksanggupan untuk mengungkapkan diri dapat menghambat proses adaptasi yang akan memperburuk kondisi emosional yang beresiko pada isolasi diri. Oleh karena itu, kemampuan mengelola keterbukaan diri secara bijak perlu dikembangkan sebagai bagian dari keterampilan hidup remaja dan kualitas interpersonal mereka.

Memberikan pengakuan dalam *self-disclosure* mencakup proses berbagi informasi secara terbuka pada orang lain, yang bisa berupa keterangan baru yang biasanya disimpan atau penjelasan mengenai perasaan seseorang (dalam Prihantoro dkk, 2020). *Self-disclosure* yang tepat pada masa remaja juga berpengaruh signifikan terhadap perkembangan psikologis dan sosial mereka. Berbagi informasi pribadi secara bijaksana, menunjukkan empati dengan respon yang positif merupakan bentuk dari individu sehat yang memiliki *self-disclosure*. Dengan memiliki *self-disclosure* yang baik, remaja dapat memperkuat rasa percaya diri dan kedekatan dalam hubungan, menurunkan tingkat stres dan kecemasan, serta membangun identitas diri. *Self-disclosure* yang sehat dapat dilihat dari beberapa indikator, seperti kedalaman dan keluasan topik pembahasan, kejujuran menyampaikan informasi dan adanya tujuan positif setiap melakukan keterbukaan diri. Akan tetapi, jika *self-disclosure* tidak dilakukan dengan tepat, hal ini dapat meningkatkan resiko penolakan atau penolakan yang buruk, hilangnya privasi dan keamanan emosional, serta terjadinya konflik dengan orang lain.

Meskipun *self-disclosure* merupakan aspek penting dalam perkembangan psikososial mahasiswa, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada tingkat

keterbukaan diri secara umum atau pada salah satu konteks hubungan sosial saja seperti dalam keluarga ataupun pertemanan. Belum banyak studi yang secara langsung membandingkan tingkat *self-disclosure* mahasiswa antara keluarga dan teman sebaya, padahal keduanya memiliki peran berbeda dalam membentuk identitas dan kesejahteraan psikologis individu. Selain itu, perubahan pola komunikasi di era digital juga dapat mempengaruhi cara mahasiswa mengekspresikan diri pada lingkungan yang berbeda, namun pembahasan ini belum banyak dibahas secara mendalam.

Maka dari itu peneliti menghadirkan kebaruan dengan secara langsung membandingkan *self-disclosure* mahasiswa terhadap dua kelompok hubungan interpersonal yang paling utama dalam fase dewasa awal, yaitu keluarga dan teman sebaya. Perbandingan yang dilakukan memiliki peran yang berbeda namun sama-sama memiliki peran penting dalam kehidupan perkembangan pribadi dan hubungan sosial mahasiswa. Peneliti juga menghadirkan pemahaman bahwa *self-disclosure* bukan hanya sekedar fenomena psikologis atau komunikasi interpersonal, tetapi juga bagian dari etika komunikasi Islami yang menuntun mahasiswa untuk bijak dalam memilih kepada siapa berbagi informasi diri yang sehat dan juga bernilai ibadah. Selain itu, peneliti juga menggunakan metode pendekatan kuantitatif komperatif yang masih jarang digunakan secara spesifik dalam konteks pengukuran *self-disclosure*. Seperti yang telah peneliti lakukan di awal penelitian dengan wawancara salah seorang mahasiswa FUAD di IAIN Lhokseumawe.

Oleh sebab itu, penting bagi remaja untuk memahami batasan dan cara berbagi informasi pribadi secara sehat dengan mengetahui perbedaan melakukan *self-disclosure* kepada siapa yang menurut mereka adalah orang terdekat baik itu keluarga maupun teman sebaya. Berdasarkan hal tersebut, penulis ingin menggambarkan dan menguraikan perbedaan berdasarkan aspek-aspek *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis komparatif yang bertujuan untuk melihat perbedaan keterbukaan diri antar kelompok mahasiswa. Populasi dalam penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif angkatan 2021-2024 sebanyak 636 orang. Sampel berjumlah 86 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *random sampling* dengan tingkat kesalahan 10%.

Pengumpulan data menggunakan instrumen *self-disclosure* yang disusun berdasarkan indikator keterbukaan diri, seperti kedalaman dan keluasan topik pembahasan, kejujuran menyampaikan informasi dan adanya tujuan positif setiap melakukan keterbukaan diri. Kemudian di uji validitas dan reliabilitasnya dengan alat ukur skala Likert interval 1-4 pilihan jawaban. Data dianalisis menggunakan uji *Mann-Whitney U-Test* karena data tidak berdistribusi normal dan melibatkan dua kelompok independen. Proses analisis dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 25.

## Hasil dan Pembahasan

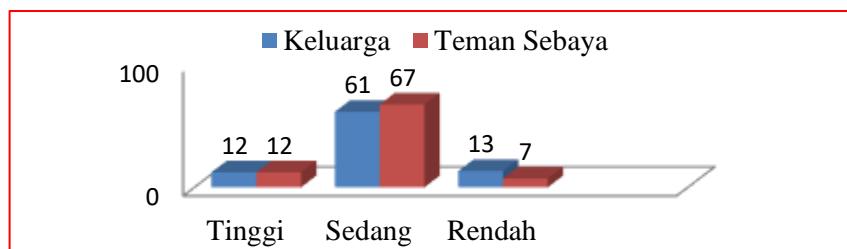
### 1. Perbedaan *Self-Disclosure* antara Keluarga dan Teman Sebaya pada Mahasiswa

Perbedaan berdasarkan deskripsi yang dijabarkan dari aspek-aspek *self-disclosure* menunjukkan *self-disclosure* mahasiswa kepada keluarga terdapat pada aspek kedekatan (*intimacy*). Kedekatan yang dimaksud dalam keterbukaan kepada keluarga mengarah kepada keterbukaan yang melibatkan pengungkapan informasi pribadi yang bersifat

mendalam dan emosional, seperti pengungkapan rasa kecewa, sedih, bangga yang dibagikan kepada keluarga terdekat. Berdasarkan pernyataan angket seperti "Saya menceritakan hal yang bersifat pribadi kepada keluarga saya", menggambarkan ruang kedalaman pada konteks keterbukaan kepada keluarga. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa bersedia berbagi informasi yang bersifat sensitif atau pribadi dengan adanya indikasi rasa percaya serta kedekatan emosional dengan anggota keluarga.

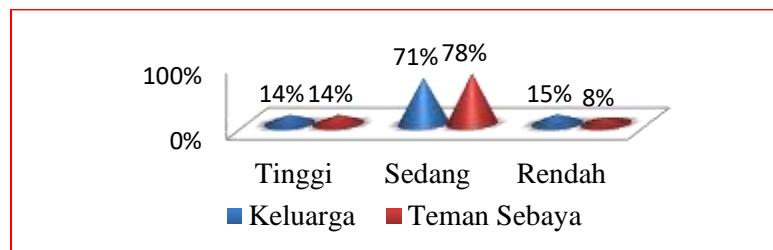
Selanjutnya perbedaan berdasarkan deskripsi yang dijabarkan dari aspek-aspek *self-disclosure* menunjukkan *self-disclosure* mahasiswa kepada teman sebaya terdapat pada aspek ketepatan dan kejujuran (*accuracy and honesty*). Mahasiswa cenderung memberikan informasi yang akurat dan jujur kepada teman didasari harapan mendapat tanggapan atau saran yang sesuai, namun apabila terjadi ketidak sesuaian mengakibatkan kesalahpahaman dan mengganggu hubungan pertemanan dan tidak terjadinya hubungan pertemanan atas pertukaran sosial yang adil. Berdasarkan pernyataan angket keterbukaan pada teman sebaya seperti "Saya bercerita sesuai keadaan diri saya kepada teman dekat", menggambarkan landasan hubungan suatu pertemanan yang didasari akan informasi yang sesuai keadaan dengan tidak dibumbui penambahan yang tidak perlu, menjadi tingkat respon yang besar kepada teman sebaya serta keamanan untuk berbagi informasi.

#### Perbedaan Tingkat *Self-Disclosure* Antara Keluarga dan Teman Sebaya Pada Jumlah Mahasiswa



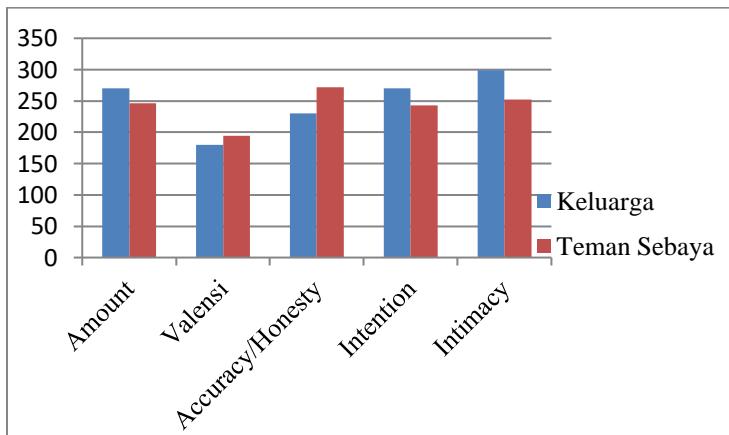
Hasil data pada kategori diagram di atas dapat dilihat menunjukkan perbedaan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa di FUAD. Tingkat tertinggi ditunjukkan pada kategori sedang dengan *self-disclosure* teman sebaya sebanyak 67 mahasiswa dan pada *self-disclosure* keluarga sebanyak 61 mahasiswa. Hal ini mengindikasikan bahwa kecenderungan mahasiswa melakukan keterbukaan diri dilakukan kepada teman sebaya dari pada keluarga yang dapat disebabkan terbangunnya hubungan pertemanan sehari-hari ada kesamaan pengalaman.

#### Perbedaan Presentase Tingkat *Self-Disclosure* Antara Keluarga dan Teman Sebaya



Presentase diagram diatas menunjukkan perbedaan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa FUAD. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari presentase menunjukkan tingkat tertinggi *self-disclosure* pada presentase tingkat sedang, dengan presentase tertinggi pada *self-disclosure* teman sebaya sebesar 78% dan pada *self-disclosure* keluarga sebesar 71%. Hal ini dipengaruhi oleh interaksi yang lebih kepada teman sebaya dari pada keluarga dan saling memahami tanpa rasa takut akan penilaian. Perbedaan aspek-aspek secara lengkap seperti pada tabel 4.3 berikut ini:

**Perbedaan Aspek-aspek *Self-Disclosure* antara Keluarga dan Teman Sebaya**



Perbedaan aspek-aspek *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya dapat terlihat berdasarkan hasil diagram di atas menunjukkan bahwa *self-disclosure* mahasiswa kepada keluarga lebih mengarah pada *intimacy*, *intention* dan *amount*. Hal ini dipengaruhi adanya interaksi yang terjadi antara mahasiswa dan keluarga didasari keterikatan emosional yang terbentuk dari masa kanak-kanak antara pengasuhnya yaitu orang tua di dalam keluarga seperti pada teori *attachment* yang dikembangkan oleh John Bowlby. Keterikatan yang terjalin melingkupi rasa aman, nyaman dan berkembang menjadi keterjalinan hubungan interpersonal merupakan adanya proses keterbukaan diri yang terjadi seperti pada teori penetrasi sosial yang dikembangkan oleh Altman dan Tailor (1973). Oleh karena itu keterbukaan yang terjadi pada mahasiswa kepada keluarga sudah terbentuk dari masa awal tumbuh kembang hingga sekarang dengan keterjalinan hubungan keluarga yang harmonis. Namun sebaliknya akan terjadi apabila keterjalinan hubungan di dalam keluarga tidak baik dan harmonis, keterbukaan diri dari setiap individu di dalam keluarga akan sangat minim terjadi dengan resiko timbulnya ketidaknyamanan, takut disalahkan bahkan adanya penolakan.

Selanjutnya mengenai hasil *self-disclosure* mahasiswa kepada teman sebaya terlihat berdasarkan hasil diagram di atas menunjukkan bahwa *self-disclosure* mahasiswa kepada keluarga lebih mengarah pada *accuracy/honesty* diikuti *valensi*. Hal ini dipengaruhi adanya landasan hubungan pertemanan yang didasari akan informasi yang sesuai keadaan dengan tidak dibumbui penambahan yang tidak perlu, menjadi tingkat respon yang besar kepada teman sebaya serta keamanan untuk berbagi informasi. Kejujuran dan ketepatan diberikan untuk memberikan timbal balik yang sesuai keadaan diri dikarenakan penilaian hubungan pertemanan akan semakin terbuka apa bila jujur dan tidak menambahkan bumbu kebaikan akan diri. Menjadi diri sendiri dari hubungan pertemanan menjadi peluang

keyakinan bahwa pengalaman yang sama-sama pernah terjadi menjadikan saling berbagi dan menguatkan berdasarkan pengalaman untuk masa yang akan datang.

### Hasil Output Group Statistics

#### Group Statistics

#### Ranks

|                     | Subjek   | N   | Mean Rank | Sum of Ranks |
|---------------------|----------|-----|-----------|--------------|
| Self-<br>Disclosure | Keluarga | 86  | 73.89     | 6354.50      |
|                     | Teman    | 86  | 99.11     | 8523.50      |
|                     | Sebaya   |     |           |              |
|                     | Total    | 172 |           |              |

Berdasarkan hasil tabel di atas, maka interpretasi dari output SPSS adalah untuk data *self-disclosure* mahasiswa dengan jumlah sampel sama sebesar 86 mahasiswa. *Mean rank* terbesar pada *self-disclosure* teman sebaya sebesar 99,11 dari pada *self-disclosure* keluarga sebesar 73,89. *Sum of rank* terbesar pada *self-disclosure* teman sebaya sebesar 8523,50 dari pada *self-disclosure* keluarga sebesar 6354,50. Yang berarti data hasil output statistik menunjukkan perbedaan yang besar pada keterbukaan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa.

### Hasil Output Uji Mann-Whitney U-Test

#### Test Statistics<sup>a</sup>

|                            | Self-<br>Disclosure |
|----------------------------|---------------------|
| Mann-Whitney U             | 2613.500            |
| Wilcoxon W                 | 6354.500            |
| Z                          | -3.330              |
| Asymp. Sig. (2-<br>tailed) | .001                |

a. Grouping Variable: Subjek

Berdasarkan hasil uji *mann-whitney u-test* di atas, maka interpretasi output dapat dijabarkan yaitu: Pada kolom *mann-whitney u-test* sebesar 2613,500 menunjukkan perbedaan peringkat antara dua kelompok. Pada kolom *wilcoxon w* sebesar 6354,500 berkaitan dengan nilai *mann-whitney u-test*. Pada kolom nilai Z sebesar -3,330 yang berarti nilai Z yang negatif menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dari kedua kelompok.

Berdasarkan nilai output uji *mann-whitney u-test* diketahui nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* p-value sebesar 0,001 yang berarti lebih kecil dari 0,1 ( $0,001 < 0,1$ ). Sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji *mann-whitney u-test* jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)*  $< 0,1$  maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan *self-disclosure* pada mahasiswa antara keluarga dan teman sebaya.

## 2. Gambaran *Self-Disclosure* Mahasiswa pada Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran bahwa kategori tingkat *self-disclosure* mahasiswa pada keluarga berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi jumlah mahasiswa sebanyak 61 dan berdasarkan hasil presentase sebesar 71 %. Mahasiswa dengan tingkat *self-disclosure* sedang berarti mahasiswa cukup terbuka dalam berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman pada keluarga, namun masih memiliki batasan-batasan tertentu. Mereka lebih nyaman membahas hal-hal umum dan tidak terlalu sensitif, namun tidak terlalu terbuka akan kebutuhan dan keinginan pribadi yang lebih dalam. Hubungan yang baik menjadikan mahasiswa cukup merasa nyaman dan percaya namun tetap masih ada beberapa hal yang tidak diungkapkan

Selanjutnya berdasarkan hasil data angket *self-disclosure* mahasiswa pada keluarga menunjukkan respon tertinggi terdapat pada aspek kedekatan (*intimacy*) dengan skor 299 pada item nomor 10 yaitu "Saya menceritakan hal yang bersifat pribadi kepada keluarga saya". Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa bersedia berbagi informasi yang bersifat sensitif atau pribadi dengan adanya indikasi rasa percaya serta kedekatan emosional dengan anggota keluarga.

Selanjutnya respon terendah dari angket *self-disclosure* mahasiswa pada keluarga terdapat pada aspek valensi (*valence*) dengan skor 180 pada item nomor 5 yaitu "Saya memilih diam disaat kesal dari pada bercerita kepada keluarga saya". Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa lebih memilih diam disaat kesal disebabkan perasaan takut disalahpahami, khawatir penilaian negatif atau perasaan merasa keluarga kurang mampu menerima perasaan mereka. Dan pernyataan ini merupakan pernyataan yang bersifat *unfavorable*. Hal ini menunjukkan bahwa pola keterbukaan mahasiswa pada keluarga sangat dipengaruhi oleh kedekatan emosional yang diperoleh dari keluarga

## 3. Gambaran *Self-Disclosure* Mahasiswa pada Teman Sebaya

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran bahwa kategori tingkat *self-disclosure* mahasiswa pada teman sebaya berada pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi jumlah mahasiswa sebanyak 67 dan berdasarkan hasil presentase sebesar 78 %. Mahasiswa dengan tingkat *self-disclosure* sedang berarti mahasiswa cukup terbuka dalam berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman pada teman sebaya, namun masih memiliki batasan-batasan tertentu. Mereka lebih nyaman membahas hal-hal umum dan tidak terlalu sensitif, namun tidak terlalu terbuka akan kebutuhan dan keinginan pribadi yang lebih dalam. Hubungan yang baik menjadikan mahasiswa cukup merasa nyaman dan percaya namun tetap masih ada beberapa hal yang tidak diungkapkan. Dengan mayoritas responden menunjukkan keterbukaan dalam menyampaikan informasi secara umum seperti kegiatan akademik maupun rencana masa depan, namun tidak semua disampaikan secara terbuka dalam mengungkapkan permasalahan pribadi yang *sensitive*.

Berdasarkan hasil data angket *self-disclosure* mahasiswa pada teman sebaya menunjukkan respon tertinggi terdapat pada aspek ketepatan dan kejujuran (*Accuracy / Honesty*) dengan skor 272 pada item nomor 7 yaitu "Saya bercerita sesuai keadaan diri saya kepada teman dekat". Menggambarkan landasan hubungan suatu pertemanan yang didasari akan informasi yang sesuai keadaan dengan tidak dibumbui penambahan yang

tidak perlu, menjadi tingkat respon yang besar kepada teman sebaya serta keamanan untuk berbagi informasi.

Selanjutnya respon terendah dari angket *self-disclosure* mahasiswa pada teman sebaya terdapat pada aspek valensi (*valence*) dengan skor 194 pada item nomor 4 yaitu "Saya akan menceritakan kehebatan saya kepada teman dekat". Dari pernyataan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung lebih berhati-hati untuk menampilkan sisi positif diri karena khawatir dianggap sombong, pamer bahkan menimbulkan rasa iri kepada teman, maka dari itu lebih memilih menjaga kesetaraan dari hubungan yang terjalin. Dan pernyataan ini merupakan pernyataan yang bersifat *favorable*. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan teman sebaya memiliki peran membentuk rasa kepercayaan dalam kejujuran informasi yang disampaikan dengan harapan dipahami dan tidak dihakimi.

## Pembahasan

Pembahasan dari gambaran hasil penelitian *self-disclosure* pada mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung atau sering melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) dengan orang-orang yang dipercaya sebagai mana kepada keluarga (ayah, ibu saudara/i) dan teman sebaya (teman dekat, sahabat). Dihitung dan telah diuji oleh peneliti guna menjelaskan secara rinci sesuai rumusan masalah menunjukkan bahwa mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) kepada keluarga sebanyak 41 mahasiswa atau 48% dari keseluruhan 86 mahasiswa dan melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) kepada teman sebaya sebanyak 45 mahasiswa atau 52%.

Perilaku tersebut didukung berdasarkan hasil pengisian pernyataan mengenai keterbukaan diri (*self-disclosure*) sebanyak 21 pernyataan yang dibagi atas dua objek yaitu keluarga sebanyak 10 pernyataan dan teman sebaya sebanyak 11 pernyataan. Pernyataan-pernyataan tersebut menggambarkan keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang tersusun atas aspek-aspek (*self-disclosure*) menurut Devito, yaitu jumlah / ukuran (*amount*), valensi (*valence*), ketepatan dan kejujuran (*accuracy/honesty*), maksud dan tujuan (*intention*), keakraban (*intimacy*).

*Self-disclosure* dapat membantu seorang mahasiswa berkomunikasi, meningkatkan kepercayaan diri dan membuat hubungan semakin akrab. Melalui keterbukaan diri, seseorang melepasakan rasa takut, khawatir, dan rasa bersalah (B, 2008). Keterbukaan diri (*self-disclosure*) tidak hanya diri sendiri atau orang lain, tetapi informasi pribadi yang diketahui sebelumnya kepada orang lain. Mahasiswa sebagai seorang remaja butuh melakukan *self-disclosure* sebagai salah satu manfaat untuk mendapatkan bantuan dan dukungan atau mencapai kontrol sosial.

Devito menyatakan *self-disclosure* atau keterbukaan diri adalah jenis komunikasi dimana individu mengungkapkan informasi tentang dirinya yang biasanya disembunyikan atau tidak diceritakan kepada orang lain. Dalam hubungan dengan teman sebaya dan keluarga, *self-disclosure* penting untuk mengembangkan keintiman. Sejalan dengan teori penetrasi sosial oleh Altman dan Tailor (1973) menyatakan pada peran keterbukaan diri dalam membentuk kedekatan dan keintiman dalam hubungan. Selama masa remaja, terjadi peningkatan dramatis pada *self-disclosure*. *Self-disclosure* berperan penting dalam pengembangan keintiman baik dalam kelompok

teman sebaya maupun keluarga. Loyalitas, komitmen bersama dan kepercayaan, serta kedalaman perasaan dan terjalin hubungan yang harmonis merupakan faktor penting untuk mengembangkan kemampuan untuk dapat melakukan *self-disclosure*.

Perbedaan berdasarkan aspek-aspek keterbukaan diri (*self-disclosure*) antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa, terletak pada aspek kedekatan (*intimacy*) yang lebih mengarah pada keluarga dengan nilai 299. Kemudian aspek ketepatan dan kejujuran (*accuarcy/honesty*) lebih mengarah pada teman sebaya dengan nilai 272.

Berdasarkan hasil penjabaran aspek-aspek *self-disclosure* terhadap keluarga dan teman sebaya, adapun menurut Altman dan Tailor (1973) dalam pernyataan teori penetrasi sosial menjelaskan, hubungan interpersonal berkembang melalui proses *self-disclosure* bertahap, di mana kedekatan dan kepercayaan menjadi faktor kunci melakukan *self-disclosure*. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dalam lingkup keluarga keterbukaan sering terjadi karena ikatan emosional yang kuat dan rasa aman. Hal ini dapat dipahami melalui perspektif teori *attachment* yang dikembangkan oleh John Bowlby. Menurut Bowlby, menjelaskan mengenai keterikatan emosional yang terbentuk sejak masa kanak-kanak antara anak dan pengasuh yaitu orang tua yang mana membentuk model internal kerja (*internal working model*) menjadi dasar terjalin hubungan interpersonal pada masa dewasa.

Keterjalinan hubungan interpersonal pada masa dewasa di mana individu dengan pola *attachment secure*, cenderung merasa aman mengekspresikan pikiran dan perasaan secara terbuka kepada orang terdekat seperti anggota keluarga dimana perasaan percaya, dukungan dan penerimaan tanpa syarat diberikan. Namun, apabila individu dengan pola *attachment anxious* atau *avoidant* lebih menunjukkan hambatan keterbukaan diri kepada keluarga yang berarti akibat pengalaman keterikatan yang tidak baik dan penuh ketegangan di dalam keluarga.

Hal ini sejalan dengan nilai-nilai dalam Islam mengenai pola attachment sebagai dasar kehidupan keluarga yang dibangun atas dasar kasih sayang (*rahmah*), ketenangan (*sakinah*), serta cinta (*mawaddah*). Individu sebagai mahasiswa yang tumbuh dalam suasana penuh akan kasih sayang di dalam keluarga menjadikan individu yang lebih muda untuk terbuka dan rasa kepercayaan yang besar serta adanya dukungan dari keluarga didapat secara penuh. Prinsip Islam juga mengajarkan mengenai tentang berprasangka baik (*husnuzan*) dan amanah sebagaimana dalam perintah Allah SWT dalam surah Al-Hujurat ayat 12 bahwa kepercayaan menjadi dasar dalam hubungan interpersonal. Dan keterbukaan yang terjalin baik tetap didasarkan landasan kejujuran, norma sosial, adab serta menjaga batasan syariat agar terhindar dari fitnah dan kemudaratannya. Sebaliknya dalam lingkup pertemanan dipengaruhi dengan adanya norma sosial dan keinginan untuk diterima.

Pengaruh norma sosial dan keinginan untuk diterima juga diperkuat berdasarkan hasil penelitian ini, di mana menunjukkan perbedaan tingkat melakukan *self-disclosure*. Tingkat tersebut menunjukkan pada kategori sedang dengan tingkatan tertinggi dilakukan pada teman sebaya dari pada keluarga. Dengan frekuensi tertinggi kepada teman sebaya sebesar 67 dan frekuensi kepada keluarga sebesar 61. Berdasarkan hasil presentase perbedaan *self-disclosure* tertinggi dilakukan pada teman sebaya dengan presentase sebesar 78% dari pada dilakukan pada keluarga dengan presentase sebesar 71%. Hasil ini menunjukkan perbedaan *self-disclosure* mahasiswa pada keluarga dan teman sebaya di FUAD.

Perbedaan tingkat yang terjadi menunjukkan tingkatan tertinggi pada teman sebaya didasari dalam lingkup pertemanan, keterbukaan diri (*self-disclosure*) disebabkan relasi hubungan pertemanan pada masa remaja dan menuju dewasa yaitu mahasiswa dipengaruhi akan kebutuhan afiasi sosial, penerimaan dan identitas dalam kelompok. Mahasiswa berada pada tahap perkembangan untuk membentuk kesejarahan relasi dan kesetaraan menjadi sangat penting. Hal ini semangkin diperkuat bahwa mahasiswa akan lebih terbuka karena dalam pertemanan lebih tidak dihakimi, lebih dipahami serta bebas mengekspresikan diri tanpa adanya tekanan norma-norma keluarga. Selain itu, pengalaman emosional yang sama terjadi seperti tekanan akademik, krisis identitas bahkan kisah percintaan menjadi peluang untuk melakukan *self-disclosure*.

Melakukan *self-disclosure* juga tertuang dalam pandangan Islam, Islam mengajarkan dalam melakukan keterbukaan diri bukan hanya sebagai interaksi sosial, tetapi juga diatur oleh prinsip-prinsip moral dan etika yang berasumber dari Al-Quran dan hadis. Islam mengajarkan bahwa keterbukaan diri harus dengan berdasarkan nilai-nilai kebenaran (*shidq*), kesopanan (*adab*), dan kemaslahatan (*maslahah*). Sebagaimana seorang muslim dianjurkan untuk berkata jujur dalam mengungkapkan informasi tentang dirinya, namun tetap menjaga batasan aurat informasi. Yaitu tidak mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan fitnah, merugikan diri sendiri, atau membuka aib yang seharusnya disembunyikan dan keterbukaan yang disertai kehati-hatian serta tujuan yang benar terhadap siapa melakukan keterbukaan.

Selain itu Islam menekankan bahwa *self-disclosure* hendaknya mengarah pada kemanfaatan, mempererat silahturahmi, serta menjadi sarana saling menasehati dalam kebaikan dan kesabaran. Dalam konteks pergaulan seorang muslim boleh terbuka kepada keluarga maupun teman sebaya atau pihak terpercaya dalam menyelesaikan masalah, meningkatkan keimanan dan memperkuat ukhuwa. Namun, Islam juga mengingatkan agar tidak berlebihan dalam keterbukaan diri sehingga melampaui batas privasi yang dijaga Allah SWT. Peluang-peluang dalam melakukan keterbukaan diri pada pandangan Islam dalam lingkup keluarga dan pertemanan mengajarkan keseimbangan dan kebermanfaatan dalam setiap membuka diri.

Peluang melakukan *self-disclosure* di lingkup pertemanan diperjelas kemabli oleh Derlega dan Grzelak. Menurut Derlega dan Grzelak bahwa individu lebih sering terbuka kepada orang-orang yang dianggap teman sebaya dari pada dengan keluarga, disebabkan rasa aman dan adanya dukungan emosional yang lebih besar dalam pertemanan. Collins dan Miller juga menyatakan kecenderungan melakukan *self-disclosure* kepada teman sebaya dari pada keluarga (Collins dkk, 1994). Dan berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa mahasiswa lebih banyak melakukan *self-disclosure* kepada teman sebaya dari pada kepada keluarga.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahkmawati pada tahun 2020 menunjukkan bahwa mahasiswa di indonesia lebih sering memilih untuk berbagi informasi pribadi kepada teman sebaya dari pada keluarga, yang mana menunjukkan pergeseran dalam cara mahasiswa berinteraksi dan berbagi informasi (dalam Rakhmawati). Penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial terutama teman sebaya berpengaruh besar pada proses keterbukaan diri.

Selanjutnya penelitian lainnya sesuai dengan hasil penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan Athira dan Sugeng (2022) menyatakan bahwa semangkin tinggi tingkat kepercayaan

maupun keintiman hubungan pertemanan dapat mendorong individu untuk melakukan *self-disclosure*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dimana tingkat *self-disclosure* mahasiswa kepada teman sebaya di FUAD pada kategori sedang dengan tingkat tertinggi dari pada keluarga yang menunjukkan keterjalinan hubungan antara individu atau mahasiswa kepada teman sebaya terjalin baik dan mendorong mahasiswa melakukan *self-disclosure*.

Penelitian dengan hasil yang sama yaitu penelitian oleh Friska Ayu (2023) menyatakan semangkin baik hubungan interpersonal yang terjalin maka semangkin tinggi remaja melakukan keterbukaan diri. Hal ini menunjukkan semangkin baik hubungan interpersonal yang terjalin baik maka keterbukaan diri akan sering dilakukan dan dapat terjadi perbedaan keterbukaan diri (*self-disclosure*) antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Lhokseumawe.

Hasil uji hipotesis penelitian ini juga menunjukkan tingkatan *self-disclosure* lebih tinggi kepada teman sebaya dengan (*mean rank* 99,11) dari pada kepada keluarga dengan (*mean rank* 73,89). Selanjutnya berdasarkan nilai signifikansi yang berarti terdapat perbedaan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa di FUAD, ini sesuai dengan teori Derlega yang mengemukakan bahwa mahasiswa sering kali merasa lebih nyaman berbagi informasi pribadi dengan teman sebaya, dikarenakan dianggap lebih memahami dan tidak menghakimi.

Sementara keterbukaan diri kepada keluarga cenderung dihadapkan pada perasaan takut, kecewa, rasa kekhawatiran akan norma, harapan moral, bahkan penolakan. Perasaan-perasaan ini akan mengakibatkan individu cenderung kurang terbuka kepada keluarga. Meskipun demikian hubungan yang terjalin antara anggota di dalam keluarga hurus lebih baik dan saling menghargai, keluarga bisa menjadi tempat ternyaman untuk terbuka. Keluarga yang sehat adalah keluarga dengan diiringi komunikasi terbuka, empati dan tidak mengedepankan penghakiman.

Hal ini menunjukkan bahwa adanya faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perbedaan melakukan keterbukaan diri, dimana lingkungan terdekat, dinamika hubungan keluarga yang mana interaksi yang terjadi lebih formal dengan adanya harapan sosial yang tinggi, jenis kelamin, tipe keribadian, situasi dan lain-lain yang dapat mempengaruhi perbedaan keterbukaan diri. Berdasarkan pembahasan penelitian, cangkupan lingkup penelitian juga menjadi faktor lain terjadinya perbedaan keterbukaan diri. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada perbedaan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada ahasiswa FUAD IAIN Lhokseumawe, sehingga belum mencakup aspek lain seperti latar belakang budaya, kondisi emosional atau pengaruh media sosial yang juga dapat mempengaruhi pola keterbukaan individu.

Sebagai mahasiswa pentingnya menyadari keterbukaan diri sebagai cara untuk mengurangi beban emosional dan membangun hubungan yang sehat. Bercerita kepada teman sebaya memang lebih mudah karena adanya rasa saling memahami dan tidak menghakimi, namun terbuka kepada keluarga juga penting karena mereka dapat memberi mendukung dan rasa kepedulian. Keseimbangan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya dapat menjadi kunci guna mahasiswa memiliki ruang untuk berbagi, mendapat dukungan dan tidak merasa sendiri menjalani kehidupan yang penuh tantangan akademik maupun pribadi.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data pada penelitian mengenai perbedaan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Lhokseumawe, maka dapat kesimpulan bahwa: Gambaran *self-disclosure* pada mahasiswa angkatan 2021-2024 di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Lhokseumawe menunjukkan rata-rata pada kategori sedang pada masing-masing keterbukaan diri antara keluarga dan teman sebaya, sebanyak 41 mahasiswa melakukan *self-disclosure* pada keluarga dan sebanyak 45 mahasiswa dengan *self-disclosure* pada teman sebaya. Dari mayoritas mahasiswa melakukan *self-disclosure* kepada teman sebaya dari pada keluarga. Kategori sedang berarti mahasiswa di FUAD melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) cukup sering atau pada tingkatan yang sama antara terbuka kepada keluarga dan teman sebaya dengan cukup terbuka dalam berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman pada keluarga dan teman sebaya, namun masih memiliki batasan-batasan tertentu yang tidak diungkapkan. Terdapat perbedaan yang signifikan *self-disclosure* antara keluarga dan teman sebaya pada mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Lhokseumawe. Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa *self-disclosure* teman sebaya terjadi lebih tinggi dengan rerata sebesar (99,11) dari pada *self-disclosure* pada keluarga dengan rerata sebesar (73,89). Lebih jelasnya dari kelima aspek *self-disclosure*, mahasiswa terbuka pada keluarga mengarah pada kedekatan yang lebih detail dan intim dan pada teman sebaya lebih mengarah pada ketepatan dan kejujuran atas pengalaman yang terjadi pada diri untuk diungkapkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Supratiknya, 1995, "Komunikasi Antarapribadi", Tinjauan Psikologis (Jakarta: Kanisius): 14
- Akbar, Z., & Faryansyah, R. (2018). "Pengukapan Diri di Media Sosial". IKRA-ITH Humaniora: *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 94-99.
- Ayu F Tampubolon, 2023,"Hubungan Antara Keterbukaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Sma Hosana Medan Skripsi,".
- Athira Rafidha Firual and Sugeng Hariyadi, (2022) "Pengaruh Interpersonal Trust Dan Intimate Friendship Terhadap Self-Disclosure Generasi Z Pengguna Twitter," *Journal of Social and Industrial Psychology* 11, no. 1 :44-52.
- Alman, A., dan Taylor, D., "Family Communication: Theory and Research", (New York: Routledge, 2011), h.45.
- Altman, I., & Tailor, DA, (1973). Penetrasi Sosial: Pengembangan Hubungn Interpersonal.
- B., (2008)"Pengembangan Inventori Self- Disclosure Bagi Siswa Usia Sekolah Menengah Atas." *Jurnal pendidikan*, 2536-453-1: h. 169-174.
- Bowlby, John. "Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. New York: Basic Books.
- Collins, N. L. & Miller, L. C. 1994 "Self-disclosure and Liking: A meta-analytic review". *Psychologic Bulletin*, 116: h. 457-475.
- Dewi Esti Almawati, 2021 "Self-Disclosure Pada Pertemanan Dunia Maya Melalui Media Sosial Twitter". Riau, Universitas Islam Riau, Fakultas Ilmu Komunikasi.
- Departemen Agama RI, Al-Qurandan Terjemahnya (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Quran, 2019), QS. Al-Hujurat ayat 12.

- Devito, J.A. The Interpersonal Communication Book Fourth Edition, 1986.
- Gainau Maryam B., (2008), "Pengembangan Inventori Self- Disclosur Bagi Siswa Usia Sekolah Menengah Atas". *Jurnal Ilmu Pendidikan* 2536-453-1: h. 169-74.
- Ibrahim. A, dkk, 2018, "Metodologi Penelitian", Gunadarma Ilmu.
- Jayanti Ulli, (2020), "Keterbukaan Diri Anak Kepada Orangtua Mengenai Hubungan Asmara (Studi Keterbukaan Diri Anak Yang Tinggal Terpisah Dengan Orang Tuanya Mengenai Hubungan Asmara)," *Jurnal Komunikasi*: h. 1-25.
- Joseph A. Devito, 2011, "Komunikasi Antarmanusia", Alih Bahasa: Ir. Agus Maulana (Tangerang Selatan: Krisma), h.64
- John W. Thibaut dan Harold H. Kelley, "The Social Psychology of Groups", (New York: Wiley, 1959), h. 21.
- Prihantoro, E., Damintana, K. P. I., & Ohorella, N. R, (2020), "Self-Disclosure Generasi Milenial Melalui Second Account Instagram," *Jurnal Ilmu Komunikasi* 18, no. 3: h. 312
- Rakhmawati, N., (2020), "Self-disclosure among Indonesia student: A study on the role of peer relationships", *Jurnal Psikologi*, 17(2): h. 123-135.
- Rawi. Z Syaminingtias, (2022), Keterbukaan Diri (Self -Disclosure) Pada Remaja Dengan Teman Online, *Jurnal Psikologi* , 33, no. 1: h. 1-12.
- Valerian J. Derlega et al., (1993), "Self-disclosure (Newbury Park, CA: Sage Publications).