BAB II

KAJIAN TEORI

A. Dewasa Awal

1.1 Definisi Dewasa Awal

Istilah *adult* atau dewasa adalah kata yang berasal dari Bahasa latin yang artinya tumbuh menjadi dewasa. Santrock (2011) berpendapat bahwa masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari remaja menuju dewasa. Individu yang dapat dikatakan dewasa adalah idividu yang telah menyelesaikan masa pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock, 2002). Dewasa awal (*emerging adulthood*) terjadi pada usia 18-25 tahun (Arnett, dalam Santrock, 2011)

1.2 Tahap Perkembangan Dewasa Awal

1. Transisi dari Masa Remaja Menuju Masa Dewasa.

a. Santrock (2011) mengemukakan bahwa masa beranjak dewasa atau dewasa awal (*emerging adulthood*) merupakan istilah yang digunakan untuk menuju masa transisi pada remaja menuju dewasa. Pada rentang usia 18 hingga 25 tahun ditandai dengan sifat eksperimen dan eksplorasi yang muncul. Terdapat dua kriteria untuk merujuk pada status dewasa, yaitu kemandirian ekonomi dan bertanggung jawab atas konsekuensi atas apa yang telah dipilihnya.

b. Pada masa ini terjadi transisi dari sekolah menengah menuju perguruan tinggi dapat disertai masalah baik positif maupun negatif. Dalam hal ini mahasiswa bisa dianggap lebih dewasa dan lebih tertantang secara intelektual dan akademik, untuk kebanyakan individu transisi dapat melibatkan fokus pada perpindahan yang

membuat stres dari bagi sekelompok siswa paling tua dan berkuasa menjadi kelompok mahasiswa paling muda dan paling lemah.

2. Perkembangan Fisik.

Pada masa ini juga terjadi perkembangan secara fisik, dimana puncak pada performa fisik didapatkan pada rentang usia 19 hingga 26 tahun namun pada tahap ini juga terdapat bahaya tersembunyi, seperti kebiasaan atau pola hidup yang buruk dapat terbentuk pada masa ini. Menuju masa dewasa awal, penurunan performa fisik dapat terdeteksi pada sebagian besar individu.

3. Seksualitas.

a. *Emerging adulthood* adalah masa dimana individu aktif secara seksual dan akan melakukan pernikahan. *Emerging adulthood* terhitung tinggi dalam melakukan hubungan seksual jika dibandingkan dengan individu dewasa muda, tetapi dengan frekuensi lebih jarang. Seks bebas juga lebih lazim terjadi pada masa *emerging adulthood* daripada dewasa muda.

b. Orientasi seksual dan Perilaku, dalam survei seks di Amerika pada tahun 1994 kehidupan seksual orang dewasa Amerika digambarkan lebih konservatif dari yang dibayangkan. Preferensi seksual individu kemungkinan besar adalah hasil dari kombinasi faktor genetis, hormonal, kognitif, dan lingkungan.

4. Perkembangan Kognitif

a. Pada tahap perkembangan kognitif di masa *emerging adulthood* menurut Piaget (dalam Santrock, 2011) mengungkapkan bahwa berpikir formal operasional, mulai dari usia 11 hingga 15 tahun, adalah tahap kognitif terakhir. Meskipun dari segi kuantitas jumlah pengetahuan orang dewasa lebih besar dibandingkan remaja, beberapa ahli menyatakan bahwa masa *emerging adulthood*, idealisme yang

terdapat pada tahap formal operasional mengalami kemunduran, yang kemudian digantikan dengan pemikiran yang lebih realistis dan pragmatis. Beberapa ahli mengusulkan adanya tahap kelima, pemikiran postformal.

b. Kreatifitas selama masa *emerging adulthood*, puncak kreativitas di masa dewasa, sering kali menurun di usia 40 tahunan. Meskipun demikian, terdapat variasi ekstensif individu untuk hasil kreatif rentang hidup seseorang. Csikszentmihalyi (1996) mengajukan bahwa langkah yang dapat diambil agar tetap berkembang menuju kehidupan yang kreatif adalah dengan melatih rasa keingintahuan dan minat.

5. Karir dan Pekerjaan

a. Perubahan dalam perkembangan pada kehidupan karir dan pekerjaan terdapat beberapa tahap perkembangan yang dilalui oleh *emerging adulthood*, tahap awal yang dilalui adalah tahap perubahan perkembangan, dimana pada tahap ini di akhir usia belasan tahun dan awal dua puluhan, pemikiran karir sudah pada tahap lebih serius. Di awal hingga pertengahan duapuluhan, ada banyak individu yang telah menyelesaikan pendidikan atau pelatihannya dalam memulai sebuah karir. Di sisa masa dewasa awal, mereka berusaha memulai dan meniti karirnya.

b. Pengaruh pekerjaan, dimana pekerjaan menegaskan seseorang secara mendasar dan merupakan salah satu aspek penting yang membentuk identitas sesorang. Sebagian besar individu menggunakan kurang lebih sepertiga kehidupannya untuk bekerja.

1.3 Ciri-ciri Dewasa Awal

Santrock (2011) mendeskripsikan lima ciri-ciri dari orang yang beranjak

dewasa sebagai berikut :

a. Eksplorasi identitas, dalam hal relasi romantis dan pekerjaan individu. Beranjak dewasa adalah dimana didalam diri sebagian besar individu terjadi perubahan penting terkait identitas.
b. Ketidakstabilan. Perubahan tempat tinggal sering terjadi selama masa dewasa awal, masa di mana sering terjadi ketidakstabilan dalam hal relasi romantis, pekerjaan, dan pendidikan.
c. *Self-focused* menurut Arnett, individu yang berada di masa beranjak dewasa "cenderung terfokus pada diri sendiri, dalam arti mereka kurang terlibat dalam kewajiban sosial, melakukan tugas dan berkomitmen terhadap orang lain, serta mengakibatkan mereka memiliki otonomi yang besar dalam mengatur kehidupannya sendiri.
d. *Feeling-in-between* (merasa seperti berada atau di peralihan). Banyak orang di masa beranjak dewasa tidak menganggap dirinya sebagai remaja ataupun sepenuhnya sudah dewasa dan berpengalaman.
e. Usia dengan berbagai kemungkinan, sebuah masa di mana individu memiliki peluang untuk mengubah kehidupan mereka. Arnett (dalam Santrock, 2011) mendeskripsikan dua cara di mana masa beranjak dewasa merupakan usia yang memiliki berbagai kemungkinan: (1) banyak orang yang sedang beranjak dewasa yang optimis dengan masa depannya, dan (2) bagi mereka yang mengalami kesulitan ketika bertumbuh besar, masa beranjak dewasa merupakan sebuah kesempatan untuk mengarahkan kehidupan mereka ke arah yang lebih positif.

1.4 Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Dalam menjalani kehidupan yang dinamis individu butuh melakukan pembaharuan dalam menjalani hidup, menurut R. J. Havighurst (dalam Hurlock, 1980) terdapat beberapa tugas yang dipusatkan pada harapan masyarakat, antara lain :

a. Mendapatkan suatu pekerjaan

   Seseorang yang sudah memasuki fase dewasa awal dituntut untuk dapat memenuhi kebutuhannya sendiri, yaitu dengan jalan bekerja. Dalam pekerjaan tersebut individu dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dalam pekerjaan tersebut.

b. Memilih seorang teman hidup

   Pada umumnya pada masa dewasa awal ini individu sudah mulai berpikir dan memilih pasangan yang cocok dengan dirinya, yang dapat mengerti pikiran dan perasaannya, untuk kemudian dilanjutkan dengan pernikahan.

c. Belajar hidup bersama dengan suami atau istri dalam membentuk suatu keluarga

   Masing-masing individu mulai menyesuaikan baik pendapat, keinginan, dan minat dengan pasangan hidupnya.

d. Membesarkan anak-anak

   Hal ini dilakukan agar anak tidak merasa bingung harus mengikuti cara ayah atau ibunya. Maka dalam hal ini suami istri harus menentukan bagaimana pola asuh dalam mendidik anaknya.

e. Mengelola sebuah rumah tangga

   Dalam mengelola rumah tangga harus ada keterangan antara suami istri, hal ini untuk menghindari percekcokan dan konflik dalam rumah tangga.

f. Menerima tanggung jawab sebagai warga negara

Seseorang yang dikatakan sudah dewasa sudah berhak untuk menentukan cara hidupnya sendiri, termasuk dalam hal ini hak dan kewajibannya sebagai warga dari suatu negara.

g. Bergabung dalam suatu kelompok sosial yang cocok.

Setiap individu mempunyai nilai-nilai dan faham yang berbeda satu sama lain. Pada masa ini seorang individu akan memulai mencari orang-orang atau kelompok yang mempunyai faham yang sama atau serupa dengan dirinya.

Menurut Hurlock (1980) pada tingkat penguasaan tugas-tugas ini pada tahun-tahun awal masa dewasa awal akan memengaruhi tingkat keberhasilan individu ketika mencapai puncak keberhasilan pada waktu setengah baya, terdapat beberapa faktor penunjang keberhasilan pada individu dalam tahap perkembangan pada fase dewasa awal diantaranya:

1. Efisiensi Fisik

Puncak efisiensi fisik biasanya dicapai pada usia pertengahan dua puluhan, sesudah itu akan terjadi penurunan lambat laun hingga awal usia empat puluhan. Dengan demikian, periode penyesuaian, secara fisik orang mampu menghadapi dan mengatasi masalah-masalah yang selain sukar juga paling banyak dalam periode ini.

2. Kemampuan Motorik

Orang-orang muda mencapai kekuatannya antara usia dua puluhan dan tiga puluhan. Kecepatan respons maksimal terdapat antara usia dua puluh dan dua puluh lima tahun dan sesudah itu kemampuannya sedikit demi sedikit menurun. Dalam belajar menguasai keterampilan-keterampilan motorik yang baru, orang-

orang muda usia dua puluhan lebih mampu daripada mereka yang mendekati usia setengah umur. Selain itu orang-orang muda lebih mampu mengandalkan kemampuan motorik ini dalam situasi-situasi tertentu, hal mana tidak dapat mereka lakukan semasa remaja karena pertumbuhan yang cepat dan tidak seimbang saat itu menyebabkan mereka kurang luwes dan kaku.

3. Kemampuan mental

   Kemampuan mental diperlukan untuk mempelajari dan menyesuaikan diri pada situasi-situasi baru, seperti misalnya mengingat hal-hal yang dulu pernah dipelajari, penalaran analogis dan berpikir kreatif, mencapai puncaknya dalam usia dua puluhan, kemudian sedikit demi sedikit menurun. Meskipun orang- orang muda ini tidak belajar secepat dulu kualitas belajarnya tidak merosot.

4. Motivasi

   Apabila remaja mencapai usia dewasa secara hukum, mereka berkeinginan kuat untuk dianggap sebagai orang-orang dewasa yang mandiri oleh sekelompok sosial mereka. Hal ini menjadi motivasi bagi orang-orang muda untuk menguasai tugas-tugas perkembangan yang diperlukan agar dapat dianggap mandiri.

5. Model Peran

   Remaja yang bekerja setelah menamatkan sekolah lanjutan mempunyai model peran untuk diteladani. Karena berinteraksi dengan orang dewasa mereka memperoleh motivasi untuk mencontoh sesuai perilaku sesuai garis-garis yang duanut masyarakat dewasa, agar mereka sendiri dianggap dewasa. Sebaliknya, remaja yang tetap bersekolah atau kuliah sesudah mereka secara hukum dewasa masih berada dilingkungan teman-teman sebaya mereka, dan akan terus mengikuti garis-garis perilaku remaja dan bukan pola perilaku dewasa. Jika mereka tetap

dalam status ketergantungan ini, mereka hampir tidak memperoleh kesempatan atau motivasi untuk menguasi tugas-tugas perkembangan orang dewasa.

Hal ini selaras dengan pendapat Erikson (dalam Santrock, 2002) yang menyatakan bahwa tugas masa dewasa awal yang berkaitan dengan krisis keintiman dan keterkucilan (*intimacy vs isolation*). Dimana pada tahap ini individu menjalani tugas perkembangan dalam pembentukan relasi intim dengan orang lain (Arvianti, 2022). Dalam penelitian individu menjalani tugas perkembangan membangun keintiman dengan lawan jenis, hingga lanjut pada jenjang pernikahan.

Berdasarkan tugas perkembangan masa dewasa awal yang sesuai dengan penelitian ini individu pada masa ini melakukan keintiman dengan lawan jenis dan memasuki fase memilih teman hidup yang kemudian beralih ke fase selanjutnya yaitu belajar hidup dengan suami, dan masih akan berlanjut pada fase-fase berikutnya.

Dalam menjalani tugas perkembangan pada masa dewasa awal terdapat beberapa faktor yang menunjang keberhasilan perkembangannya, yaitu keefisienan fisik, kemampuan motorik, kemampuan mental, motivasi, serta tokoh peran yang menjadi barometer individu.

B. *Self Disclosure*

1. Definisi *Self Disclosure*

Self disclosure merupakan jenis komunikasi dimana individu mengungkapkan informasi tentang dirinya yang biasanya disembunyikan. *Self disclosure* sedikitnya melibatkan dua orang dan informasi yang disampaikan harus diterima dan dimengerti oleh orang lain (Devito, 2011).

Person (dalam Adnan, 2018) mengartikan *self disclosure* sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain secara sukarela dan disengaja untuk maksud memberikan informasi yang akurat tentang dirinya. Sedangkan menurut Morton (dalam Adnan, 2018) *self disclosure* adalah kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain.

Adapun pendapat Sherwin dkk (2009) mengenai pengungkapan diri atau *self disclosure* merupakan proses di mana seseorang bersedia untuk berbagi atau membuka diri kepada orang atau kelompok lain yang dapat dipercaya individu tersebut dan prosesnya dilakukan secara lisan.

Menurut Altman dan Taylor (dalam Ifdil, 2013) berpendapat bahwa *self disclosure* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk memberikan informasi mengenai dirinya kepada orang lain dengan tujuan untuk mencapai hubungan yang akrab dengan orang lain. Sehubungan dengan hal ini Jourard (dalam Gamayanti dkk, 2018) mengemukakan bahwa pembicaraan mengenai diri sendiri kepada orang lain yang dipercaya, sehingga orang lain dapat mengetahui apa yang dipikirkan, dirasakan, dan diinginkan oleh orang tersebut.

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* merupakan pengungkapan diri, dimana seseorang akan secara sukarela kepada orang yang dipercaya untuk memberikan informasi yang akurat mengenai dirinya yang biasanya disembunyikan.

2. Aspek *Self Disclosure*

Menurut Devito (2019) *self disclosure* pada setiap individu memiliki lima aspek, diantaranya :

a. Valensi

Valansi merupakan tingkat informasi yang diungkapkan oleh pelaku *self disclosure* baik secara positif atau negatif kepada penerimanya. Dimana individu mampu mengungkapkan hal baik dan buruk yang ada pada diri sendiri, dan faktor dari nilai.

b. Jumlah

Merupakan kuantitas dari *self disclosure* yang dapat diukur dengan pengetahuan frekuensi seseorang dalam mengungkapkan diri pada siapa serta berapa lama durasi yang dibutuhkan individu dalam mengungkapkan pendapat yang diinginkan.

c. Ketepatan dan Kejujuran

Merupakan tingkat pengetahuan diri pada masing-masing individu dapat memengaruhi ketepatan dalam pengungkapan diri. Sehingga orang dengan tingkat pengetahuan diri yang tinggi akan lebih cepat mengungkapkan diri, dan sebaliknya maka individu cenderung lebih lambat dalam melakukan pengungkapan diri. Setiap individu memiliki variasi yang bermacam-macam dalam melakukan *self disclosure*, yaitu dengan mengungkapkan sesuai keadaan sebenarnya, melebih-lebihkan, hingga berbohong. *Self disclosure* dapat dikategorikan baik jika individu mengungkapkan apa yang ada pada dirinya sesuai dengan keadaan yang sebenarnya hingga pendengar dapat mengetahui informasi tersebut dengan tepat.

d. Keleluasaan

Merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan informasi yang diutarakan kepada orang lain. *Self disclosure* dikatakan baik jika individu mampu

mengungkapkan dirinya berdasarkan banyaknya informasi yang disampaikan.

e. Kedalaman.

Merupakan keluasan kemampuan individu dalam mengungkapkan dirinya yang bersifat pribadi maupun intim. *Self disclosure* dikatakan baik jika individu mampu mengungkapkan informasi yang ada pada dirinya bersifat intim.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Disclosure*

Menurut Devito (2018) faktor-faktor yang mempengaruhi *self disclosure* sebagai berikut :

a. Kepribadian

Orang yang mudah bergaul dan ekstrovert mengungkapkan diri lebih banyak daripada mereka yang kurang ramah dan lebih introvert. Orang yang nyaman berkomunikasi juga mengungkapkan diri lebih banyak daripada mereka yang khawatir berbicara secara umum. Dan orang yang kompeten akan terlibat dalam pengungkapan diri lebih dari orang yang kurang kompeten. Terdapat kemungkin orang yang kompeten memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dan hal-hal yang lebih positif untuk diungkapkan. Demikian pula, kepercayaan diri mereka dapat membuat mereka lebih bersedia untuk mengambil risiko reaksi negatif yang mungkin terjadi.

b. Budaya

Budaya yang berbeda memandang pengungkapan diri dengan cara yang berbeda. Beberapa budaya (terutama yang tinggi dalam maskulinitas) memandang mengungkapkan perasaan batin sebagai kelemahan. Di antara beberapa kelompok, misalnya, akan dianggap "tidak pada tempatnya" bagi seorang pria untuk menangis pada acara bahagia seperti pernikahan, sedangkan

di beberapa budaya Latin tampilan emosi yang sama tidak akan diperhatikan. Demikian pula, di Jepang dianggap tidak diinginkan bagi rekan-rekan untuk mengungkapkan informasi pribadi, sedangkan di sebagian besar Amerika Serikat diharapkan.

c. Jenis Kelamin

Stereotip populer tentang perbedaan gender dalam pengungkapan diri menekankan keengganan laki-laki untuk berbicara tentang diri mereka sendiri. Sebagian besar, penelitian mendukung pandangan ini dimana wanita mengungkapkan lebih banyak daripada pria tentang hubungan romantis mereka sebelumnya, perasaan mereka tentang teman sesama jenis terdekat mereka, ketakutan terbesar mereka, dan apa yang tidak mereka sukai dari pasangan mereka hal ini diungkapkan oleh Sprecher (dalam Devito, 2018). Wanita juga meningkatkan kedalaman pengungkapan mereka saat hubungan menjadi lebih intim, sedangkan pria tampaknya tidak mengubah tingkat pengungkapan diri mereka. Wanita memiliki lebih sedikit topik tabu dimana informasi ini tidak akan mereka ungkapkan kepada teman-teman mereka jika dibandingkan dengan pria. Wanita juga mengungkapkan diri atau *self disclosure* lebih banyak kepada anggota keluarga maupun keluarga besar mereka daripada pria.

d. Besaran Kelompok

Pengungkapan diri lebih mudah terjadi dalam kelompok kecil daripada dalam kelompok besar. Dyad, atau kelompok dua orang, adalah tempat yang paling ramah untuk pengungkapan diri. Dengan satu pendengar, anda dapat memantau pengungkapan atau *self disclosure* yang individu lakukan, melanjutkan jika ada dukungan dari pendengar anda dan berhenti jika tidak ada. Dengan adanya

lebih dari satu pendengar, pemantauan seperti itu menjadi sulit, karena tanggapan pendengar pasti akan bervariasi. Efek dyadik ini (apa yang dilakukan satu orang, orang lain juga melakukannya) mungkin membuat individu merasa lebih aman dan memperkuat perilaku mengungkapkan diri individu sendiri. Individu lebih cenderung mengungkapkan ketika orang yang sedang bersama individu juga melakukan *self disclosure*. Faktanya, penelitian menunjukkan bahwa pengungkapan atau *self disclosure* yang dibuat sebagai tanggapan terhadap pengungkapan orang lain umumnya lebih intim daripada yang bukan hasil dari efek dyadik hal ini dikemukakan oleh Berg & Archer (dalam Devito, 2018).

e. Topik

Individu lebih cenderung mengungkapkan informasi tentang pekerjaan atau hobi daripada tentang kehidupan seks atau situasi keuangan dimana hal indi diungkapkan oleh Jourard (dalam Devito, 2018). Selanjutnya, individu lebih cenderung menutup informasi yang menguntungkan daripada informasi yang tidak menguntungkan. Pada umumnya, semakin pribadi dan negatif topiknya, semakin kecil kemungkinan Anda untuk mengungkapkan diri sendiri.

Menurut Sherwin dkk (2009) adapun faktor-faktor yang diidentifikasi dalam pengungkapan diri yang merupakan area ampuh dalam konten dalam mengkomunikasikan topik yang dangkal atau intim sebagai berikut:

1. Keadaan Emosional (*Emotional State*)

   Pengungkapan emosi atau perasaan seseorang kepada orang lain. Perasaan, sikap terhadap suatu situasi yang diungkapkan kepada orang lain.

2. Hubungan Interpersonal (*Interpersonal Relationship*)

Menunjukkan gerakan menuju keintiman yang lebih besar dalam hubungan interpersonal. Berbagai hubungan atau ikatan terbentuk di luar keluarga.

3. Masalah Pribadi (*Personal Matters*)

   Kebenaran pribadi tentang diri sendiri, menguntungkan atau tidak menguntungkan, terhadap sesuatu atau seseorang dan ditunjukkan dalam keyakinan, perasaan, atau perilaku yang dimaksudkan seseorang. Bersikap jujur dan mencari orang lain untuk lebih mengenal Anda dengan mengungkapkan.

4. Masalah (*Problems*)

   Kebenaran pribadi tentang diri sendiri, menguntungkan atau tidak menguntungkan, terhadap sesuatu atau seseorang dan ditunjukkan dalam keyakinan, perasaan, atau perilaku yang dimaksudkan seseorang. Bersikap jujur dan mencari orang lain untuk lebih mengenal Anda dengan mengungkapkan.

5. Agama (*Religion*)

   Kemampuan seseorang untuk berbagi pengalaman, pikiran, dan emosinya terhadap perasaannya tentang Tuhan. Konsep, persepsi dan pandangan agama oleh seorang individu yang mampu berbagi atau menangani di hadapan orang lain.

6. Seks (*Sex*)

   Sebagai cara berada di dunia pria dan wanita yang momen-momen hidupnya dihabiskan untuk mengalami bersama seluruh dunia dengan cara yang jelas laki-laki atau perempuan. Kesediaan seseorang untuk mendiskusikan pengalaman, kebutuhan, dan pandangan seksualnya.

7. Selera (*Taste*)

   Suka dan tidak suka seseorang yang terbuka untuk orang lain. Pandangan, perasaan, apresiasi seseorang, tempat atau benda.

8. Pikiran (*Thoughts*)

   Informasi dalam pikiran bahwa Anda bersedia berbagi dengan orang lain. Persepsi tentang sesuatu, atau situasi yang dibagikan dengan orang lain.

9. Kerja/Belajar/Pencapaian (*Works/Study/Accomplishment*)

   Tugas orang saat ini yang diharapkan kepadanya. Tanggung jawab seseorang diharapkan oleh orang lain dan harus dipenuhi pada waktu tertentu.

4. Keuntungan melakukan *Self Disclosure*

Menurut Devito (2018) terdapat beberapa keuntungan dalam mengungkapkan diri, diantaranya sebagai berikut:

a. Pemahaman Diri (*Self Knowledge*).

   Pengungkapan diri dapat membantu individu memiliki perspektif baru tentang diri sendiri dan pemahaman yang lebih dalam tentang perilaku diri sendiri.

b. Peningkatan Kemampuan Mengatasi Masalah (*Improved Coping Abbility*).

   Pengungkapan diri dapat membantu individu dalam mengatasi masalah, terutama rasa bersalah.

c. Peningkatan Komunikasi (*Comunication Enhamcement*.)

   Dalam melakukan pengungkapan diri maupun saling mengungkapkan diri dapat meningkatkan komunikasi, sehingga antar individu dapat saling memahami satu sama lain.

d. Hubungan yang Lebih Bermakna (*More Meaningfull Relationship*)

Dengan mengungkapkan diri secara tidak langsung pelaku memberi tahu orang lain bahwa pelaku mempercayai, menghormati, dan peduli dengan lawan bicara.

e. Mencegah Persepsi yang Tidak Akurat (*Preventing Inaccurate perceptions*)

Dengan pengungkapan diri tidak akan ada orang yang bertanya-tanya dan membangun persepsi yang tidak tepat ataupun lebih buruk kepada pelaku s*elf disclosure*.

5. Bahaya *Self Disclosure*

Menurut Taylor, Peplau, & Sears (2009) terdapat beberapa risiko yang terjadi saat individu mengungkapkan diri (*self disclosure*) antara lain:

a. Pengabaian

Dalam berbagi informasi mengenai diri sendiri atau melakukan pengungkapan diri individu mendapatkan berbagai macam respon dari lawan bicaranya. Terdapat lawan bicara yang mengungkapkan diri dan terdapat lawan bicara yang tidak perduli terhadap apa yang pelaku lakukan sehingga berujung pada pengabaian.

b. Penolakan

Informasi yang pelaku ungkapkan menimbulkan penolakan dari lingkungan sosial.

c. Hilangnya Kontrol

Pepatah lama mengatakan “pengetahuan adalah kekuasaan”. Terkadang beberapa orang memanfaatkan informasi yang kita percayakan kepada mereka, kemudian digunakan untuk mengontrol atau menyakiti kita.

d. Pengkhianatan

Dalam melakukan pengungkapan informasi personal kepada lawan bicara, pelaku meminta secara tegas untuk menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan namun

tidak menutup kemungkinan lawan bicara berkhianat.

Sehubungan dengan faktor teori yang dikemukakan oleh Devito (2018) wanita memiliki lebih sedikit topik tabu dimana informasi ini tidak akan mereka ungkapkan kepada teman-teman mereka jika dibandingkan dengan pria. Serta teori dimensi *self disclosure* yang dikemukakan oleh Hargi dan Dickson (dalam Hartanto, 2019) dimana *Accessibility* mengacu kepada bagaimana individu dapat melakukan *self disclosure* dengan mudah dan beberapa lainnya enggan melakukan pengungkapan diri, hal ini dapat dipengaruhi oleh kepribadian. Adapun beberapa keuntungan serta bahaya melakukan *self disclosure* sesuai dengan pemaparan diatas. Sehingga penulis memutuskan untuk memilih kepribadian sebagai variabel bebas (X).

C. Kepribadian *Extrovert* dan *Introvert*

1. Definisi Kepribadian *Extrovert* dan *Introvert*

Putra dan Luh (dalam Fiqhiyah, 2022) menyatakan bahwa kepribadian merupakan kesatuan pola pikiran, perasaan, dan perilaku yang digunakan untuk menyesuaikan diri terhadap hidupnya sendiri.

Manusia adalah jiwa yang memiliki kepribadian yang unik dan rumit (Wilcox, 2012). Eysenck (dalam Feist et all, 2018) mengekstrak tiga super faktor umum pada kepribadian yaitu ekstraversi (E), neurotisme (N), dan psikotisme (P) hal ini dikemukakan tanpa mengesampingkan adanya dimensi lain secara lebih lanjut. Dimana neurotisme dan psikotisme tidak terbatas bada individu bermasalah, meskipun orang yang terganggu akan mendapat skor lebih tinggi daripada orang normal. Eysenck menganggap bahwa ketiga faktor tersebut

menjadi bagian dari struktur kepribadian normal.

Dalam mengekstrak tiga faktor kepribadian secara biologis, Eysenck (dalam Feist et all, 2018), yang mana ekstrovert dicirikan oleh keramahan dan impulsif sedang introvert dicirikan dengan kepasifan dan perhatian. Skor tinggi pada skala neurotisme dapat mengindikasikan kecemasan, histeria, gangguan obsesif kompulsif, atau kriminalitas namun disaat skor neurotisme rendah, hal ini akan menunjukkan bahwa individu berada pada tingkat kestabilan emosi yang baik. Dalam penilaian dimensi psikotisme yang tinggi akan mengarah pada keegoisan, permusuhan, kecurigaan, ketidaksesuaian dan perilaku antisosisal namun lain hal jika dalam dimensi ini didapati skor rendah maka individu memiliki superego, empati, dan kerja sama yang kuat.

Menurut Feist et all (2018), *extrovert* merupakan sebuah sikap yang menjelaskan aliran psikis ke arah luar sehingga individu yang bersangkutan akan memiliki sebuah orientasi objektif dan menjauh dari subjektif. Menurut Eysenck (dalam Feist et all, 2018) Ekstrovert memiliki ciri berkemampuan sosialisasi dan *jocularity* yang tinggi, aktif, memiliki sifat optimis, serta memiliki kecepatan dalam berpikir. Menurut Jung (dalam Feist et all, 2018) memaparkan mengenai kepribadian *introvert* yaitu orang dengan kepribadian cenderung menarik diri dan lebih suka menyendiri, dimana individu ini lebih tertarik dengan pemikiran sendiri dibanding berbicara dengan orang lain. Individu ini lebih berhati-hati, pesimis, kritis, dan berusaha mempertahankan sifat-sifat baik dalam diri mereka sendiri sehingga mereka lebih memahami dirinya sendiri. Individu dengan tipe kepribadian *introvert* biasanya memiliki banyak pengetahuan dan mengembangkan bakat dan ditunjukkan kepada mereka yang dianggap

menyenangkan.

Menurut Eysenck (dalam Feist et all, 2018) individu yang berkepribadian *introvert* memiliki ciri pendiam, pasif, tidak ramah, berhati-hati, bijaksana, pesimis, memiliki kesadaran tinggi, dan terkendali. Nurdianti (2023) individu dengan tipe kepribadian introvert adalah individu yang kurang bisa dalam hal menyesuaikan diri dengan lingkungan, sehingga individu dengan tipe kepribadian introvert tidak mudah terpengaruh dengan lingkungan, mereka cenderung pesimis, hati-hati, dan impulsif namun dapat diandalkan. Individu dengan tipe kepribadian ini memiliki kepatuhan tersendiri.

Menurut Jung (dalam Alwisol, 2009) ekstrovert merupakan sikap mengeluarkan energi psikis sehingga seseorang dapat pada tujuan dan lebih objektif. Kepribadian jenis ini juga banyak dipengaruhi oleh lingkungan daripada pemikiran diri sendiri. Sedang kepribadian intovert menurut Jung (dalam Alwisol, 2009) merupakan individu yang pola fikir yang banyak dipengaruhi oleh persepsi individualnya, lebih selektif namun tetap dengan persepsi individual yang dimiliki.

Adapun Sari (2016) menjelaskan bahwa ekstrovert memiliki tingkat toleransi yang tinggi dan introvert memiliki tingkat toleransi yang rendah.

Berdasarkan kepada pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian ekstrovert merupakan pribadi yang memiliki tingkat toleransi tinggi, dengan pemikiran yang objektif, aktif, memiliki sifat optimisme yang tinggi, serta memiliki kecepatan dalam berpikir. Sedangkan tipe kepribadian introvert merupakan pribadi yang memiliki tingkat toleransi rendah, dengan pemikiran yang subjektif, suka menyendiri, menunjukkan ketertarikannya hanya kepada yang

dianggap menyenangkan, sebagian besar pola fikir berdasarkan persepsi yang dimiliki.

2. Aspek-aspek Kepribadian *Extrovert* dan *Introvert*

2.1 Aspek Kepribadian *Extrovert*

Eysenck (Feist et all, 2018) beranggapan bahwa tipe kepribadian *ektrovert* dapat dibagi kedalam sub aspek atau faktor. Berikut ini penjelasan sub aspek yang termasuk dalam indikator tipe kepribadian *ektrovert* adalah:

a. *Activity* (aktifitas)

Yaitu menyukai segala bentuk aktivitas fisik termasuk bekerja keras, bekerja cepat dari suatu aktivitas ke aktivitas lainnya, serta memiliki minat yang luas.

b. *Sociability* (aktifitas Sosial)

Yaitu membutuhkan kehadiran orang lain, merasa nyaman dalam situasi-situasi sosial.

c. *Risk taking*

Yaitu menyukai hal-hal yang berbahaya, mencari tantangan tanpa memikirkan akibat negativ yang mungkin akan diterimanya.

d. *Impulsiveness* (impulsif)

Yaitu dalam bertindak tergesa-gesa, kurang pertimbangan, kurang berhati- hati dalam membuat keputusan dan sulit diduga tindakannya.

e. *Expresiveness* (ekspresi diri)

Yaitu memperlihatkan emosi secara terbuka, mudah simpati, mudah berubah pendirian, lincah dan bebas.

f. *Practicality* (praktis)

Yaitu tertarik untuk mempraktekkan hal dari pada menganalisisnya, cenderung

kurang sabar terhadap hal-hal yang bersifat teoritik.

2.2 Aspek Kepribadian Introvert

Menurut Eysenck dan Wilson (dalam Nurdianti, 2023) terdapat beberapa aspek yang mendukung tipe kepribadian introvert diantaranya:

a. Aktivitas

   Individu berkepribadian introvert kurang menyukai dalam hal beraktivitas, bersemangat rendah, menyukai situasi yang tenang daripada keramaian.

b. Kemampuan dan kesukaran bergaul

   Individu berkepribadian introvert lebih suka dengan aktivitas yang dilakukan sendiri dibandingkan beramai-ramai, sukar memulai perbincangan dan mencari topik, memiliki kecenderungan menarik diri dari aktivitas sosial.

c. Keberanian dalam mengambil risiko

   Individu berkepribadian introvert lebih nyaman dengan rasa aman dan sukar dalam mengambil sesuatu yang beresiko

d. Pemenuhan dorongan hati

   Individu dengan tipe kepribadian intorvert lebih menguasai pengendalian diri dan memiliki kontrol emosi yang lebih baik, memiliki pola pikir lebih panjang sebelum melakukan pengambilan keputusan dan berpenampilan lebih sederhana.

e. Pernyataan perasaan

   Individu dengan tipe kepribadian introvert memiliki kecenderungan menjaga perasaan agar tidak terlihat orang lain dan lebih memilih untuk memendam perasaan serta memendam emosi.

f. Pola pikir

Individu dengan tipe kepribadian introvert memiliki karakter pemikiran yang lebih teoritis, serta lebih tertarik menjadi pemikir serta perencana daripapada menjadi pelaksana.

g. Tanggung jawab

Invividu dengan tipe kepribadian introvert lebih dapat dipercaya pada saat membuat janji, lebih dapat mengikuti aturan, dan lebih bisa bertanggung jawab.

3. Faktor-faktor Kepribadian *Extrovert* dan *Introvert*

Menurut Monks (dalam Nurdianti, 2023) terdapat faktor yang memengaruhi kepribadian individu yaitu lingkungan keluarga, peran orang tua dalam pola asuh, dimana pola asuh otoriter dapat menjadikan individu menjadi pribadi yang lebih disiplin namun tetap ada rasa tertekan dan terpaksa, sedang pola asuh demokratis akan membentuk kepribadian individu lebih bebas berekspresi, berpendapat, dan bijaksana dalam memutuskan segala sesuatu.

Lain hal dengan faktor kepribadian menurut Sari (dalam Nurdianti, 2023) dapat dipengaruhi oleh, yaitu:

a. Faktor internal

Faktor ini berasal dari dalam diri individu, dimana faktor ini merupakan faktor yang ada pada individu sejak lahir dan kepribadian dasar manusia.

b. Faktor eksternal

Faktor ini besar dipengaruhi oleh lingkungan luar, seperti budaya, dan pengalaman pribadi yang didapati masing-masing individu.

D. Hubungan antara Kepribadian *Extrovert* dan *Introvert* dengan *Self Disclosure*

Wanita yang melakukan pernikahan pada usia 19-21 tahun memiliki persentase tertinggi pada skala pernikahan di tahun 2020, yaitu 33,30% menurut (BKKBN, 2020). Sejalan dengan data tesebut terdapat stereotip yang populer mengenai perbedaan gender dalam pengungkapan diri atau *self disclosure* menekankan keengganan laki- laki untuk berbicara tentang diri mereka sendiri. Sebagian besar pada penelitian yang mendukung pandangan ini dimana wanita mengungkapkan lebih banyak daripada pria tentang hubungan romantis mereka sebelumnya, perasaan mereka tentang teman sesama jenis terdekat mereka, ketakutan terbesar mereka, dan apa yang tidak mereka sukai dari pasangan mereka hal ini diungkapkan oleh Sprecher (dalam Devito, 2018). Wanita juga meningkatkan kedalaman pengungkapan mereka saat hubungan menjadi lebih intim, sedangkan pria tampaknya tidak mengubah tingkat pengungkapan diri mereka. Wanita memiliki lebih sedikit topik tabu dimana informasi ini tidak akan mereka ungkapkan kepada teman-teman mereka jika dibandingkan dengan pria, hal ini dikemukakan oleh Goodwin dan Lee (dalam Devito, 2018). Wanita juga mengungkapkan diri atau *self disclosure* lebih banyak kepada anggota keluarga maupun keluarga besar mereka daripada pria hal ini dikemukakan oleh Wright (dalam Devito, 2018).

Pada usia 19-21 tahun baik wanita maupun pria memasuki tahap dewasa awal atau biasa dikenal sebagai *emerging adulthood*. Santrock (2012) berpendapat bahwa masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari remaja menuju dewasa. Dewasa awal (*emerging adulthood*) terjadi pada usia 18-25

tahun (Arnet dalam Santrock, 2011).

Devito (1992) menyebutkan bahwa *self disclosure* merupakan salah satu bentuk komunikasi, dimana Anda atau seseorang menyampaikan informasi tentang dirinya yang biasanya disimpan. Oleh karena itu, setidaknya *proses self disclosure* dilakukan oleh dua orang. Devito menyatakan bahwa keterbukaan dirinya yang biasa disembunyikan.

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi tinggi rendahnya *self disclosure* yang dimiliki seseorang menurut Devito (2018), kepribadian. Penulis memilih kepribadian sebagai variabel terikat dikarenakan kepribadian merupakan bagian dari dimensi *accesability* yang menjelaskan bagaimana seorang individu melakukan *self disclosure* dengan dipengaruhi oleh beberapa hal seperti kepribadian.

Adapun Sherwin dkk (2009) mengungkapkan bahwa terdapat sembilan faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya *self disclosure* yaitu keadaan emosional, hubungan interpersonal, masalah pribadi, masalah yang sedang dihadapi, agama, seks, selera, pikiran atau pola pikir, serta pekerjaan/pendidikan/pencapaian individu. Dalam pemaparan mengenai beberapa faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya *self disclosure* adapun konsep yang mempunyai variasi nilai dalam faktor tersebut adalah kepribadian dan jenis kelamin namun dalam hal ini jenis kelamin merupakan atribut yang mendeskripsikan orang, sehingga jenis kelamin dipilih penulis untuk menjadi varibel statis dalam penelitian yang akan dilaksanakan. Adapun kepribadian merupakan faktor yang berperan dalam penulisan penelitian *self disclosure*.

Menurut Devito (2018) Kepribadian merupakan orang yang mudah bergaul

dan ekstrovert mengungkapkan diri lebih banyak daripada mereka yang kurang ramah dan lebih introvert. Orang yang nyaman berkomunikasi juga mengungkapkan diri lebih banyak daripada mereka yang khawatir berbicara secara umum. Dan orang yang kompeten akan terlibat dalam pengungkapan diri lebih dari orang yang kurang kompeten. Terdapat kemungkin orang yang kompeten memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dan hal-hal yang lebih positif untuk diungkapkan. Demikian pula, kepercayaan diri mereka dapat membuat mereka lebih bersedia untuk mengambil risiko reaksi negatif yang mungkin terjadi

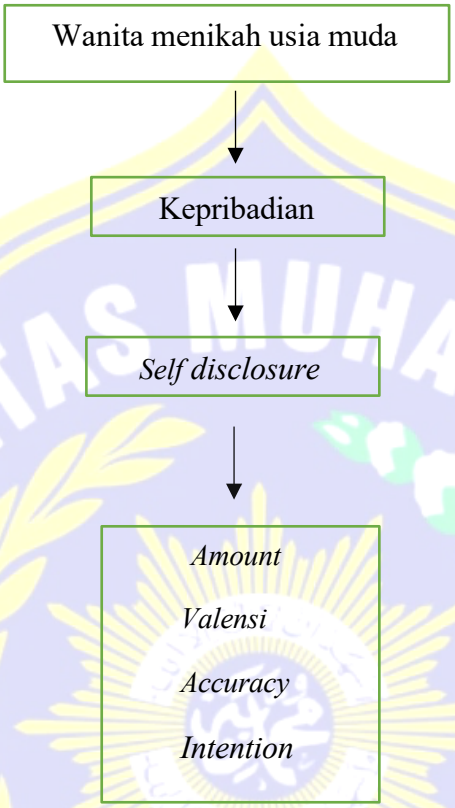
Eysenck (dalam Feist et all, 2018) dikelompokkan kedalam tiga dimensi yaitu ekstraversi, neurotisme, psikotisme. Mengungkapkan bahwa pada dimensi ektraversi jika dilakukan pengukuran jika berada pada batas skor tertentu dan tidak mencapai batas tersebut maka individu dikelompokkan menjadi pribadi yang introvert, dalam pengukuran pada dimensi neurotisme jika ditemukan skor yang tinggi maka individu terindikasi kecemasan, histeria, gangguan obsesif kompulsif, ataupun kriminalitas namun jika ditemukan skor rendah pada dimensi ini memiliki arti bahwa individu memiliki tingkat kestabilan emosiaonal yang tinggi, selanjutnya dalam pengukuran dimensi psikotisme jika ditemukan skor yang tinggi maka individu diidentifikasi memiliki tingkat keegoisan, kucurigaan, permusuhan, ketidaksesuaian yang tinggi, serta antisosial namun lain hal jika ditemukan skor rendah dalam dimensi ini, individu memiliki empati, superego, dan kerjasama yang kuat.

Dalam penulisan tugas akhir ini penulis memilih untuk memfokuskan penelitian yang akan berlangsung pada dimensi ekstraversi, hal ini dilakukan

penulis karena memiliki kesinambungan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hartanto dkk (2019) dimana terdapat tiga subjek yang berstatus sebagai wanita yang pernah menikah, dimana subjek melakukan *self disclosure* kepada suami yang telah melakukan perselingkuhan pada saat subjek masih berstatus sebagai istri. Pada penelitian ini HSYA yang merupakan subjek melakukan *self disclosure* kepada suami dalam kurun waktu 5 bulan setelah subjek mengetahui perselingkuhan, NM melakukan *self disclosure* kepada suami dalam kurun waktu 2 tahun setelah subjek mengetahui perselingkuhan, dan S melakukan *self disclosure* pada saat subjek mengetahui perselingkuhan yang dilakukan suami secara langsung. Ketiga subjek melakukan sama-sama melakukan *self disclosure* namun terdapat perbedaan tenggang waktu yang dilakukan setelah mengetahui perselingkuhan, dalam penelitian ini dijelaskan bahwasanya hal ini terjadi karena adanya beberapa dimensi yang ada pada *self disclosure*, yaitu *accesability*.

Hargie dan Dickson dalam (Hartanto dkk, 2019) menjelaskan mengenai beberapa dimensi dari *self disclosure*, diantaranya adalah *valence*, *informativeness*, *appropriatness, flexibility*, *accessibility*, dan *honesty*. Dalam dimensi ini dijelaskan bahwa *accesability* menjelaskan bagaimana seorang individu melakukan *self disclosure* dengan dipengaruhi oleh beberapa hal seperti kepribadian, budaya, atau lingkungan sosial, sehingga dalam penelitian Hartanto dkk (2019) menemukan bahwa ketiga subjek melakukan *self disclosure* kepada suami dengan tenggang waktu yang berbeda dikarenakan kepribadian yang dimiliki setiap subjek berbeda.

E. Kerangka Konseptual



Gambar 2.1
Kerangka Konseptual

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan penelitian. Disebut dengan jawaban sementara karena jawaban yang diberikan hanya berdasar kepada teori yang relevan dan belum disertakan fakta empiris dan pengumpulan data (Sugiyono, 2019). Adapun hipotesis dalam penulisan penelitian ini yaitu: terdapat perbedaan pada *self disclosure* yang dilakukan wanita yang menikah muda ditinjau melalui tipe kepribadian ekstrovert dan introvert.