



How self-disclosure of student based on demographic perspective?

Author Name(s): Rima Pratiwi Fadli, Nilma Zola, Hanifa Laura Dalimunthe, Ifdil Ifdil

Publication details, including author guidelines

URL: <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/about/submissions#authorGuidelines>

Editor: Khairul Bariyyah

Article History

Received: 30 Sep, 2024

Revised: 22 Oct, 2024

Accepted: 01 Nov 2024

How to cite this article (APA)

Fadli, R.P., Zola, N., Dalimunthe, H.L. & Ifdil, I. (2024). Problematic social media use pada anak dengan orangtua yang bekerja. Jurnal Konseling dan Pendidikan. 12(3), 181-196. <https://doi.org/10.29210/1126700>

The readers can link to article via <https://doi.org/10.29210/1126700>

SCROLL DOWN TO READ THIS ARTICLE



Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (as publisher) makes every effort to ensure the accuracy of all the information (the "Content") contained in the publications. However, we make no representations or warranties whatsoever as to the accuracy, completeness, or suitability for any purpose of the Content. Any opinions and views expressed in this publication are the opinions and views of the authors and are not the views of or endorsed by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy. The accuracy of the Content should not be relied upon and should be independently verified with primary sources of information. Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy shall not be liable for any losses, actions, claims, proceedings, demands, costs, expenses, damages, and other liabilities whatsoever or howsoever caused arising directly or indirectly in connection with, in relation to, or arising out of the use of the content.

Jurnal Konseling dan Pendidikan is published by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy comply with the [Principles of Transparency and Best Practice in Scholarly Publishing](#) at all stages of the publication process. Jurnal Konseling dan Pendidikan also may contain links to web sites operated by other parties. These links are provided purely for educational purpose.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](#).

Copyright by Fadli, R.P., Zola, N., Dalimunthe, H.L. & Ifdil, I. (2024).

The author(s) whose names are listed in this manuscript declared that they have NO affiliations with or involvement in any organization or entity with any financial interest (such as honoraria; educational grants; participation in speakers' bureaus; membership, employment, consultancies, stock ownership, or other equity interest; and expert testimony or patent-licensing arrangements), or non-financial interest (such as personal or professional relationships, affiliations, knowledge or beliefs) in the subject matter or materials discussed in this manuscript. This statement is signed by all the authors to indicate agreement that the all information in this article is true and correct.

Jurnal Konseling dan Pendidikan

ISSN 2337-6740 (Print) | ISSN 2337-6880 (Electronic)

Article

How self-disclosure of student based on demographic perspective?



Rima Pratiwi Fadli^{*}, Nilma Zola, Hanifa Laura Dalimunthe, Ifdil Ifdil

Universitas Negeri Padang, Indonesia

ABSTRACT

Gangguan psikologis yang dialami oleh mahasiswa sebagai individu dewasa awal cenderung menjadikan mahasiswa tidak terbuka dan cenderung gangguan tersebut direpresi ke alam bawah sadar. Apabila kondisi ini tidak diatasi maka dapat menimbulkan gangguan psikologis tingkat berat dan dapat mengganggu aktivitas akademik mahasiswa tersebut. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini dilakukan terhadap 317 mahasiswa Universitas Negeri Padang. Instrumen penelitian yang digunakan menggunakan instrument penelitian Collage Self Disclosure Instrument (CoSDI). Instrumen digunakan untuk mengukur tingkat keterbukaan diri yang mencakup aspek perasaan, pengalaman pribadi dan pandangan terhadap orang lain. Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa perguruan tinggi dengan mengadministrasikan instrument penelitian self-disclosure terhadap mahasiswa. Teknik analisis yang digunakan menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari segi gender self disclosure laki-laki beragam dibandingkan perempuan. Dari segi jumlah bersaudara, anak tunggal menunjukkan keterbukaan diri yang lebih tinggi. Dari segi urutan kelahiran, anak bungsu cenderung memiliki self disclosure yang tinggi. Dari segi lokasi/tempat tinggal responden, responden yang berasal dari pedesaan cenderung memiliki self disclosure yang tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa self disclosure yang cenderung tinggi ditinjau dari demografi yaitu kelompok laki-laki, anak tunggal, anak bungsu dan responden yang berasal dari pedesaan.

Keywords:

Self disclosure of student,
Collage self disclosure
instrument,
Adult trauma inventory,
Demografi,
Psychological problems

Corresponding Author:

Rima Pratiwi Fadli
Universitas Negeri Padang
Email: rimapratiwi@fip.unp.ac.id

Pendahuluan

Masa perkuliahan merupakan periode penting pada kehidupan kampus mahasiswa dimana mahasiswa mengalami berbagai tuntutan akademik, sosial dan emosional (Mahardhani et al., 2020) (Prastiwi & Imanti, 2022; Rahayu & Arianti, 2020). Berbagai tuntutan tersebut dapat menimbulkan berbagai risiko pengalaman stres, emosi yang tidak terkelola dan bahkan menimbulkan kondisi traumatis bagi mahasiswa (Efrata Tarigan & Sitepu, 2020). Hasil penelitian menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat stress yang tinggi memiliki dampak negatif terhadap psychological well-being dan prestasi akademiknya (Dinda et al., 2024; Utami & Duryati, 2023; Zahrah & Sukirno, 2022).

Mahasiswa pada tahapan perkembangan dewasa awal di masa perkuliahan membawa berbagai pengalaman atau kejadian traumatis baik yang dialami selama proses perkuliahan maupun sebelum memasuki kehidupan kampus (Utami, 2020). Kenyataannya, masa kehidupan kampus yang dihadapi mahasiswa dengan beragam kondisi diantaranya adanya kejadian-kejadian traumatis yang dialami oleh siswa. Kejadian traumatis tersebut dapat diakibatkan oleh adanya tekanan yang tinggi untuk

mencapai target akademik yang ditetapkan oleh departemen atau program studi. Tekanan akademik yang berlebihan tersebut dapat menimbulkan stress berat dan meningkatkan resiko terjadinya kejadian traumatis (Green et al., 2022). Kejadian traumatis merupakan peristiwa yang mengancam keselamatan fisik, psikologis, atau emosional individu, sering kali meninggalkan dampak jangka panjang pada kesehatan mental dan kehidupan seseorang. Pada mahasiswa, kejadian traumatis dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk kekerasan fisik, pelecehan seksual, kecelakaan, bencana alam, konflik interpersonal, hingga tekanan akademik yang ekstrem (Schnyder, 2013). Bentuk-bentuk kejadian traumatis yang dialami oleh mahasiswa dapat berasal dari masa lalunya di masa kecilnya, adanya trauma karena keluarga dan trauma dari perilaku bullying selama masa sekolah (Aini & Wulan, 2023).

Selanjutnya, lingkungan sosial pada kehidupan kampus juga dapat menjadi sumber stress bagi siswa (Handono & Bashori, 2013). Kondisi yang berasal dari lingkungan sosial seperti adanya konflik dengan teman sekelas, terjadinya isolasi sosial dan tekanan dari kelompok atau circle sosial. Kondisi ini menimbulkan ketidaknyamanan dan stress bagi mahasiswa. Adanya perubahan lingkungan kehidupan antara sebelum memasuki kehidupan kampus dengan setelah memasuki kehidupan kampus juga menimbulkan kondisi-kondisi traumatis bagi mahasiswa. Kondisi-kondisi tersebut diantaranya adanya perubahan perpindahan lokasi tempat tinggal ke lokasi baru, menjalin hubungan baru dan menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik yang baru. Kejadian lain yang dapat menimbulkan kondisi traumatis bagi mahasiswa diantaranya adanya tindakan kekerasan yang terjadi dari senior ke junior, adanya pelecehan seksual di kampus, dan kejadian lainnya yang menimbulkan peristiwa traumatis lainnya.

Kondisi trauma dapat mempengaruhi fungsi kognitif, emosi dan perilaku individu (Ismayawati, 2022; Kenedi, 2024). Bagi mahasiswa kondisi ini dapat menimbulkan kesulitan belajar dan kesulitan dalam mencapai prestasi akademik tertentu. Gangguan ini dapat menghambat kemampuan mahasiswa dalam perkuliahan dan melaksanakan tugas-tugas perkuliahan. Kejadian traumatis yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh faktor-faktor yang memiliki dampak traumatis yang besar bagi mahasiswa yang mengalaminya. Berdasarkan hal demikian pendekatan untuk menangani kondisi tersebut tentu diperlukan inovasi dalam rangka mencapai keefektifitas dalam mengatasi masalah tersebut. Apabila mahasiswa tidak memiliki keterampilan atau upaya mengatasi beban akademik yang bervariasi ini maka akan mempengaruhi prestasi akademiknya. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah metode pengungkapan diri (self disclosure). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa self disclosure ini dapat dijadikan mekanisme coping oleh mahasiswa dalam mengatasi stress akademik (Wardhani & Panduwinata 2024). Dengan keterbukaan mengenai kondisi dirinya mahasiswa tersebut menjadi lebih mampu mengatasi beban akademik yang dihadapinya.

Self-disclosure atau keterbukaan diri merupakan aspek penting dalam interaksi sosial, terutama dalam konteks mahasiswa yang sedang berada dalam fase perkembangan identitas. Self-disclosure mengacu pada proses di mana individu secara sukarela mengungkapkan informasi pribadi, pikiran, atau perasaan mereka kepada orang lain. Proses ini berperan penting dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, memperkuat rasa kepercayaan, dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Derlega & Grzelak, 2008). Mahasiswa sebagai kelompok yang sedang dalam fase transisi dari remaja menuju dewasa mengalami berbagai perubahan psikologis dan sosial yang mempengaruhi tingkat self-disclosure mereka.

Tingkat self-disclosure pada mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah demografi. Demografi, seperti jenis kelamin, usia, jumlah saudara, dan lokasi tempat tinggal, memberikan kontribusi signifikan terhadap bagaimana mahasiswa mengungkapkan dirinya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa laki-laki cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih rendah dibandingkan perempuan, yang cenderung lebih terbuka dalam berbicara mengenai emosi dan pengalaman pribadi (Dindia & Allen, 1992). Selain itu, faktor usia juga memengaruhi self-disclosure, di mana mahasiswa yang lebih dewasa cenderung lebih terbuka karena peningkatan dalam perkembangan emosional dan pengalaman hidup (Archer, 1980).

Mahasiswa yang mengalami kejadian traumatis seperti kekerasan, pelecehan, kehilangan, atau tekanan akademik berat sering menghadapi dilema emosional untuk membuka diri. Penelitian menunjukkan bahwa self-disclosure dapat menjadi sarana untuk melepaskan beban emosional, memperkuat hubungan interpersonal, serta mendukung pemulihan mental (Pennebaker & Smyth, 2016). Namun, pada saat yang sama, mahasiswa sering merasa ragu untuk mengungkapkan pengalaman traumatis mereka karena takut akan stigma, penolakan sosial, atau penghakiman (Vogel & Wade, 2022). Sebagian besar mahasiswa kesulitan untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain misalnya kepada teman mahasiswanya dimana tentang informasi pribadi, perasaan yang dialami, masalah, atau pengalaman yang sedang dihadapi (Hilomalo et al., 2024).

Selain itu, faktor lingkungan seperti latar belakang keluarga dan tempat tinggal juga memiliki pengaruh terhadap tingkat keterbukaan diri. Mahasiswa yang berasal dari keluarga besar mungkin memiliki pengalaman lebih luas dalam berinteraksi secara interpersonal, yang dapat memfasilitasi keterbukaan diri mereka (Jourard, 1971). Sementara itu, mahasiswa yang tinggal di lingkungan perkotaan cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan diri karena paparan terhadap interaksi sosial yang lebih luas dibandingkan dengan mahasiswa dari pedesaan (Kim, Sherman, & Taylor, 2008).

Namun, keterbukaan diri mahasiswa tidak selalu konstan, karena keterbukaan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai aspek lain seperti norma sosial, budaya, dan pengalaman traumatis. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis keterbukaan diri mahasiswa dengan memperhatikan berbagai faktor demografis yang dapat memengaruhi tingkat keterbukaan mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis mendalam tentang self-disclosure mahasiswa berdasarkan demografi seperti jenis kelamin, urutan kelahiran, jumlah saudara, dan lokasi tempat tinggal. Dengan memahami faktor-faktor ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan pendekatan konseling atau pendidikan yang lebih efektif untuk meningkatkan keterbukaan diri mahasiswa, yang pada gilirannya dapat mendukung kesehatan mental dan hubungan interpersonal mereka.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei deskriptif untuk menganalisis tingkat self-disclosure mahasiswa ditinjau dari faktor-faktor demografis. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel demografi seperti jenis kelamin, urutan kelahiran, jumlah saudara, usia, dan lokasi tempat tinggal dengan tingkat keterbukaan diri (self-disclosure) pada mahasiswa. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang jelas mengenai fenomena self-disclosure secara lebih luas serta mengidentifikasi faktor-faktor demografi yang mungkin memengaruhinya.

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, di mana data dikumpulkan pada satu titik waktu tertentu. Desain ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin melihat gambaran keterbukaan diri mahasiswa pada saat tertentu berdasarkan faktor demografi yang berbeda. Pendekatan ini juga digunakan peneliti untuk melakukan analisis komparatif antara kelompok demografis yang berbeda.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari berbagai universitas di Indonesia, baik yang berada di kawasan perkotaan maupun pedesaan. Teknik sampling stratified random sampling digunakan untuk memastikan representasi dari berbagai kelompok demografis, seperti jenis kelamin, urutan kelahiran, jumlah saudara, dan lokasi tempat tinggal. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 317 mahasiswa Universitas Negeri Padang, dengan kriteria inklusi mahasiswa aktif dari berbagai program studi yang bersedia secara sukarela untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Besaran sampel tersebut dipertimbangkan berdasarkan perhitungan sampling error minimal dan sesuai dengan rekomendasi dari analisis statistik yang digunakan.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Collage Self Disclosure Instrument (CoSDI), yang telah divalidasi untuk mengukur tingkat keterbukaan diri. Kuesioner ini terdiri dari beberapa item yang mencakup berbagai aspek keterbukaan diri, seperti keterbukaan mengenai perasaan, pengalaman pribadi, dan pendapat terhadap orang lain. Skala yang digunakan adalah skala Likert 5 poin, di mana 1 menunjukkan tingkat keterbukaan yang sangat rendah, dan 5 menunjukkan tingkat keterbukaan yang sangat tinggi. Selain itu, data demografi seperti jenis kelamin, usia, urutan kelahiran, jumlah saudara, dan lokasi tempat tinggal juga dikumpulkan melalui bagian awal kuesioner.

Sebelum kuesioner disebarkan, uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan memenuhi standar kualitas. Validitas isi (content validity) diuji dengan melibatkan beberapa ahli psikologi dan pendidikan untuk memastikan bahwa setiap item dalam kuesioner benar-benar mengukur dimensi keterbukaan diri yang relevan. Selain itu, uji validitas konstruk (construct validity) juga dilakukan melalui analisis factor analysis untuk melihat konsistensi struktur faktor yang diukur oleh kuesioner. Reliabilitas diukur dengan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha untuk memastikan konsistensi internal dari item-item kuesioner, di mana nilai Cronbach's Alpha di atas 0,7 dianggap reliabel.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui distribusi kuesioner dalam bentuk Google Form yang disebarkan melalui berbagai platform media sosial dan jaringan universitas. Peserta penelitian diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta diberi kesempatan untuk memberikan persetujuan mereka sebelum mengisi kuesioner. Peneliti menjamin kerahasiaan data dan anonimitas partisipan selama proses penelitian. Pengumpulan data berlangsung selama empat minggu untuk memastikan jumlah responden yang cukup representatif dari berbagai kategori demografis yang diteliti.

Teknik Analisis

Setelah data terkumpul, analisis dilakukan dengan menggunakan program Jeffrey's Amazing Statistics Program (JASP) versi terbaru. Analisis data terdiri dari dua tahap. Tahap pertama adalah analisis deskriptif yang digunakan untuk menggambarkan karakteristik sampel dan distribusi tingkat keterbukaan diri berdasarkan demografi. Data deskriptif ini meliputi frekuensi, mean, standar deviasi, serta proporsi responden berdasarkan kategori demografis yang berbeda. Teknik analisis yang digunakan menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Self Disclosure Responden Ditinjau dari Gender

Tabel 1. Self Disclosure Responden Ditinjau dari Gender

Descriptive Statistics

		Valid	Missing	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Total Self Disclosure	Perempuan	250	0	48.444	3.375	36.000	60.000
Total Self Disclosure	Laki-laki	57	0	48.018	4.077	36.000	58.000

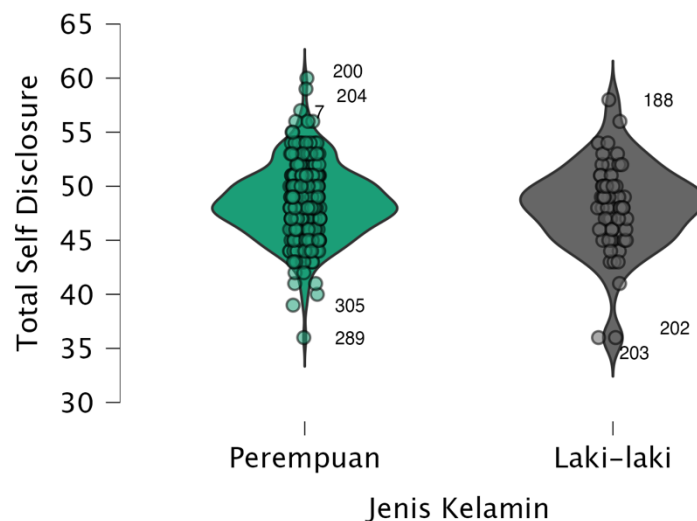
Tabel 1 di atas menampilkan hasil dari Descriptive Statistics yang memberikan gambaran mengenai Total Self Disclosure atau keterbukaan diri total dari dua kelompok responden, yaitu

Perempuan dan Laki-laki. Data ini menunjukkan beberapa statistik penting seperti jumlah data valid, nilai rata-rata (mean), simpangan baku (standard deviation), serta nilai minimum dan maksimum dari setiap kelompok.

Untuk kelompok Perempuan, terdapat 250 responden yang valid tanpa data yang hilang (missing). Nilai rata-rata keterbukaan diri untuk perempuan adalah 48.444, dengan simpangan baku sebesar 3.375. Nilai keterbukaan diri terendah yang diobservasi di antara perempuan adalah 36, sedangkan nilai tertinggi mencapai 60. Ini menunjukkan bahwa perempuan dalam sampel ini memiliki variasi yang 185amper185e rendah dalam keterbukaan diri, karena nilai simpangan bakunya cukup kecil.

Di sisi lain, kelompok Laki-laki terdiri dari 57 responden yang valid, juga tanpa data yang hilang. Nilai rata-rata keterbukaan diri untuk laki-laki sedikit lebih rendah dibandingkan dengan perempuan, yaitu 48.018, dengan simpangan baku yang lebih besar, yaitu 4.077. Nilai keterbukaan diri terendah di antara laki-laki juga sebesar 36, sedangkan nilai tertinggi adalah 58. Simpangan baku yang lebih besar pada kelompok laki-laki menunjukkan adanya variasi yang sedikit lebih tinggi dalam tingkat keterbukaan diri dibandingkan dengan perempuan.

Secara keseluruhan, meskipun rata-rata keterbukaan diri antara perempuan dan laki-laki 185amper sama, ada sedikit perbedaan dalam hal variasi. Perempuan cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih konsisten (ditunjukkan oleh simpangan baku yang lebih kecil), sementara laki-laki menunjukkan variasi yang lebih besar. Hasil ini dapat memberikan wawasan penting terkait bagaimana kedua kelompok ini berbagi informasi pribadi atau melakukan keterbukaan diri, yang bisa dipengaruhi oleh berbagai faktor sosial, budaya, atau psikologis.



Gambar 1. Boxplots Self Disclosure Responden Ditinjau dari Gender

Gambar 1 di atas menampilkan visualisasi distribusi Total Self Disclosure atau keterbukaan diri total berdasarkan Jenis Kelamin melalui grafik violin plot. Pada grafik ini, terdapat dua kelompok, yaitu Perempuan dan Laki-laki, yang ditampilkan dengan bentuk violin yang mencerminkan kepadatan distribusi data masing-masing kelompok.

Pada sumbu vertikal, terdapat rentang nilai keterbukaan diri mulai dari 30 hingga 65. Semakin lebar bagian violin, semakin banyak responden dengan nilai keterbukaan diri pada rentang tersebut. Sebaliknya, bagian yang menyempit menunjukkan jumlah responden yang lebih sedikit pada nilai keterbukaan tertentu.

Untuk kelompok Perempuan, distribusi keterbukaan diri cenderung lebih rapat di tengah, dengan sebagian besar responden memiliki nilai keterbukaan diri antara 45 hingga 55. Ini terlihat dari bagian violin yang lebih lebar pada rentang tersebut, yang menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan

berada pada nilai keterbukaan diri yang sedang hingga tinggi. Terdapat sedikit outlier di bagian bawah (nilai di bawah 40) dan beberapa di bagian atas (nilai di atas 55), namun secara umum, distribusi perempuan relatif simetris dengan kepadatan yang terkonsentrasi di tengah.

Sementara itu, untuk kelompok Laki-laki, distribusi keterbukaan diri juga cenderung terkonsentrasi di rentang yang mirip dengan perempuan, yaitu antara 45 hingga 55, namun violin plot untuk laki-laki menunjukkan variasi yang sedikit lebih besar dibandingkan perempuan, terutama di bagian bawah dan atas. Terdapat beberapa outlier di bagian bawah yang memiliki nilai di bawah 40 dan di bagian atas yang memiliki nilai di atas 55, yang mengindikasikan adanya variasi lebih tinggi dalam kelompok laki-laki dibandingkan perempuan.

Secara keseluruhan, grafik ini menggambarkan bahwa kedua kelompok jenis kelamin memiliki distribusi keterbukaan diri yang cukup mirip, dengan sebagian besar responden dari kedua kelompok berada pada rentang nilai keterbukaan diri yang moderat hingga tinggi. Namun, kelompok laki-laki tampaknya memiliki sedikit lebih banyak variasi dalam keterbukaan diri dibandingkan dengan kelompok perempuan, yang distribusinya terlihat lebih seragam.

Gambaran Self Disclosure Responden Ditinjau dari Jumlah Bersaudara

Tabel 2. Self Disclosure Responden Ditinjau dari Jumlah Bersaudara

Descriptive Statistics

		Valid	Missing	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Total Self Disclosure	4 Bersaudara	61	0	48.049	3.801	39.000	57.000
Total Self Disclosure	2 Bersaudara	80	0	48.737	3.449	36.000	58.000
Total Self Disclosure	3 Bersaudara	119	0	48.126	3.409	36.000	60.000
Total Self Disclosure	> 5 Bersaudara	37	0	48.541	3.679	41.000	56.000
Total Self Disclosure	Tunggal	10	0	49.500	2.838	44.000	53.000

Tabel di atas menunjukkan statistik deskriptif terkait Total Self Disclosure atau keterbukaan diri berdasarkan jumlah saudara, yang terdiri dari lima kelompok: 4 Bersaudara, 2 Bersaudara, 3 Bersaudara, > 5 Bersaudara, dan Tunggal (anak tunggal). Setiap kelompok dianalisis dari segi jumlah data valid, nilai rata-rata (mean), simpangan baku (standard deviation), serta nilai minimum dan maksimum keterbukaan diri.

4 Bersaudara

Terdapat 61 responden dalam kelompok ini dengan nilai keterbukaan diri rata-rata sebesar 48.049. Simpangan baku sebesar 3.801 menunjukkan adanya variasi yang moderat di antara nilai keterbukaan diri responden dalam kelompok ini, dengan nilai minimum sebesar 39 dan maksimum sebesar 57.

2 Bersaudara

Kelompok ini terdiri dari 80 responden dengan nilai rata-rata keterbukaan diri sebesar 48.737, yang sedikit lebih tinggi dari kelompok lainnya. Simpangan baku sebesar 3.449 menunjukkan variasi yang tidak terlalu besar, dengan nilai minimum sebesar 36 dan nilai maksimum sebesar 58. Ini menandakan adanya stabilitas dalam keterbukaan diri di kelompok ini.

3 Bersaudara

Dalam kelompok ini, ada 119 responden dengan nilai rata-rata keterbukaan diri sebesar 48.126, yang mendekati nilai rata-rata di kelompok-kelompok lainnya. Simpangan baku sebesar 3.409 menunjukkan variasi yang relatif kecil, dengan nilai keterbukaan diri yang berkisar dari 36 hingga 60. Ini adalah salah satu kelompok dengan jumlah responden terbesar, namun variasi keterbukaan diri tetap stabil.

> 5 Bersaudara

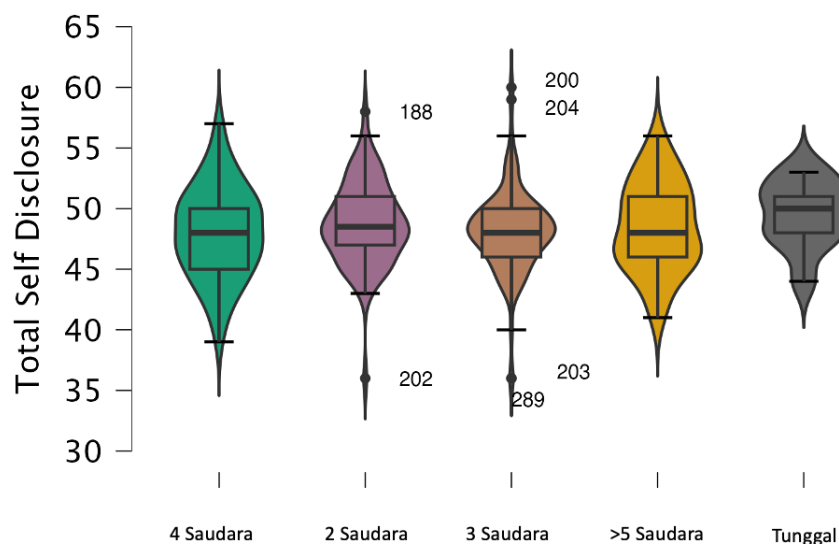
Terdapat 37 responden dalam kelompok ini, dengan nilai rata-rata keterbukaan diri sebesar 48.541. Simpangan baku sebesar 3.679 menunjukkan variasi moderat, dengan nilai minimum sebesar 41 dan maksimum sebesar 56. Variasi ini menunjukkan bahwa responden dalam kelompok ini memiliki variasi keterbukaan diri yang cukup konsisten.

Tunggal (Anak Tunggal)

Terdapat 10 responden dalam kelompok anak tunggal, yang memiliki rata-rata keterbukaan diri tertinggi, yaitu 49.500, dengan simpangan baku sebesar 2.838, yang merupakan simpangan baku terendah di antara semua kelompok. Ini menunjukkan bahwa variasi keterbukaan diri di kelompok anak tunggal sangat kecil, dengan nilai minimum sebesar 44 dan maksimum sebesar 53.

Secara keseluruhan, rata-rata keterbukaan diri di antara semua kelompok bersaudara relatif mirip, dengan variasi yang moderat hingga kecil. Kelompok anak tunggal menunjukkan rata-rata keterbukaan diri yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok lainnya, sementara kelompok 2 bersaudara juga memiliki rata-rata keterbukaan diri yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok besar lainnya. Simpangan baku yang lebih rendah di kelompok anak tunggal menunjukkan bahwa mereka cenderung memiliki keterbukaan diri yang lebih konsisten, sedangkan kelompok yang lebih besar menunjukkan variasi yang sedikit lebih tinggi.

Hasil ini memberikan gambaran bahwa jumlah saudara dapat mempengaruhi tingkat keterbukaan diri, dengan anak tunggal cenderung lebih konsisten dalam keterbukaan diri mereka, sementara mereka yang berasal dari keluarga dengan lebih banyak saudara menunjukkan variasi yang lebih besar.



Gambar 2. Boxplots Self Disclosure Responden Ditinjau dari Jumlah Bersaudara

Gambar 2 di atas menampilkan visualisasi violin plot yang menggambarkan distribusi Total Self Disclosure atau keterbukaan diri berdasarkan jumlah saudara. Pada sumbu horizontal, terdapat lima kategori jumlah saudara, yaitu 4 Bersaudara, 2 Bersaudara, 3 Bersaudara, > 5 Bersaudara, dan Tunggal

(anak tunggal). Sumbu vertikal menunjukkan nilai keterbukaan diri yang berkisar antara 30 hingga 65.

Setiap violin plot menunjukkan kepadatan distribusi data dalam masing-masing kategori. Semakin lebar violin plot, semakin banyak responden yang memiliki nilai keterbukaan diri di kisaran tersebut. Selain itu, di tengah masing-masing violin terdapat box plot yang menunjukkan rentang interkuartil (IQR), median, dan outlier.

4 Bersaudara

Violin plot untuk kategori ini memperlihatkan distribusi yang cukup simetris, dengan mayoritas nilai keterbukaan diri terpusat di sekitar nilai 50. Box plot menunjukkan rentang interkuartil yang relatif sempit, menandakan bahwa variasi dalam keterbukaan diri di kelompok ini tidak terlalu besar. Tidak ada outlier yang signifikan dalam kelompok ini.

2 Bersaudara

Distribusi dalam kategori ini juga cukup simetris, dengan nilai keterbukaan diri berkisar antara 45 hingga 55. Box plot menunjukkan median yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kategori lain. Violin plot ini sedikit lebih sempit di bagian bawah, menandakan bahwa sebagian besar responden berada di nilai keterbukaan diri yang lebih tinggi.

3 Bersaudara

Violin plot ini menunjukkan distribusi yang sedikit lebih bervariasi dibandingkan kategori sebelumnya. Ada sedikit penyebaran di bagian bawah violin, yang menunjukkan bahwa terdapat responden dengan nilai keterbukaan diri yang lebih rendah. Namun, secara keseluruhan, nilai keterbukaan diri terpusat di sekitar 50.

> 5 Bersaudara

Kelompok ini memiliki distribusi yang agak berbeda, dengan bagian bawah violin yang menyempit. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kelompok ini memiliki nilai keterbukaan diri di atas 45, dengan median yang juga mendekati nilai 50. Meskipun ada beberapa variasi, distribusi secara keseluruhan relatif terpusat.

Tunggal (Anak Tunggal)

Violin plot untuk anak tunggal menunjukkan distribusi yang relatif sempit dengan median yang lebih tinggi dibandingkan kategori lainnya, yaitu mendekati 50. Simpangan baku yang rendah terlihat dari distribusi yang lebih rapat, menunjukkan bahwa anak tunggal cenderung memiliki keterbukaan diri yang lebih seragam, dengan sedikit variasi.

Secara keseluruhan, grafik ini menunjukkan bahwa distribusi Total Self Disclosure di antara responden dengan jumlah saudara yang berbeda cenderung serupa, dengan mayoritas nilai keterbukaan diri berada di sekitar angka 50. Namun, anak tunggal cenderung menunjukkan distribusi yang lebih rapat dan median yang sedikit lebih tinggi, sementara kelompok dengan lebih banyak saudara menunjukkan sedikit lebih banyak variasi dalam keterbukaan diri mereka. Hasil ini memberikan wawasan tentang bagaimana jumlah saudara dapat mempengaruhi keterbukaan diri, dengan anak tunggal cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih seragam.

Tabel 3 menampilkan statistik deskriptif mengenai Total Self Disclosure atau keterbukaan diri berdasarkan urutan kelahiran responden dalam tiga kategori, yaitu Tengah (anak tengah), Sulung (anak pertama), dan Bungsu (anak terakhir). Statistik yang diberikan mencakup jumlah data yang valid, nilai rata-rata (mean), simpangan baku (standard deviation), serta nilai minimum dan maksimum keterbukaan diri di setiap kategori.

Gambaran Self Disclosure Responden Ditinjau dari Urutan Kelahiran

Tabel 3. Self Disclosure Responden Ditinjau dari Urutan Kelahiran

Descriptive Statistics

Self Disclosure		Valid	Missing	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Total	Tengah	87	0	48.069	3.735	36.000	57.000
Total	Sulung	106	0	48.226	3.290	36.000	58.000
Total	Bungsu	114	0	48.719	3.539	36.000	60.000

Tengah (Anak Tengah)

Ada 87 responden dalam kategori ini. Nilai rata-rata keterbukaan diri adalah 48.069, dengan simpangan baku sebesar 3.735. Ini menunjukkan bahwa variasi dalam keterbukaan diri cukup moderat. Nilai keterbukaan diri berkisar dari 36 hingga 57, menunjukkan adanya penyebaran yang cukup luas, meskipun masih dalam rentang yang relatif konsisten.

Sulung (Anak Pertama)

Kategori ini mencakup 106 responden dengan nilai rata-rata keterbukaan diri sebesar 48.226, yang sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan anak tengah. Simpangan baku sebesar 3.290 menunjukkan bahwa variasi dalam keterbukaan diri di kelompok ini lebih kecil dibandingkan anak tengah. Nilai keterbukaan diri berkisar antara 36 dan 58, dengan nilai maksimum yang sedikit lebih tinggi daripada anak tengah, yang mengindikasikan adanya kecenderungan keterbukaan diri yang sedikit lebih besar di kelompok ini.

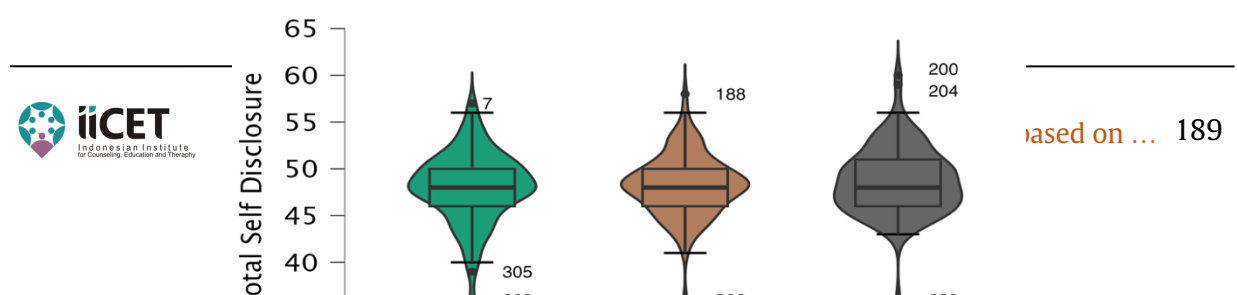
Bungsu (Anak Terakhir)

Kategori anak bungsu mencakup 114 responden dengan nilai rata-rata keterbukaan diri yang paling tinggi, yaitu 48.719. Simpangan baku sebesar 3.539 menunjukkan bahwa variasi keterbukaan diri dalam kelompok ini berada di antara anak tengah dan anak sulung. Nilai keterbukaan diri berkisar dari 36 hingga 60, dengan nilai maksimum yang tertinggi di antara semua kelompok, menunjukkan bahwa anak bungsu cenderung memiliki keterbukaan diri yang sedikit lebih besar.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa meskipun ada perbedaan kecil dalam nilai rata-rata keterbukaan diri di antara ketiga kelompok urutan kelahiran, variasinya cukup konsisten. Anak bungsu memiliki nilai rata-rata keterbukaan diri yang sedikit lebih tinggi dibandingkan anak tengah dan anak sulung, sementara anak sulung menunjukkan variasi yang paling kecil dalam keterbukaan diri. Hasil ini dapat menunjukkan bahwa urutan kelahiran mungkin memiliki pengaruh kecil terhadap tingkat keterbukaan diri, dengan anak bungsu yang cenderung lebih terbuka dan anak sulung yang lebih konsisten dalam tingkat keterbukaannya.

Gambar 3 menampilkan violin plot yang menggambarkan distribusi Total Self Disclosure atau keterbukaan diri berdasarkan urutan kelahiran. Terdapat tiga kategori urutan kelahiran yang ditampilkan pada sumbu horizontal, yaitu Tengah (anak tengah), Sulung (anak pertama), dan Bungsu (anak terakhir). Sumbu vertikal menunjukkan nilai keterbukaan diri, yang berkisar antara 30 hingga 65.

Setiap violin plot memberikan informasi tentang kepadatan distribusi keterbukaan diri dalam tiap kelompok. Semakin lebar bagian violin, semakin banyak responden yang memiliki nilai keterbukaan diri dalam rentang tersebut. Selain itu, di dalam violin plot terdapat box plot yang menunjukkan median, rentang interkuartil (IQR), dan outlier.



Gambar 3. Boxplots Self Disclosure Responden Ditinjau dari Urutan Kelahiran

Anak Tengah

Pada kelompok anak tengah, violin plot menunjukkan distribusi yang cukup simetris, dengan mayoritas nilai keterbukaan diri berada di sekitar angka 50. Box plot menunjukkan rentang interkuartil yang cukup lebar, menandakan adanya variasi keterbukaan diri yang moderat di kelompok ini. Bagian atas violin lebih lebar, menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki nilai keterbukaan diri yang lebih tinggi. Outlier ditunjukkan dengan beberapa titik di bagian atas dan bawah, yang menunjukkan responden dengan nilai yang jauh dari mayoritas.

Anak Sulung

Kelompok anak sulung memiliki distribusi yang sedikit lebih sempit dibandingkan dengan anak tengah. Nilai keterbukaan diri berkisar antara 45 hingga 55, dengan mayoritas responden berada di sekitar nilai 50. Box plot di dalam violin menunjukkan rentang interkuartil yang lebih sempit dibandingkan kelompok anak tengah, yang mengindikasikan variasi keterbukaan diri yang lebih kecil. Beberapa outlier muncul di bagian bawah, menandakan responden dengan nilai keterbukaan diri yang lebih rendah.

Anak Bungsu

Anak bungsu memiliki distribusi yang lebih lebar di bagian atas, dengan nilai keterbukaan diri yang lebih tinggi secara keseluruhan. Mayoritas nilai berada di sekitar 50 hingga 55, dengan nilai median yang sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan dua kelompok lainnya. Variasi dalam keterbukaan diri terlihat cukup moderat, seperti ditunjukkan oleh box plot yang terletak di bagian tengah violin. Kelompok ini juga memiliki beberapa outlier di bagian bawah, yang menunjukkan responden dengan nilai keterbukaan diri yang lebih rendah.

Secara keseluruhan, distribusi keterbukaan diri di antara ketiga kelompok urutan kelahiran menunjukkan pola yang cukup seragam, dengan mayoritas responden memiliki nilai keterbukaan diri di sekitar angka 50. Namun, anak bungsu cenderung memiliki nilai keterbukaan diri yang lebih tinggi, seperti yang terlihat dari median yang sedikit lebih tinggi dan distribusi yang lebih lebar di bagian atas violin. Anak sulung menunjukkan distribusi yang paling konsisten dengan variasi yang lebih kecil, sedangkan anak tengah memiliki distribusi yang lebih bervariasi dengan rentang interkuartil yang lebih luas.

Gambaran Self Disclosure Responden Ditinjau dari Lokasi/Tempat Tinggal Responden

Tabel 4 di atas menampilkan statistik deskriptif mengenai Total Self Disclosure atau keterbukaan diri berdasarkan lokasi tempat tinggal, yaitu Pedesaan dan Perkotaan. Setiap kategori dianalisis berdasarkan jumlah data yang valid, rata-rata keterbukaan diri (mean), simpangan baku (standard deviation), serta nilai minimum dan maksimum keterbukaan diri.

Tabel 4. Self Disclosure Responden Ditinjau dari Lokasi/Tempat Tinggal

Descriptive Statistics

		Valid	Missin g	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximu m
Total Self Disclosure	Pedesaan	146	0	48.144	3.824	36.000	59.000
Total Self Disclosure	Perkotaan	161	0	48.565	3.203	36.000	60.000

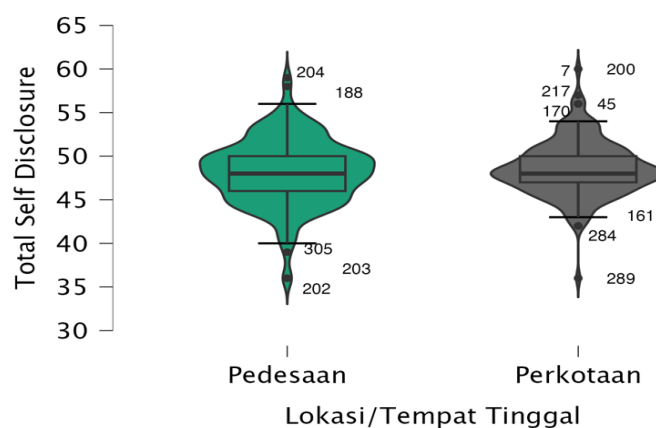
Pedesaan

Terdapat 146 responden yang tinggal di pedesaan, dengan rata-rata keterbukaan diri sebesar 48.144. Simpangan baku sebesar 3.824 menunjukkan bahwa variasi keterbukaan diri di kelompok ini cukup moderat. Nilai keterbukaan diri di antara responden pedesaan berkisar dari 36 hingga 59, menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada di rentang keterbukaan diri yang menengah hingga tinggi.

Perkotaan

Sebanyak 161 responden tinggal di perkotaan, dengan nilai rata-rata keterbukaan diri sebesar 48.565, sedikit lebih tinggi daripada kelompok pedesaan. Simpangan baku di kelompok perkotaan lebih kecil, yaitu 3.203, menunjukkan bahwa variasi keterbukaan diri di kelompok ini sedikit lebih kecil dibandingkan dengan kelompok pedesaan. Nilai keterbukaan diri berkisar dari 36 hingga 60, yang menunjukkan rentang keterbukaan diri yang mirip dengan responden di pedesaan, tetapi dengan batas atas yang sedikit lebih tinggi.

Secara keseluruhan, meskipun nilai rata-rata keterbukaan diri di kedua kelompok hampir sama, kelompok Perkotaan menunjukkan sedikit lebih banyak keterbukaan diri dengan rata-rata yang sedikit lebih tinggi. Selain itu, variasi keterbukaan diri di kelompok perkotaan lebih kecil, yang mengindikasikan bahwa responden dari perkotaan memiliki keterbukaan diri yang lebih konsisten dibandingkan responden dari pedesaan.



Gambar 4. Boxplots Self Disclosure Responden Ditinjau dari Lokasi/Tempat Tinggal

Gambar 4 menampilkan violin plot yang menggambarkan distribusi Total Self Disclosure atau keterbukaan diri berdasarkan Lokasi/Tempat Tinggal. Terdapat dua kategori tempat tinggal yang ditampilkan, yaitu Pedesaan dan Perkotaan, yang berada pada sumbu horizontal. Sementara itu, sumbu vertikal menunjukkan nilai keterbukaan diri yang berkisar antara 30 hingga 65.

Setiap violin plot menunjukkan kepadatan distribusi keterbukaan diri di tiap kategori lokasi tempat tinggal. Bagian violin yang lebih lebar menunjukkan bahwa lebih banyak responden memiliki nilai keterbukaan diri dalam rentang tersebut. Selain violin plot, terdapat box plot di dalamnya yang menunjukkan rentang interkuartil, median, serta outlier.

Pedesaan

Violin plot untuk kategori pedesaan menunjukkan distribusi yang cukup simetris, dengan bagian yang lebih lebar di sekitar nilai 50. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden di pedesaan memiliki nilai keterbukaan diri yang berada di rentang 45 hingga 55. Box plot di dalam violin plot menampilkan rentang interkuartil yang moderat, yang menunjukkan variasi keterbukaan diri yang cukup stabil. Beberapa outlier muncul di bagian atas dan bawah, yang mengindikasikan adanya responden dengan nilai keterbukaan diri yang sangat tinggi atau sangat rendah dibandingkan dengan mayoritas.

Perkotaan

Untuk kategori perkotaan, violin plot menunjukkan distribusi yang sedikit lebih lebar di bagian bawah, menandakan bahwa ada variasi keterbukaan diri yang lebih besar di rentang nilai 45 hingga 50. Box plot di dalamnya menunjukkan median yang sedikit lebih rendah dibandingkan kategori pedesaan. Bagian atas violin lebih sempit, yang menunjukkan bahwa jumlah responden dengan nilai keterbukaan diri yang sangat tinggi lebih sedikit di perkotaan. Namun, ada beberapa outlier di bagian atas yang menunjukkan responden dengan keterbukaan diri yang sangat tinggi.

Secara keseluruhan, distribusi keterbukaan diri antara responden yang tinggal di pedesaan dan perkotaan menunjukkan pola yang cukup serupa, dengan mayoritas nilai keterbukaan diri berkisar antara 45 hingga 55. Namun, responden dari pedesaan tampaknya memiliki median keterbukaan diri yang sedikit lebih tinggi, sedangkan responden dari perkotaan menunjukkan variasi yang lebih besar di nilai yang lebih rendah.

Gambar ini memberikan wawasan tentang perbedaan dalam keterbukaan diri berdasarkan lokasi tempat tinggal, di mana responden di pedesaan cenderung memiliki keterbukaan diri yang sedikit lebih tinggi dan stabil dibandingkan dengan responden di perkotaan, yang menunjukkan variasi yang lebih besar dalam keterbukaan diri mereka. Hasil ini bisa mencerminkan perbedaan dalam budaya komunikasi atau dinamika sosial antara komunitas pedesaan dan perkotaan, yang dapat memengaruhi cara individu berbagi informasi pribadi atau berinteraksi dengan orang lain.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat self-disclosure pada mahasiswa secara signifikan dipengaruhi oleh berbagai faktor demografi, seperti jenis kelamin, urutan kelahiran, jumlah saudara, usia, dan lokasi tempat tinggal. Temuan ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyoroti peran penting faktor demografi dalam mempengaruhi perilaku keterbukaan diri seseorang. Self-disclosure sendiri merupakan aspek penting dalam interaksi sosial, terutama dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat dan mendalam di lingkungan akademik maupun sosial.

Salah satu temuan utama dalam penelitian ini adalah adanya perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam tingkat self-disclosure. Secara umum, perempuan cenderung lebih terbuka dibandingkan dengan laki-laki, terutama dalam berbagi perasaan dan pengalaman pribadi. Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dindia & Allen, 1992), yang menemukan bahwa perempuan lebih cenderung melakukan self-disclosure karena mereka lebih fokus pada hubungan interpersonal dan cenderung menggunakan keterbukaan sebagai alat untuk mempererat hubungan. Penelitian lain oleh (Jourard, 1971) juga menunjukkan bahwa perempuan lebih terbuka dibandingkan laki-laki dalam berbagai konteks, terutama dalam hal-hal yang berkaitan dengan emosi dan kehidupan pribadi.

Faktor demografi lain yang berpengaruh signifikan dalam penelitian ini adalah urutan kelahiran dan jumlah saudara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak sulung dan anak bungsu memiliki tingkat self-disclosure yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak tengah. Temuan ini menguatkan bahwa urutan kelahiran dapat mempengaruhi perilaku dan kepribadian seseorang, termasuk dalam hal keterbukaan diri (Adler, 2016). Anak sulung, misalnya, sering kali diposisikan sebagai panutan dan pemimpin bagi adik-adiknya, sehingga mereka cenderung lebih terbuka untuk membagikan pengalaman mereka, baik sebagai bentuk tanggung jawab maupun pencarian dukungan dari orang

lain. Sementara itu, anak bungsu cenderung mendapatkan perhatian lebih dari orang tua dan saudara, sehingga mereka lebih nyaman dalam berbagi pikiran dan perasaan mereka.

Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa dengan jumlah saudara lebih dari lima cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih tinggi. Ini mungkin disebabkan oleh dinamika sosial di dalam keluarga besar, di mana individu harus belajar untuk berbagi dan berkomunikasi secara efektif untuk mendapatkan perhatian dan dukungan dari anggota keluarga yang lain. Lingkungan keluarga besar dapat mendorong individu untuk lebih terbuka dan ekspresif dalam berbagi perasaan dan pemikiran mereka, terutama dalam konteks sosial yang lebih kompetitif (Eckstein et al., 2010).

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa usia mahasiswa berpengaruh terhadap tingkat self-disclosure. Mahasiswa yang berusia lebih tua (23-24 tahun) menunjukkan tingkat self-disclosure yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang lebih muda. Hal ini dapat dijelaskan melalui teori perkembangan psikososial Erikson (Erikson, 1963), yang menyatakan bahwa individu pada tahap dewasa muda (18-24 tahun) sedang berada pada tahap perkembangan di mana mereka mulai mengeksplorasi hubungan interpersonal yang lebih intim dan bermakna. Pada tahap ini, self-disclosure menjadi alat penting untuk membentuk dan memperkuat hubungan tersebut (Rahayu et al., 2023; Septiani & Kusumiati, 2024; Tania & Nurudin, 2021), terutama dalam membangun kepercayaan dan kedekatan emosional (Rahman, 2024; Rahmawati, 2024).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal di daerah perkotaan memiliki tingkat self-disclosure yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tinggal di daerah pedesaan. Faktor lingkungan sosial tampaknya memainkan peran penting dalam fenomena ini. Mahasiswa yang tinggal di perkotaan cenderung lebih terpapar pada berbagai interaksi sosial yang lebih kompleks dan dinamis, yang mendorong mereka untuk lebih terbuka dalam berkomunikasi. Sebaliknya, mahasiswa di daerah pedesaan mungkin menghadapi lingkungan sosial yang lebih homogen dan cenderung menjaga privasi mereka lebih ketat. Hal ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh (Chan, 2021), yang menemukan bahwa individu yang tinggal di perkotaan cenderung lebih terbuka dalam membagikan informasi pribadi mereka, baik di dunia nyata maupun di dunia maya.

Hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting, terutama dalam konteks pendidikan dan konseling. Pendidik dan konselor di perguruan tinggi perlu memahami bahwa tingkat keterbukaan diri mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor demografi yang berbeda. Hal ini penting untuk dipertimbangkan dalam merancang intervensi atau pendekatan yang bertujuan untuk meningkatkan self-disclosure mahasiswa, terutama dalam konteks bimbingan konseling dan pengembangan pribadi. Misalnya, konselor dapat memberikan perhatian khusus pada mahasiswa dari kelompok demografis tertentu, seperti mahasiswa yang tinggal di pedesaan atau mahasiswa yang memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah, untuk membantu mereka lebih nyaman dalam berbagi pengalaman dan perasaan mereka.

Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pemahaman mengenai self-disclosure di kalangan mahasiswa tidak hanya penting dalam hubungan antarpribadi, tetapi juga dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang lebih terbuka dalam membagikan perasaan dan pikiran mereka cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan lebih mampu mengatasi tekanan akademik dan sosial (Laurenceau et al., 2016).

Self-disclosure, atau pengungkapan diri, adalah kemampuan seseorang untuk berbagi informasi pribadi, emosi, atau pengalaman hidup dengan orang lain. Fenomena ini sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, sosial, dan kultural. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang berasal dari perkotaan cenderung memiliki tingkat self-disclosure yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa dari pedesaan. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor utama yang berkaitan dengan gaya hidup, budaya, dan dinamika sosial yang berbeda antara kedua kelompok.

Kota-kota besar biasanya mengadopsi budaya yang lebih individualistik, di mana orang cenderung menjaga privasi mereka dan tidak berbagi informasi pribadi dengan mudah. Dalam konteks ini,

mahasiswa yang berasal dari perkotaan sering kali merasa bahwa self-disclosure dapat mengganggu privasi mereka atau dianggap sebagai tanda kelemahan (Chen, 2013). Sebaliknya, masyarakat pedesaan cenderung lebih kolektivistik, di mana interaksi sosial yang erat dan berbasis komunitas mendorong keterbukaan dan berbagi cerita di antara anggotanya (Hofstede, 2011).

Lingkungan perkotaan sering kali penuh dengan tekanan kompetitif, baik secara akademik maupun sosial. Mahasiswa yang berasal dari perkotaan cenderung merasa bahwa mengungkapkan kelemahan atau masalah pribadi dapat mengurangi citra diri mereka di mata orang lain. Mereka mungkin merasa perlu mempertahankan kesan independensi dan kekuatan emosional di tengah dinamika perkotaan yang kompetitif (Chu & Jiang, 2024). Sebaliknya, mahasiswa dari pedesaan lebih mungkin menemukan dukungan emosional dalam komunitas yang lebih intim dan tidak terlalu kompetitif.

Rendahnya self-disclosure mahasiswa yang berasal dari perkotaan dibandingkan dengan mahasiswa dari pedesaan mencerminkan perbedaan budaya, gaya hidup, dan dinamika sosial antara kedua kelompok. Faktor-faktor seperti individualisme, tekanan sosial, anomie, pengaruh media sosial, stigma, dan pola pengasuhan berkontribusi pada perbedaan ini. Dengan memahami penyebab tersebut, institusi pendidikan dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk mendukung mahasiswa dari berbagai latar belakang dalam membangun keterbukaan dan hubungan interpersonal yang sehat.

Meningkatkan keterbukaan diri (self-disclosure) pada mahasiswa tidak hanya memperkuat hubungan interpersonal, tetapi juga berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Mahasiswa yang secara terbuka membagikan perasaan dan pikiran cenderung mengalami penurunan tingkat stres dan lebih mampu menghadapi tekanan akademik serta sosial. Self-disclosure memiliki hubungan positif dengan penurunan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Andini et al., 2022). Self-disclosure berkontribusi sebesar 14,3% terhadap subjective well-being pada mahasiswa pengguna Instagram (Hasanah & Pratisti, 2023). Temuan ini menegaskan bahwa keterbukaan diri dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif mahasiswa. Dengan demikian, mendorong mahasiswa untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kemampuan mereka dalam mengatasi tantangan akademik maupun sosial.

Simpulan

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya memahami bagaimana faktor-faktor demografis memengaruhi tingkat self-disclosure mahasiswa. Hasil ini sejalan dengan temuan-temuan sebelumnya, dan memberikan landasan untuk penelitian lebih lanjut mengenai peran demografi dalam dinamika self-disclosure di kalangan mahasiswa, serta implikasinya bagi pengembangan program bimbingan dan konseling yang lebih efektif di lingkungan pendidikan tinggi. Self-disclosure, atau kemampuan untuk secara terbuka berbagi informasi pribadi, emosi, dan pengalaman dengan orang lain, adalah komponen penting dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Bagi mahasiswa, self-disclosure memiliki peran signifikan dalam mendukung perkembangan psikososial, akademik, dan kesejahteraan mental mereka. Penelitian dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan bahwa peningkatan self-disclosure pada mahasiswa bukan hanya membantu mereka dalam membangun jaringan sosial yang kuat, tetapi juga menjadi salah satu strategi untuk mengurangi tekanan psikologis dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Self-disclosure yang sehat mendorong mahasiswa untuk lebih memahami diri sendiri, meningkatkan rasa percaya diri, dan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan emosional serta akademik. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan self-disclosure menjadi aspek penting dalam membentuk individu yang matang secara emosional dan sosial.

Acknowledgment

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan melalui kontrak penelitian nomor 1570/UN35.15/LT/2024. Selanjutnya, kami mengucapkan terimakasih kepada tim peneliti baik dosen maupun mahasiswa yang telah terlibat aktif pada penelitian ini.

Referensi

- Adler, A. (2016). Understanding Birth Order: A Within-Family Analysis of Birth Order Effects.
- Aini, K., & Wulan, N. (2023). Pengalaman Trauma Masa Kecil dan Eksplorasi Inner Child pada Mahasiswa Keperawatan Stikes Kuningan: Studi Fenomenologi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(01), 33-40.
- Andini, R., Karlinda, I. D. B., & Utami, N. M. S. N. (2022). Peranan Self Disclosure Terhadap Stres Mahasiswa Saat Kuliah Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 11(02), 97-101.
- Chan, T. K. (2021). Does self-disclosure on social networking sites enhance well-being? The role of social anxiety, online disinhibition, and psychological stress. In *Information technology in organisations and societies: Multidisciplinary perspectives from AI to technostress* (pp. 175-202). Emerald Publishing Limited.
- Chen, H. (2013). Effects of Perceived Individualism-Collectivism and Self-Consciousness on the Self-Disclosure in Social Networking Sites.
- Chu, T. H., & Jiang, L. C. (2024). Examining the link between distressing life events, social media distress disclosure, and perceived stress: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 151, 108018.
- Dinda, M. W., Putri, A. F., Zulianty, I., Azura, H., Dwina, U., Novella, G., & Dinda, S. R. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(1), 102-109.
- Dindia, K., & Allen, M. (1992). Sex differences in self-disclosure: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, 112(1), 106.
- Eckstein, D., Aycock, K. J., Sperber, M. A., McDonald, J., Van Wiesner III, V., Watts, R. E., & Ginsburg, P. (2010). A review of 200 birth-order studies: Lifestyle characteristics. *Journal of Individual Psychology*, 66(4).
- Efrata Tarigan, T. P., & Sitepu, E. (2020). Kecerdasan Emosional dalam Mengatasi Tekanan di Masa Akhir Studi. *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta*, 3, 25-35.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (Vol. 2). Norton New York.
- Green, Z. A., Faizi, F., Jalal, R., & Zadrar, Z. (2022). Emotional support received moderates academic stress and mental well-being in a sample of Afghan university students amid COVID-19. *International journal of social psychiatry*, 68(8), 1748-1755.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru Universitas Ahmad Dahlan].
- Hasanah, A. N., & Pratisti, W. D. (2023). Hubungan Antara Self-compassion Dan Self-disclosure Dengan Subjective Well-being Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Hilomalo, R., Zikra, M., Utami, A. T., Okrilyan, M. R., & Aulia, P. (2024). Pengaruh Expressive Writing untuk Meningkatkan Self Disclosure pada Mahasiswa Psikologi Univeristas Negeri Padang. *CAUSALITA: Journal of Psychology*, 2(1), 1-9.
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. *Online readings in psychology and culture*, 2(1), 8.
- Ismayawati, D. (2022). Implementasi Konseling Trauma Healing Pada Pasien Gangguan Jiwa Akibat Gagal Menikah Di Panti Rehabilitasi Sosial Maunatul Mubarak Di Demak 2022 [IAIN KUDUS].
- Jourard, S. M. (1971). *The transparent self* Van Nostrand Reinhold.
- Kenedi, G. (2024). Konseling Traumatis. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(1), 272-278.

- Laurenceau, J.-P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (2016). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1238.
- Mahardhani, F. O., Ramadhani, A. N., Isnanti, R. M., Chasanah, T. N., & Praptomojati, A. (2020). Pelatihan strategi koping fokus emosi untuk menurunkan stres akademik pada mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 6(1), 60-75.
- Pennebaker, J. W., & Smyth, J. M. (2016). *Opening up by writing it down: How expressive writing improves health and eases emotional pain*. Guilford Publications.
- Prastiwi, E., & Imanti, V. (2022). Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru IAIN Surakarta Dalam Menempuh Pembelajaran Online di Tahun Pertama Perkuliahan Selama Pandemi Covid-19. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 4(1), 1-18.
- Rahayu, D. I., Ardiansyah, A., Al-hafiz, M., & Novealdi, H. (2023). Postingan Instagram Sebagai Media Self Disclosure Mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam UIN Jambi. *Jurnal Perspektif*, 6(3), 289-299.
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa fakultas psikologi UKSW. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73-84.
- Rahman, M. (2024). Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Self-Disclosure Remaja Pada Siswa SMA Negeri 1 Lhoknga Kabupaten Aceh Besar UIN Ar-raniry].
- Rahmawati, B. A. (2024). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa SMP Negeri 1 Pamekasan INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI MADURA].
- Schnyder, U. (2013). Trauma is a global issue. *European Journal of Psychotraumatology*, 4.
- Septiani, A. T., & Kusumiati, R. Y. E. (2024). Hubungan Antara Self Disclosure dengan Interpersonal Trust pada Pasangan Dewasa Awal yang Menjalani Long Distance Relationship (LDR). *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(1), 775-785-775-785.
- Tania, A. S. R., & Nurudin, N. (2021). Self Disclosure Komunikasi Antar Pribadi Pasangan Jarak Jauh Dalam Mempertahankan Hubungan Saat Physical Distancing Era Pandemic COVID-19. *Komuniti: Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 13(1), 1-15.
- Utami, P. (2020). Gambaran post traumatic growth pada wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 297-306.
- Utami, P. W., & Duryati, D. (2023). Hubungan Self-Disclosure dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3435-3442.
- Vogel, D. L., & Wade, N. G. (2022). *The Cambridge handbook of stigma and mental health*. Cambridge University Press.
- Wardhani, D. I., & Panduwinata, L. F. (2024). Pengaruh Self Disclosure terhadap Stress Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(4), 3220-3232.
- Zahrah, N. A. N., & Sukirno, R. S. H. (2022). Psychological Well-Being pada Mahasiswa Santri Ditinjau dari Dukungan Sosial & Stress Akademik. *Jurnal Psikologi Integratif*, 10(2), 189-205.