

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Pacaran adalah tahap perkenalan antara dua orang yang ingin memilih dan mendapatkan pasangan. Menurut DeGenova (dalam eL-Hakim, 2014), pacaran yaitu hubungan antara dua individu untuk mengenal satu sama lain. Menurut Hampton (dalam Winayanti, et al., 2016) pacaran terdapat dua jenis yaitu pacaran jarak dekat dan pacaran jarak jauh. Hubungan pacaran jarak jauh adalah pacaran yang terpisahkan oleh jarak secara fisik karena berbeda lokasi dengan pasangannya. Hubungan jarak jauh umumnya akan menemui banyak kesulitan karena berkurangnya bertemu secara langsung yang menyebabkan kurangnya komunikasi, kecurigaan terhadap satu sama lain, hingga terjadi perselingkuhan. Dalam menjalani hubungan jarak jauh, akan ada pertukaran informasi pribadi secara khusus yang dilaksanakan pasangan dalam menjaga hubungan yang sedang dijalani. Individu yang menjelaskan informasi mengenai dirinya disebut dengan *self disclosure*. Menurut Wahyuni (2013), *self disclosure* merupakan pengungkapan informasi tentang diri sendiri yang tidak diketahui oleh orang lain.

Self disclosure sangat penting dalam sebuah hubungan karena dengan adanya *self disclosure* individu dapat berbagi informasi, perasaan, dan respon atas masalah yang sedang ditemui. *Self disclosure* sikap yang diperlukan dan berperan penting untuk membentuk hubungan dan komunikasi dengan orang lain (Widodo, 2013). Keterbatasan komunikasi pada hubungan pacaran jarak jauh, *self disclosure* adalah bagian penting untuk meningkatkan hubungan yang lebih intim (Suryani et al, 2016). *Self disclosure* yang dilaksanakan tidak selalu berdampak positif, *self disclosure* juga dapat memiliki efek negatif yang tidak dapat

dikendalikan. Menurut Wahyuni (2021), mengungkapkan bahwa pengungkapan diri secara berlebihan dapat memberikan ancaman yang mengakibatkan penolakan dari orang lain yang bertentangan dengan dirinya.

Pada pasangan yang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh, keterbatasan ruang dan waktu membuat salah satu pasangan menjadi tidak terbuka tentang dirinya pada pasangan. Ini dilakukan untuk tidak membahas hal-hal yang sensitif atau hal yang mengundang permasalahan. Menurut Kusuma dan P (2018), pacaran jarak jauh membuat pasangan pada umumnya akan menahan konflik pertengkaran yang terjadi di antara mereka agar tidak menimbulkan masalah dan memilih untuk tidak terbuka. Oleh karena itu, adanya konflik yang terjadi selama menjalani pacaran jarak jauh beberapa orang mungkin lebih memilih untuk diam serta menghindar dan memutus komunikasi dalam beberapa waktu dengan pasangannya. Disisi lain menurut Peplau & Perlman (dalam Ramadhini, 2015) rendahnya *self disclosure* dapat menciptakan perasaan kesepian yang menyebabkan hubungan rentan terhadap perselingkuhan, dan kurangnya rasa percaya menyebabkan kurangnya keintiman dalam sebuah hubungan.

Peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat *self disclosure* mahasiswa yang sedang menjalin hubungan berpacaran jarak jauh di kota Malang. Penggalan data awal (*preliminary research*) yang dilakukan melalui kuesioner pada 31 mahasiswa yang melakukan hubungan berpacaran jarak jauh di Kota Malang mendapati hasil 50,7% telah menjalani hubungan berpacaran jarak jauh dengan rentan waktu <1 tahun. Selama menjalani pacaran jarak jauh 58,1% tidak berkomunikasi setiap hari dengan pasangan dan 64,5% durasi waktu yang digunakan untuk berkomunikasi secara telfon dengan pasangan <1 jam. Adapun hasil survey tingkat *self disclosure*

sebagai berikut.

Tabel 1. Survei Tingkat *Self Disclosure*

<i>Intent to disclosure</i>	F	%
Kesadaran individu dalam mengungkapkan diri	27	87,1%
Ketidaksadaran individu dalam mengungkapkan diri	4	12,9%
Total	31	100%
<i>Amount of disclosure</i>	F	%
Intensitas individu dalam mengungkapkan diri	12	38,7%
Individu tidak intens dalam mengungkapkan diri	19	61,3%
Total	31	100%
<i>The positive-negative nature of disclosure</i>	F	%
Mengekspresikan hal tentang dirinya	16	51,6%
Tidak mengekspresikan hal tentang dirinya	15	48,4%
Total	31	100%
<i>The honesty-accuracy of disclosure</i>	F	%
Keakuratan serta kejujuran individu untuk mengungkapkan diri	12	38,7%
Tidak akurat dan kejujuran individu dalam mengungkapkan diri	19	61,3%
Total	31	100%
<i>General depth-control of disclosure</i>	F	%
Kontrol dalam mengungkapkan diri	19	61,3%
Tidak ada kontrol dalam mengungkapkan diri	12	38,7%
Total	31	100%

Hasil survei tersebut ditemukan : Ada 27 orang (87,1%) secara sadar menceritakan tentang dirinya pada pasangan, sedangkan 4 (12,8%) menyatakan sebaliknya. 12 orang (38,7%) sering menceritakan tentang dirinya pada pasangan, sedangkan 19 orang (49,3%) menyatakan sebaliknya. 16 orang (51,6%) menceritakan hal yang mengekspresikan dirinya pada pasangan, sedangkan 15 orang (48,4%) menyatakan sebaliknya. 12 orang (38,7%) menceritakan secara jujur tentang dirinya pada pasangan, sedangkan 19 orang (53,5%) menyatakan sebaliknya. 19 orang (61,3%) menahan diri agar tidak terlalu terbuka pada pasangan, sedangkan 12 orang (38,7%) menyatakan sebaliknya.

Berdasarkan hasil survey diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami masalah *self disclosure* dalam menjalin hubungan pacaran jarak jauh. Seharusnya, untuk meningkatkan *self disclosure* dalam hubungan

berpacaran jarak jauh masing-masing individu mampu meningkatkan intensitas komunikasi dengan pasangan untuk menciptakan kejujuran, keterbukaan dan saling percaya. Namun kenyataannya, *self disclosure* yang dilakukan memiliki batasan seperti menahan diri tidak terlalu terbuka dan tidak jujur pada pasangan untuk menghindari konflik yang mungkin akan terjadi. *Self disclosure* penting untuk diteliti, sebagai cara komunikasi dalam mempertahankan hubungan dan meningkatkan keintiman sekalipun sedang menjalani pacaran jarak jauh. Sependapat dalam penelitian Saraswati (2014) dalam meningkatkan dan mempertahankan hubungan yang intim masing-masing individu perlu adanya *self disclosure* dengan meningkatkan intensitas dalam berkomunikasi. Apabila *self disclosure* tidak diatasi menyebabkan individu mengalami stres karena sulitnya berkomunikasi dalam hubungan berpacaran jarak jauh. Penelitian yang dilakukan Lee-Ji-Yeon (2012) hubungan berpacaran jarak jauh dapat menyebabkan stres, yang menyebabkan kurang memiliki strategi yang efektif dalam penyelesaian masalah, dan menurunnya tingkat kepercayaan pada pasangan.

Adapun faktor yang mempengaruhi *self disclosure*, diantaranya: 1) Faktor kepercayaan, yang berisikan tentang bagaimana seseorang membagi cerita tentang diri sendiri dengan orang lain; 2) Faktor hubungan, yang menggambarkan bagaimana hubungan antara individu tersebut dengan orang lain; 3) Faktor masalah pribadi, yang berisikan tentang pengungkapan hal-hal rahasia tentang diri sendiri; 4) Faktor minat atau ketertarikan, yang mencakup bagaimana seseorang membagi selera dan minatnya dengan orang lain; 5) Faktor perasaan yang intim, yang mencakup bagaimana seseorang membagi perasaan intimnya dengan orang lain (Magno dalam Ardiani et al, 2023). Faktor ini didukung oleh hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Andriani et al. (2019) menyebutkan bahwa *self disclosure*

salahsatunya dipengaruhi oleh *trust* dan *self esteem*. Seperti penelitian yang dilaksanakan Ana Suryani dan Desi Nurwidawati (2016), bahwa *trust* memiliki pengaruh signifikan dengan *self disclosure*.

Pada penelitian ini, *trust* dipilih sebagai variabel bebas. *Trust* adalah mempercayai individu atau kelompok tertentu dalam suatu hubungan dengan meyakini bahwa akan sesuai dengan ekspektasi yang kita harapkan (Wong, 2017). *Trust* dipilih sebagai variabel dalam penelitian ini karena diyakini memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *self disclosure*. Hasil ini dapat dilihat dari sejumlah penelitian, seperti penelitian yang ditemukan oleh Kauffman (dalam Suryani et al, 2016) bahwa *trust* merupakan kunci berhasilnya pacaran jarak jauh. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Dainton & Aylon (dalam Parahita, 2022) membangun kepercayaan (*trust*) dapat membantu mengurangi ketidakpastian bagi orang-orang yang berada dalam suatu hubungan. Hasil penelitian Tazkia (2021) menyatakan bahwasanya seseorang yang memiliki tingkat kepercayaan interpersonal tinggi cenderung lebih terbuka diri (*self disclosure*) dibandingkan dengan orang yang mempunyai tingkat kepercayaan interpersonal yang rendah.

Berdasarkan latar belakang yang disertai dengan fenomena mengenai *trust* dengan *self disclosure* dalam berpacaran jauh, maka penulis terdorong melaksanakan penelitian yang berjudul "Pengaruh *Trust* Terhadap *Self Disclosure* Dalam Berpacaran Jarak Jauh.

B. Rumusan Permasalahan

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *trust* terhadap *self disclosure* dalam berpacaran jarak jauh pada Mahasiswa di Kota Malang?

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah, adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *trust* terhadap *self disclosure* dalam berpacaran jarak jauh pada Mahasiswa di Kota Malang.

2. Manfaat

a. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumbangsih bagi kemajuan pengetahuan psikologi khususnya yang berhubungan dengan pengaruh *trust* terhadap *self disclosure* dalam berpacaran jarak jauh pada mahasiswa di Kota Malang.

b. Secara praktis

1) Bagi mahasiswa

Penulis berharap penelitian ini bisa memberikan pengetahuan tentang pentingnya pengaruh *trust* yang berperan signifikan terhadap *self disclosure* dalam menjalin hubungan berpacaran jarak jauh dalam mahasiswa.

2) Bagi peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan bagi peneliti dan diharapkan mampu menjadi sumber bagi peneliti, praktisi, dan media untuk membantu mereka dalam mengambil tindakan yang diperlukan dan tepat di bidang yang terkait dengan penelitian ini.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian ini mengukur pengaruh *trust* terhadap *self disclosure* dalam berpacaran jarak jauh. Penelitian dengan judul ini sudah pernah dilakukan oleh beberapa penelitian sebelumnya. Sehingga, penelitian sebelumnya dijadikan

sebagai bahan acuan dengan penelitian yang akan dilakukan.

Mansyur Patta, N. (2020) melakukan penelitian dengan judul *Trust* Sebagai Prediktor Terhadap *Self-Disclosure* Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual. Pengalaman kekerasan seksual yang telah dialami korban merupakan hal penting untuk diceritakan. Oleh karena itu, *self disclosure* dilakukan untuk menceritakan kekerasan seksual yang dialami hal pribadi pada semua orang. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menentukan apakah perempuan yang menjadi korban kekerasan secara seksual dapat menggunakan *trust* sebagai prediktor *self disclosure*. Dalam penelitian ini, *trust* salah satu faktor pendorong korban kekerasan seksual menceritakan pengalaman sensitif kepada individu lain karena rentan diskriminasi. Jumlah responden sebanyak 119 perempuan yang mengalami kekerasan seksual. Metode *sampling* dalam penelitian ini memakai 2 pendekatan yaitu pendekatan kuantitatif menggunakan Teknik *purposive sampling* dan pendekatan kualitatif menggunakan Teknik wawancara. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa *trust* berkontribusi positif sebesar 6,9% terhadap *self disclosure* ($p = 0.006$; $p < 0.005$) dimana semakin tinggi *trust* semakin tinggi pula *self disclosure*.

Penelitian yang hendak dilangsungkan mempunyai tujuan yang berbeda dibandingkan dengan penelitian terdahulu yaitu ingin menguji pengaruh *trust* terhadap *self disclosure* dalam berpacaran jarak jauh. *Self disclosure* dalam penelitian ini sebagai salah satu pondasi dalam mempertahankan hubungan berpacaran jarak jauh yang menuntut untuk saling terbuka. *Trust* dipilih sebagai variabel dalam penelitian ini karena diyakini memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *self disclosure*. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek pada penelitian ini, peneliti mengambil subjek pada mahasiswa Kota Malang.

Perbedaan selanjutnya terletak pada Teknik pengambilan sampel, dimana penelitian yang akan dilakukan memakai teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* dipilih karena peneliti memiliki target dengan karakteristik yang sesuai dengan penelitian ini.

Devi & Indryawati (2021) melakukan penelitian dengan judul *Trust dan Self Disclosure Pada Remaja Putri Pengguna Instagram*. Pengguna Instagram pada remaja putri menimbulkan sejumlah risiko, termasuk *cyberbullying*, pelanggaran privasi, penipuan, dan penyalahgunaan informasi. Hal ini dikarenakan remaja putri mudah mempercayai pengguna Instagram lain, bahkan yang tidak mereka kenasekalipun, yang mendorong mereka untuk membuka diri (*self disclosure*). Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki efek *trust* dan *self disclosure* pada wanita muda yang menggunakan Instagram. Penelitian ini menggunakan remaja putri pengguna Instagram sebagai populasinya. Analisis korelasi *Spearman* satu sisi dari data yang digunakan dalam penelitian ini. Menurut temuan penelitian, wanita muda yang menggunakan Instagram memiliki tingkat *self disclosure* dan tingkat *trust* yang lebih tinggi secara signifikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < .01$) dan koefisien korelasi (R) sebesar 0.713.

Perbedaan dengan penelitian tersebut, diantaranya terletak pada populasi, studi sebelumnya melibatkan remaja putri yang berusia 12–18 tahun dan telah menggunakan Instagram setidaknya selama 2 tahun. Sedangkan subjek yang akan dilakukan pada penelitian ini, mahasiswa yang sedang menjalin hubungan jarak jauh di Kota Malang dan berusia 18-25 tahun. Subjek mahasiswa berusia 18-25 tahun dipilih karena pada fase dewasa awal ini seseorang diharapkan sudah memiliki komitmen dalam menjalin sebuah hubungan dengan individu lainnya. Perbedaan selanjutnya terletak pada mencari pengaruh antara *trust* terhadap

self disclosure dalam berpacaran jarak jauh. Penelitian sebelumnya menggunakan koefisien korelasi untuk menganalisis data, sementara dalam penelitian ini, metode analisis yang digunakan adalah regresi linier sederhana. Regresi linier sederhana dipilih peneliti karena tidak hanya hubungan saja yang diteliti tetapi pengaruh antar variabel dapat diketahui.

Ana Suryani dan Desi Nurwidawati (2016) melakukan penelitian dengan judul *Self Disclosure dan Trust Pada Pasangan Dewasa Muda yang Menikah dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh*. Pasangan yang berada dalam hubungan jarak jauh menghadapi tantangan seperti meningkatnya kasus perceraian, perselisihan keluarga, dan kurangnya komunikasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara kepercayaan dan pengungkapan diri pada dewasa muda menikah dalam hubungan jarak jauh. Desain penelitian korelasional dan pendekatan penelitian kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Studi ini melibatkan 34 orang dewasa muda yang memiliki karakteristik yang sama dengan orang dewasa muda: mereka menikah, menjalin hubungan jarak jauh dengan pasangannya, bertemu setidaknya sebulan sekali, dan menjalin hubungan jarak jauh beda kota maupun beda negara. Dalam penelitian ini, *snowball sampling* digunakan sebagai metode pengambilan sampel. Uji Rank Spearman digunakan untuk analisis data. Analisis koefisien korelasi menunjukkan nilai (r) 0,656 dan tingkat signifikansi 0,000 ($p > 0,05$).

Perbedaan dengan penelitian tersebut, diantaranya terletak pada tujuan mencari pengaruh *trust* dengan *self disclosure* dalam berpacaran jarak jauh. Subjek yang digunakan pada penelitian ini ialah mahasiswa yang sedang menjalin hubungan jarak jauh. *Non-probability sampling* yaitu metode *purposive sampling* digunakan dalam strategi pengambilan sampel pada penelitian ini.

Purposive sampling digunakan untuk memilih sampel mahasiswa di kota Malang yang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh (LDR) berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan. Jumlah sampel yang digunakan 100 mahasiswa yang sedang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh.