

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pada akhir tahun 2019 sebuah kemunculan *Corona Virus Disease 19* (Covid-19) menarik perhatian dunia. Virus ini bermula dari Kota Tiongkok, Wuhan yang terus meningkat tingkat penyebarannya ke berbagai wilayah termasuk Indonesia. Indonesia mempunyai kasus Covid-19 pada tahun 2020 yang mulai aktif penyebarannya pada Maret 2020. Kasus penyebaran telah merambat ke beberapa wilayah di Indonesia. Sebab itu pemerintah melakukan beberapa upaya guna mencegah penyebaran virus Covid-19. Beberapa kebijakan yang pemerintah lakukan untuk mengambil langkah awal, yaitu dengan mensosialisasikan Kebijakan Pembatasan Sosial Bersekala Besar (PSBB) atau yang sering disebut dengan *Social Distancing* (covid-19.bps.go.id, 2020). Hal tersebut dilakukan dengan cara menjaga jarak satu sama lain, tidak melakukan kontak langsung, serta membatasi aktivitas dengan suasana keramaian. Diikuti dengan Surat Mendikbud No. 46962/MPK.A/HK/2020, tentang pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19 pada perguruan tinggi. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, melalui Surat Edaran nomor 4 tahun 2020, memerintahkan agar pelaksanaan pembelajaran pada masa pandemi Covid-19 dilaksanakan secara jarak jauh atau pembelajaran secara daring (Kemendikbud. go.id, 2020).

Masa pandemi Covid-19 yang terjadi di Indonesia, sistem pembelajaran yang diterapkan secara daring menjadi bentuk baru dan berbeda dari implementasi pembelajaran sebelumnya. Kebijakan tersebut tentu membuat mahasiswa membiasakan diri pada perubahan yang terjadi, khususnya dalam pemanfaatan teknologi berbasis internet sangat diperlukan dalam situasi pandemi Covid-19. Fokus mahasiswa dalam pembelajaran daring ini tidak berpatokan hanya dengan

buku, mahasiswa dapat menyimak pembelajaran melalui *laptop/computer* ataupun *smartphone*. Dalam hal ini memungkinkan mahasiswa melakukan aktifitas pembelajaran secara lebih fleksibel dengan menentukan tempat yang nyaman serta lebih mudah untuk melakukan kegiatan rumah dibarengi aktivitas lainnya. Menurut Zhen et al., (2021) penerapan PSBB yang mengharuskan melakukan kegiatan di rumah, mahasiswa secara otomatis lebih cenderung mengalami peningkatan dalam mengakses media sosial untuk mencari informasi dan melakukan koneksi interaksi secara virtual. Hal ini membuat suatu bentuk perubahan dalam cara bersosialisasi yang dilakukan oleh mahasiswa di masa pandemi covid-19, yang secara umum menggunakan *platform* dalam bentuk komunikasi jarak jauh atau *social media* sebagai basis utama sarana berinteraksi secara *online*. Hal tersebut dapat menyebabkan sebagai sumber *stress* baru untuk mahasiswa, didukung oleh penelitian Rahardjo et al., (2020) penggunaan media sosial yang berlebihan dapat membuat kondisi tidak dengan kelebihan informasi, hal ini menjadi bentuk utama dalam menimbulkan terjadinya *social media fatigue* pada mahasiswa. *Social media fatigue* membuat individu kehilangan fokus dan konsentrasi terhadap sesuatu yang dikerjakan (Nabity Grover et al., 2020). Hal ini dapat membuat mahasiswa saat pembelajaran daring diduga tidak mampu menghasilkan kinerja yang maksimal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Zhen et al., 2021) menunjukkan bahwa pandemi Covid-19 yang berlangsung menjadi penyebab utama kesulitan yang terjadi di kalangan mahasiswa. Dalam hal ini dukungan dari orang tua, serta keterbukaan diri di media sosial, dapat mengurangi dampak negatif dari kesulitan yang dihadapi akibat pandemi Covid-19 yang penuh tekanan pada tingkat *stress* yang dirasakan mahasiswa.

Statistik kesehatan mental mahasiswa Amerika Serikat menunjukkan kondisi kesehatan mental di kalangan mahasiswa meningkat dari 22% menjadi 36%. Hal tersebut menjadi lebih parah semenjak pandemi Covid-19 melanda, menyebabkan tingkat diagnosis yang terjadi pada kondisi kesehatan mental mahasiswa semakin meningkat dikarenakan mahasiswiswa dituntut secara tidak langsung berjuang pada konsekuensi pandemi Covid-19 yang terjadi secara signifikan dengan terjadinya

penutupan kampus, pembatalan kelas tatap muka, perubahan waktu dalam pembelajaran dan ketidakpastian tentang sistem proses pembelajaran yang memerlukan waktu dalam perubahan bentuk proses belajar mereka yang dipisahkan secara fisik (Zhen et al., 2021). Sementara itu Kementerian Kesehatan mencatat 277 ribu kasus kesehatan jiwa di Indonesia pada masa pandemi Covid-19 dan mengalami peningkatan hingga Juni 2020 dibandingkan pada masa pandemi tahun 2019 (Kemkes.go.id, 2020). Didukung oleh riset psikologis yang dialami mahasiswa karena pembelajaran jarak jauh, hasil penelitian menunjukkan bahwa 41,58% mahasiswa mengalami kecemasan ringan dan 16,84% merasakan kecemasan sedang diakibatkan kuliah daring (“Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19,” 2020).

Mahasiswa dalam segi perkembangan memasuki tahapan yang dapat dikategorisasikan masa remaja akhir sampai masa memasuki masa dewasa awal yang dapat dilihat dari segi dan tugas perkembangan pada tahapan ini termasuk pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27). Dari sistem belajar, pencapaian, gaya bersosialisasi dan tanggung jawab yang mulai bertambah besar dan menjadi tugas dari perkembangan untuk lebih mengukuhkan pendirian hidup. Sebagai individu yang beranjak dewasa, maka jaringan sosial dan pertemanan akan semakin meluas dan bertambah.

Terjadinya suatu peristiwa dalam kehidupan yang mempunyai tekanan dapat mempengaruhi gangguan psikologis bagi kehidupan individu saat ini dan masa depan (Holmes & Masuda, 1974 dalam Zhen et al., 2021). Dari bentuk tekanan dari gangguan hidup dapat berdampak pada psikologis orang dewasa awal, karena mahasiswa disimpulkan sangat rentan terhadap peristiwa negatif karena mereka masih mengalami transisi perkembangan (Cohen, Burt, & Bjorck, 1987 dalam Zhen et al., 2021). Terjadinya peristiwa pandemi Covid-19, hal tersebut menjadikan *self management* penting untuk dimiliki setiap mahasiswa untuk mengelola emosi, mengatur waktu, serta bersosialisasi pada kehidupan perkuliahan, dan juga di luar perkuliahan. Dalam dunia perkuliahan, terdapat kegiatan diluar dari proses belajar perkuliahan, seperti

berorganisasi dan mengikuti kegiatan-kegiatan kampus yang memiliki nilai positif tidak dapat di pisahkan secara langsung dengan mahasiswa (Apriana, 2018).

Manusia tidak dapat memenuhi kebutuhan hidupnya tanpa membutuhkan manusia lain (Herimanto & Winarno, 2011). Hal ini membuat individu dituntut untuk memenuhi kebutuhannya sebagai makhluk sosial dengan menyesuaikan diri pada lingkungan untuk saling berinteraksi dan membutuhkan satu sama lain. Dengan adanya kebijakan *social distancing* yang telah dilakukan di banyak negara membuat pertemuan secara fisik dengan seseorang dibatasi, kebijakan PSBB tersebut juga memaksa masyarakat secara umum untuk melakukan kegiatan didalam upaya untuk membatasi mobilitas sosial, hal itu merupakan salah satu katalis yang menjadi penyebab dasar perubahan pola interaksi, khususnya yang berkaitan dengan aspek *self disclosure* (Williams, 2020). Hal tersebut akan mengurangi aktivitas diluar rumah yang membuat aktivitas harus dikerjakan di rumah masing-masing. Dalam hal ini penggunaan teknologi khususnya berbasis internet sangat diperlukan pada masa pandemic Covid-19 ini.

Menurut Nabity-Grover et al., (2020) perubahan aspek *self disclosure* selama masa pandemi dilihat dari aspek penggunaan sosial media. Selama masa pandemi terjadi, terdapat sebuah kecenderungan dimana setiap individu semakin agresif dalam hal pengungkapan diri, terutama dalam hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan pribadi seseorang, kemudian dampak perilaku masing-masing individu yang akan berdampak kepada orang lain, serta keterbukaan diri dalam memandang perilaku protektif terhadap orang lain. Disisi lain, hasil berbeda ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2020), dengan mengambil sampel siswa SMA yang memiliki media instagram di Surakarta mengungkapkan bahwa pengungkapan diri di masa pandemi melalui media sosial tergolong ke dalam tingkatan sedang. Menurut teori penetrasi sosial (Altman & Taylor, 1973 dalam Zhen et al., 2021), pendekatan individu terhadap pengungkapan diri secara *online* dapat dikategorikan menjadi dua jenis yaitu *peripheral self-disclosure* (pengungkapan diri perifer), dimana pengungkapan diri ini sering terjadi, biasanya untuk berbagai informasi yang tidak

sensitif secara *online* dan *core self-disclosure* (pengungkapan diri inti), yaitu pengungkapan diri yang dilakukan terkait informasi pribadi yang lebih sensitif secara *online* dan pengungkapan ini diunggah hanya untuk sejumlah teman tertentu/kerabat dekat (Osatuyi et al., 2018 dalam Zhen et al., 2021). Penelitian dari Li, Chen, & Popiel, 2015; Zhang, 2017 (dalam Zhen et al., 2021) menunjukkan bahwa pengungkapan diri secara *online* memiliki dampak positif potensial pada kesejahteraan psikologis individu.

Menurut Jourard & Lasakow, (1958) *self disclosure* mengacu pada sebuah proses yang membuat diri diketahui oleh orang lain atau disebut dengan “*target person*”. Dimana *target person* ialah seorang individu yang menerima informasi yang di komunikasikan dari orang lain. Hal ini bentuk dari perkenalan dari individu ke individu lain. Jourard (1971) menyatakan bahwa individu yang banyak mengungkapkan karakteristik tentang dirinya kepada individu lain yang mempunyai kepribadian sehat. Dalam hal ini pengungkapan diri yang dilakukan individu sangat penting untuk menentukan gejala kepribadian sehat. Semakin harmonis hubungan individu kepada individu lain, maka keterbukaan diri dapat terjadi dengan baik. Proses dalam mencapai suatu hubungan yang akrab disebut model penetrasi sosial (Deci & Ryan, 2010). Dengan penetrasi sosial akan mendukung proses dalam *self disclosure* serta keakraban dalam suatu hubungan. Individu yang mempunyai keterampilan dalam hal *self disclosure* ditandai dengan mempunyai rasa tertarik kepada individu lain dari pada individu yang kurang dapat membuka tentang dirinya, mempunyai rasa percaya diri sendiri, serta percaya pada individu lain (Taylor & Belgrave, 1986; Johnson, 1990 dalam Gainau, 2012). Begitu pula dengan semakin individu percaya diri maka nilai positif yang ada dalam diri semakin meningkat, maka dari itu dapat membuat keterbukaan diri dapat disampaikan dengan baik tanpa adanya tekanan yang menghambat proses keterbukaan diri tersebut terjadi. Menurut Jourard (1971) pengungkapan diri yang kurang pada individu dapat mengakibatkan sebagian dari mereka masuk dalam hal-hal negatif, seperti pemakaian obat-obatan psikedelik dan mariyuana. Ditunjukkan juga oleh hasil penelitian Rona (2017), semakin tinggi

pengungkapan diri individu dewasa awal kepada orang tua maka semakin rendah perilaku seksual perempuan dewasa awal saat berpacaran dan semakin rendah pengungkapan diri seseorang kepada orangtua, maka semakin tinggi perilaku seksual perempuan dewasa awal saat berpacaran. Berdasarkan pernyataan di atas dapat didukung oleh teori Carl Rogers dalam psikologi humanistik, dimana adanya *self disclosure* yang ditahan akan membuat *misunderstanding* serta ketidakpuasan dalam suatu hubungan diawali oleh ketidakjujuran (Maulana & Gumelar, 2013).

Ketika individu merasa nyaman terhadap satu sama lain, maka mereka akan bersedia untuk mengungkapkan informasi pribadi tentang diri mereka kepada orang lain. Ekspresi diri ini cenderung simestris, inkremental, dan timbal balik (Iore, G. L., & Schnall, S., 2005 dalam Loiacono, 2014). Tidak semua aspek pada diri individu dapat mereka ungkapkan, karena akan terasa canggung secara sosial jika individu melakukannya tanpa merasa nyaman satu sama lain. Dalam hal ini butuh proses dalam waktu tertentu untuk melakukan keterbukaan diri satu sama lain. Setelah individu sudah merasa nyaman untuk mengungkapkan informasi dari diri mereka, maka hubungan antar individu akan semakin dalam. Brockner dan Swap (1976) menemukan bahwa keakraban yang terjadi dengan orang lain menyebabkan rasa suka yang lebih besar dan pengungkapan diri yang lebih intim (dalam Lynn, 1978). Menurut Lynn (1978) sebuah ketertarikan dapat menjadi hal penentu dalam pengungkapan diri, terlepas dari adanya keintiman pengungkapan yang diterima.

Hal penyampaian informasi tidak selalu tentang diri, tetapi mencakup banyak aspek lain yang juga dapat dibicarakan. Menurut Loiacono (2014) selama individu melihat adanya keuntungan dalam hubungan, maka individu cenderung akan terus mengungkapkan diri. Namun, jika individu merasa ada keuntungan atau timbal balik dalam hubungan, individu cenderung akan menahan informasi yang akan diberikan. Sejalan dengan teori dari Altman dan Taylor, bahwa hubungan antar individu akan berhasil ketika individu tersebut memperoleh ganjaran (*reward*) dan tidak akan berlanjut ketika individu mengeluarkan biaya (*cost*) atau tidak mendapatkan keuntungan. Semakin besar suatu *reward* yang diterima dibandingkan *cost*, maka

kemungkinan besar individu akan melakukan *disclosure* yang lebih tinggi yang mempunyai potensi menuju level keakraban yang lebih dalam (Maulana & Gumelar, 2013). Dalam hal ini terjadinya *self disclosure* antara individu mempunyai proses yang bertahap untuk terjadinya keakraban dengan satu sama lain.

Oleh karena itu, *self disclosure* merupakan faktor penting bagi perkembangan pribadi dan sosial individu. Tumbuhnya keterbukaan diri dimulai pada lingkungan keluarga (Ali & Asrori, 2010). Lingkungan keluarga merupakan suatu pembentukan karakter pertama untuk seseorang individu. Sosialisasi pertama yang dilakukan oleh keluarga ialah sebagai agen sosialisasi untuk anak pada masa kecilnya untuk membentuk suatu kepribadian (Puspitawati, 2013). Keterhubungan antara anggota keluarga harus dipertimbangkan agar dapat memahami keluarga secara penuh (Maulana & Gumelar, 2013). Maka dari itu, pola asuh akan mempengaruhi banyak hal dan berperan penting atas menentukan *self disclosure*. Salah satu perbedaan yang cukup umum yaitu antara sistem tertutup dan terbuka. Pada sistem tertutup pada keluarga ditandai dengan tidak saling bertukar dengan lingkungannya, yang dapat mengakibatkan sistem tersebut dapat menuju pada disintegrasi, kekacauan internal dan tidak mempunyai kualitas pada kelangsungan hidup. Sedangkan pada sistem terbuka selalu menerima energi dari lingkungannya dan meneruskannya kembali pada lingkungan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2016) terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh orang tua terhadap keterbukaan diri remaja siswa kelas X SMK Negeri 02 Salatiga tahun ajaran 2015/2016. Pola asuh orang tua memiliki presentase 11% dalam keterbukaan diri remaja yang masih terdapat 89% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Pola asuh ialah pola interaksi dalam konteks pengasuhan orang tua kepada anaknya (Hurlock, 2005). Menurut Baumrind (1973) terdapat tiga pola asuh yang meliputi, pola asuh otoriter (*authoritarian parenting*), pola asuh otoritatif (*authoritative parenting*), pola asuh permisif (*permissive parenting*) dan pola asuh penelantaran (*neglectful parenting*). Pada penerapan pola asuh otoriter lebih mengarah untuk tegas dan disiplin. Pola ini di atas kendali kuat orang tua, sepenuhnya peraturan

yang diyakini orang tua harus diwajibkan bagi anaknya untuk menerima dan menghormati perintah yang sudah menjadi peraturan yang orang tua berikan. Pada penerapan pola asuh otoritatif lebih memilih anak untuk menjadi kendali atas perbuatan yang mereka lakukan, tetapi tetap dalam batas-batas yang ditentukan dan tetap dalam pengawasan orang tua. Pada pola asuh permisif, anak memegang penuh kendali atas semua yang mereka lakukan tanpa adanya pengawasan dan bimbingan dari orang tua (dalam Mentari & Daulima, 2017). Sedangkan pola asuh penelantaran orang tua cenderung melepas tanggung jawabnya sebagai yang mempunyai kendali dalam mengatur, memantau serta mendukung anak dalam perkembangannya. Dimana orang tua menolak, melepaskan/mengabaikan serta mempunyai sifat yang tidak responsif dan tidak menuntut kepada anak (Baumrind, 1991 dalam Rosa, 2019). Orang tua pada pola asuh penelantaran membuat anak tidak mempunyai batasan untuk berperilaku. Pada penerapan pola asuh otoriter dikenal dengan pola asuh yang cenderung kasar, seperti berteriak, kurangnya penjelasan, serta adanya hukuman fisik membuat hubungan orang tua dan anak menjadi dingin serta anak merasa bahwa orang tua mempunyai penolakan terhadapnya. Justru dengan pola asuh seperti itu dapat membuat anak takut untuk melakukan keterbukaan terhadap emosi dan menentukan tindakan tanpa adanya ketergantungan kepada orang lain. Dibuktikan dengan penelitian Hidayati (2014) bahwa pola asuh otoriter dan kecerdasan emosi membunyai hubungan positif dan memberi kontribusi sebesar 55,2% terhadap kemandirian anak, dimana kecerdasan emosi tersebut dapat membuat anak mampu mengelola emosi diri pada diri sendiri yang merupakan hal yang dapat memberi rasa aman dan kekuatan. Sedangkan pola asuh orang tua yang positif terhadap anaknya akan mempunyai *self-esteem* yang tinggi, kurang merasa cemas/*stress* (Puspitawati, 2013). Dalam hal ini anak yang diperlakukan negatif akan cenderung menutup diri kepada orang tua karena anak merasa selalu ditolak oleh orang tuanya. Dibandingkan anak yang menerima pola asuh positif, anak akan cenderung mempunyai perkembangan yang sehat dalam bersosialisasi serta lebih mudah melakukan keterbukaan diri kepada orang tuanya. Menurut Baumrind bahwa pola asuh *authoritative* dapat memberikan dampak yang positif untuk anak. Dalam pola asuh *authoritative* orang tua cenderung bersikap bersahabat, mampu mengontrol diri



dan responsif. Menurut penelitian Dewi & Khotimah (2020) penerapan pola asuh *authoritative* akan membentuk anak dengan tanggung jawab yang tinggi, mandiri serta mampu mengontrol diri.

Dalam hal ini pola asuh terhadap pengungkapan diri yang dilakukan individu sangat penting untuk menentukan gejala kepribadian sehat dalam mencapai kepribadian yang sehat pada saat mahasiswa menjalani pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19. Berdasarkan berbagai fenomena yang telah diuraikan sebelumnya pada latar belakang, penulis memandang perlu untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan *Self Disclosure* pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

- 1.2.1. Bagaimana gambaran *self disclosure* pada mahasiswa di masa pandemi Covid 19?
- 1.2.2. Bagaimana gambaran pola asuh orang tua pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19?
- 1.2.3. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh otoriter (*authoritarian parenting*), pola asuh otoritatif (*authoritative parenting*), pola asuh permisif (*permissive parenting*) dan pola asuh penelantaran (*neglectful parenting*) terhadap *self disclosure* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19?

## **1.3. Batasan Masalah**

Sesuai dengan identifikasi masalah, perlu diberikan batasan masalah dengan tujuan agar memfokuskan dan memperjelas fenomena yang akan diteliti. Penelitian ini berfokus pada penelitian terkait hubungan pola asuh orang tua terhadap *self disclosure* mahasiswa di masa pandemi Covid-19.

#### **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah, terdapat rumusan masalah pada penelitian ini: “Apakah terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan *self disclosure* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19?”

#### **1.5. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pola asuh orang tua terhadap *self disclosure* yang dilakukan mahasiswa di masa pandemi Covid-19

#### **1.6. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca, baik dari manfaat teoritis maupun manfaat praktis dari adanya hubungan antara pola asuh orang tua terhadap *self disclosure* yang dilakukan mahasiswa di masa pandemi Covid-19.

##### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta wawasan dalam pengembangan ilmu bidang psikologi terkait dengan pola asuh dan *self disclosure*.

##### **1.6.2. Manfaat Praktis**

###### **1.6.2.1. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang pentingnya *self disclosure* dan dapat mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua terhadap *self disclosure* mahasiswa pada masa pandemi Covid-19.

###### **1.6.2.2. Bagi Orang Tua**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi keterhubungan antara pola asuh dan *self disclosure*.

### **1.6.2.3. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan dan pengetahuan tambahan untuk penelitian selanjutnya dalam bidang yang sama, khususnya dalam pembahasan pola asuh dan *self disclosure*.

