

# JURNAL PSIKOLOGI

## *Teori & Terapan*

*Self Estem dan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna  
Blackberry Messenger*

*Ferdiana Suniya Prawesti & Damajanti Kusuma Dewi*

*Self Disclosure dan Trust Pada Pasangan Dewasa Muda Yang Menikah dan  
Menjalani Hubungan Jarak Jauh*

*Ana Suryani & Desi Nurwidawati*

*Pengaruh Mind Control Training Terhadap Peningkatan Konsentrasi  
Pada Atlet Putri UKM Bola Voli Unesa*

*Nofy Ongko & Miftakhul Jannah*

*Pengalaman Interaksi dan Penyesuaian Sosial Waria: Studi Kasus Waria  
Yang Tinggal di Gang 'X' Surabaya*

*ReNyta Ayu Putri & Muhammad Syafiq*

*Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X"*

*Iffa Dian Pratiwi & Hermien Laksmiwati*

*Studi Kasus Penerimaan Seorang Ayah Terhadap Anak Autis*

*Ade Surya Febrianto & Ira Darmawanti*

*Perbedaan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas Unggulan  
Dengan Siswa Reguler*

*Asteria Lestari Yunianti & Meita Santi Budiani*

# JURNAL PSIKOLOGI

## *Teori & Terapan*

---

---

*Jurnal Psikologi: Teori & Terapan* terbit dua kali dalam setahun pada bulan Agustus dan Februari. Jurnal ini memuat tulisan-tulisan ilmiah berdasarkan penelitian dan pemikiran kritis tentang berbagai isu yang berkembang dalam ranah psikologi teoritis maupun terapan.

### **Ketua Penyunting**

Muhammad Syafiq

### **Penyunting Pelaksana**

Miftakhul Jannah

Siti Ina Savira

Damayanti Kusumadewi

### **Mitra Bestari**

Suryanto (Universitas Airlangga)

Yusti Probawati (Universitas Surabaya)

Andik Matulesy (Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya)

### **Tata Usaha:**

Desi Nurwidawati

**Alamat Penerbit dan Redaksi:** Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya, Kampus UNESA Lidah Wetan, Surabaya 60215 Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112

---

---

Jurnal ini menerima tulisan yang belum pernah diterbitkan oleh jurnal atau media publikasi lainnya. Persyaratan bagi penulis tercantum pada halaman sampul belakang. Tulisan yang masuk akan dievaluasi dan disunting. Penyunting dapat melakukan perubahan pada tulisan yang dimuat tanpa mengubah substansinya.

# JURNAL PSIKOLOGI

## *Teori & Terapan*

### DAFTAR ISI

<b><i>Self Estem dan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger</i></b>	1 - 8
Ferdiana Suniya Prawesti & Damajanti Kusuma Dewi <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	
<b><i>Self Disclosure dan Trust Pada Pasangan Dewasa Muda Yang Menikah dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh</i></b>	9 - 15
Ana Suryani & Desi Nurwidawati <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	
<b><i>Pengaruh Mind Control Training Terhadap Peningkatan Konsentrasi Pada Atlet Putri UKM Bola Voli Unesa</i></b>	16 - 25
Nofy Ongko & Miftakhul Jannah <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	
<b><i>Pengalaman Interaksi dan Penyesuaian Sosial Waria: Studi Kasus Waria Yang Tinggal di Gang 'X' Surabaya</i></b>	26 - 42
Renyta Ayu Putri & Muhammad Syafiq <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	
<b><i>Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X"</i></b>	43 - 49
Iffa Dian Pratiwi & Hermien Laksmiwati <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	
<b><i>Studi Kasus Penerimaan Seorang Ayah Terhadap Anak Autis</i></b>	50 - 61
Ade Surya Febrianto & Ira Darmawanti <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	
<b><i>Perbedaan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas Unggulan dan Siswa Reguler</i></b>	62 - 70
Asteria Lestari Yunianti & Meita Santi Budiani <i>Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya</i>	

## ***Self Esteem dan Self Disclosure Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger***

Ferdiana Suniya Prawesti<sup>1</sup>, dan Damajanti Kusuma Dewi  
*Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *The purpose of this research is to determine the correlation between self esteem and self disclosure of Psychology students of Universitas Negeri Surabaya who are using a social network of blackberry messenger. This research used quantitative method with correlational research design. Participants in this research were 187 students of Psychology students who have blackberry messenger accounts and are active users of blackberry messenger. Data collected using self esteem and self disclosure scales and analyzed using product moment correlation. The result shows that the coefficient correlation is 0,315 in the significant level 0,000 ( $p > 0,05$ ), which means that hypothesis of this research “there is correlation of self esteem and self disclosure to the Psychology students of Universitas Negeri Surabaya who are using a social network blackberry messenger” is accepted.*

**Keywords:** *Self esteem, self disclosure, blackberry messenger*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan *self disclosure* mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya pengguna jejaring sosial *blackberry messenger*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional. Partisipan penelitian ini berjumlah 187 mahasiswa yang memiliki akun *blackberry messenger* serta merupakan pengguna aktif *blackberry messenger*. Penelitian ini menggunakan instrument skala *self esteem* dan skala *self disclosure* yang dianalisis menggunakan korelasi *product moment*. Hasil analisis uji *Product Moment* menunjukkan hasil korelasi sebesar 0,315 pada taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p > 0,05$ ), artinya menunjukkan bahwa hipotesis “ada hubungan *self esteem* dengan *self disclosure* pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya pengguna jejaring sosial *blackberry messenger*” diterima.

**Kata Kunci:** *Self esteem, self disclosure, blackberry messenger*

Jejaring sosial merupakan salah satu perkembangan teknologi yang memiliki peranan besar dalam memberikan kemudahan bagi manusia untuk berkomunikasi dan bersosialisasi. *Social Networking Site (SNS)*, atau situs jejaring sosial didefinisikan sebagai suatu layanan yang memungkinkan setiap individu untuk membangun hubungan sosial melalui dunia maya.

Situs jejaring sosial digunakan sebagai fasilitas bagi individu untuk menjalin hubungan dengan individu lainnya yang memungkinkan mereka untuk bersama-sama membangun atau memperluas jaringan sosial mereka, menunjukkan koneksi seseorang dan memperlihatkan hubungan yang ada antar penggunanya. Situs jejaring sosial memungkinkan peng-

---

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Ferdiana S. Prawesti melalui email: [ferrdhieana@gmail.com](mailto:ferrdhieana@gmail.com)

gunanya untuk mendefinisikan profil secara *online*, terhubung dengan individu lain dalam jaringan sosial dunia maya, dapat secara cepat melakukan pemberitahuan tentang suatu kegiatan (*notification*), dan melakukan pengaturan privasi (Boyd & Ellison, 2007; Gotta, 2008; Beer, 2008, Dashgupta, 2010).

Kemudahan yang ditawarkan oleh jejaring sosial yang diantaranya dapat digunakan oleh siapapun atau universal tanpa ada perbedaan terhadap kelas atau status sosial serta kebebasan untuk menggunakannya, membuat penggunaan jejaring sosial menjadi *trend* baru bagi media interaksi dan komunikasi bagi seluruh lapisan masyarakat. Berdasarkan survei APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada tahun 2012, 63 juta masyarakat Indonesia terhubung dengan Internet dengan sebanyak 95 % aktivitas populasi itu saat mengakses dunia maya adalah membuka media sosial (Merdeka.com, 2014). Pada akhir tahun 2014 tercatat masyarakat yang menggunakan internet sejumlah 88,1 juta pengguna dengan mayoritas pengguna mulai dari usia 18 hingga 25 tahun (beritasatu.com, 2015). Salah satu jejaring sosial yang saat ini sedang populer dan banyak digunakan di Indonesia adalah *Blackberry Messenger* (BBM) dengan jumlah persentase pengguna mencapai 79% dari total pengguna *smartphone* (teknokompas.com, 2014).

Hasil penelitian dari Krasnova, dkk (2010) mengatakan bahwa motivasi seseorang menggunakan situs jejaring sosial karena merasakan kenyamanan dalam menceritakan informasi pribadinya. Penggunaan jejaring sosial selain untuk membangun maupun memperluas hubungan sosial melalui dunia maya juga berfungsi untuk menjadi media dalam menyampaikan apa yang terjadi saat ini, apa yang dialami dan apa yang dirasakannya semua dapat dituangkan dengan menggunakan salah satu aplikasi

yang terdapat dalam jejaring sosial (Weiser, 2001). Aplikasi atau fasilitas yang dimaksud yaitu fasilitas *update* status. Fasilitas *update* status adalah fasilitas yang memungkinkan pengguna untuk *posting* ide-ide, cerita, aktivitas yang dilakukan, dan hal-hal lain yang berhubungan dengan si pengguna media sosial. Fasilitas *update* status ini menjadi sangat populer dikalangan banyak orang dikarenakan fasilitas ini digunakan sebagai media mengekspresikan atau mengungkap diri pengguna jejaring sosial ke publik atau pengguna media sosial lainnya.

Hal ini merupakan salah satu tipe komunikasi dimana informasi diri sendiri (*self*) yang biasanya disembunyikan dari orang lain kini dikomunikasikan kepada orang lain (Rakhmat, 2005). Devito (2007) mengungkapkan bahwa hal tersebut merupakan *self disclosure* atau pengungkapan diri yang merupakan jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang secara aktif kita sembunyikan. Boyd dan Heer (2006) mengemukakan bahwa keterbukaan diri dalam jejaring sosial bermanfaat untuk menjadi sarana dalam mempresentasikan identitas diri. Pengguna jejaring sosial akan lebih leluasa mengungkapkan apa yang mereka alami dan apa yang mereka pikirkan tanpa harus bertatap muka.

Fenomena mengungkapkan diri ke jejaring sosial ini terjadi pada seluruh pengguna jejaring sosial. Begitu juga yang terjadi dilapangan, sesuai survey yang dilakukan 15 April 2015 pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya ditemukan dari seluruh mahasiswa yang berjumlah 372 mahasiswa menggunakan jejaring sosial selain untuk berkomunikasi juga mengungkapkan dirinya melalui aplikasi *update status*. Adapun jejaring sosial yang sering atau banyak mereka gunakan yaitu *blackberry messenger* dengan persentase sebanyak 94%. Pengungkapan diri yang mereka lakukan

tidak lebih hanya untuk mengekspresikan juga melampiasikan apa yang mereka rasakan. Berbagi cerita, kejadian atau pengalaman yang dialami pada teman-teman yang berada di kontak jejaring sosial mereka. Kegiatan mengungkap diri melalui *update status* ini menjadi rutinitas yang dilakukan setiap hari oleh para mahasiswa ini. Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Stone (1996) dan Turkle (1997) mengemukakan bahwa internet telah mengubah pola interaksi interpersonal sehingga memungkinkan seseorang untuk berbagi pengalaman pribadi kepada orang asing.

Joinson (2004) mengungkapkan bahwa tingkat signifikansi pengungkapan diri lebih tinggi terjadi pada komunikasi melalui yang mediasi oleh perangkat komputer daripada dengan komunikasi tatap muka, yang termasuk didalamnya jejaring sosial. Hal ini juga diperkuat oleh pendapat dari Bargh, dkk (2002) yang mengatakan bahwa jenis interaksi melalui jejaring sosial lebih memungkinkan terjadi proses keterbukaan diri dibandingkan dengan interaksi yang terjadi dengan bertatap muka, proses keterbukaan diri di media *online* lebih sering terjadi karena adanya anonimitas.

Penelitian yang dilakukan Sundar (2013) menemukan bahwa media sosial mengisyaratkan tingkat harga diri sang pemilik akun (Kompas.com, 2013; Jpnn.com, 2014). Hasil penelitian menunjukkan pengguna media sosial dengan berbagai aktivitasnya di dunia maya menunjukkan gambaran akurat mengenai dirinya sendiri. Pengguna media sosial dengan harga diri rendah cenderung mengkhawatirkan apa yang orang lain *posting* tentang mereka di jejaring sosial, mereka akan lebih banyak menggunakan waktunya di media sosial (dalam hal ini *facebook*) dengan memantau konten, menghapus *posting* yang mendapatkan respons negatif dari orang lain. Pengguna media sosial yang memiliki harga diri lebih

tinggi cenderung menghabiskan waktu untuk membangun citra personal di media sosial. Mereka lebih sering *posting* mengenai apa yang mereka suka atau tidak suka, opini tentang sesuatu, juga persepsinya tentang berbagai hal (Kompas.com, 2013; Jpnn.com, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Forest dan Wood (2012) mengenai "*When Social Networking Is Not Working: Individuals With Low Self-Esteem Recognize but Do Not Reap the Benefits of Self-Disclosure on Facebook*", melibatkan sebanyak 177 pengguna *facebook* dengan mempertimbangkan *postingan* pada *wallupdate* status. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan harga diri rendah lebih banyak mengungkapkan hal-hal yang kurang positif dan lebih banyak mengungkap hal-hal yang negatif dibanding dengan individu dengan harga diri tinggi. Individu dengan harga diri rendah cenderung lebih banyak mengungkapkan kesedihan, kemarahan, frustrasi, kecemasan, ketakutan, lekas marah, rasa kurang bahagia, dan rasa kurang bersyukur dalam *postingan* mereka daripada individu dengan harga diri tinggi.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang ada terlihat bahwa pengungkapan diri ke media atau jejaring sosial tidak terlepas dari *self esteem* (harga diri) individu. Velasco (2013) menyatakan bahwa harga diri merupakan salah satu dimensi yang bisa mempengaruhi pengungkapan diri secara *online*. Hal ini disebabkan oleh perbedaan antara individu dengan harga diri tinggi dan rendah yang paling menonjol adalah ketika berada di publik (Baumeister, dkk, 1989). Individu dengan harga diri rendah sangattidak mudah untuk mengungkapkan diri. Penggunaan teknologi untuk menengahi interaksi interpersonal memberikan kesempatan bagi individu dengan harga diri rendah untuk melindungi diri dari umpan balik negatif. Jika dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan risiko interpersonal, individu dengan harga diri rendah lebih suka

menggunakan *e-mail* atau media sosial lain dari pada dengan berkomunikasi tatap muka (Joinson, 2004).

Harga diri merupakan evaluasi diri yang dibuat individu terhadap dirinya dalam rentang positif sampai negatif (Baron dan Byrne, 2004). Menurut Coopersmith (Burns, 1993) harga diri mengacu kepada evaluasi seseorang tentang dirinya sendiri baik positif maupun negative dan menunjukkan tingkat dimana individu meyakini dirinya sendiri sebagai individu yang mampu, penting, berhasil, dan berharga. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung mengadopsi strategi peningkatan diri, sementara individu dengan harga diri yang rendah cenderung untuk mengadopsi strategi perlindungan diri. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung mengambil risiko untuk diri meningkatkan diri, sementara individu dengan harga diri rendah akan melindungi dirinya dan tidak mengambil risiko penghinaan publik, meskipun keberhasilan akan bermanfaat dalam meningkatkan nilai diri mereka (Baumeister, dkk, 1989).

Menurut Michener dan DeLamater (1999) individu dengan harga diri tinggi bersikap asertif, terbuka, dan memiliki kepercayaan terhadap dirinya. Sikap asertif tersebut memungkinkan mereka untuk dapat menyatakan diri apa adanya sehingga pengungkapan diri yang dilakukan bukan sebagai topeng untuk menutupi kelemahannya. Individu dengan harga diri rendah menunjukkan perilaku yang menghambat pengungkapan diri. Menurut Burns (1993), individu tersebut cenderung tidak dapat mengekspresikan diri serta mengalami kesulitan dalam menunjukkan diri, perasaan, dan pikirannya yang disebabkan oleh adanya penilaian yang negative terhadap diri sendiri maupun orang lain serta menganggap bahwa hubungan dengan orang lain merupakan sebuah ancaman.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional untuk mengungkap hubungan *self esteem* dengan *self disclosure* pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya pengguna jejaring sosial *blackberry messenger*.

Penelitian ini melibatkan 187 mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2011-2014. Teknik pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan teknik *accidental sampling*. Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Psikologi Universitas Negeri Surabaya.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala *self esteem* dan skala *self disclosure* dengan menggunakan model skala likert. Skala *self esteem* pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek *self esteem* yang dikemukakan oleh Coopersmith (1967). Skala *self disclosure* pada penelitian ini disusun berdasarkan komponen-komponen *self disclosure* yang dikemukakan oleh Devito (1997).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data *product moment correlation* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Analisis dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS versi 17.00 for windows*.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *product moment* diketahui bahwa ada hubungan positif antara *self esteem* dengan *self disclosure* pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya pengguna jejaring sosial *blackberry messenger*. Hal ini dibuktikan dari hasil statistik yang menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi dari kedua variabel sebesar 0,315 dan nilai signifikasi atau pro-

babilitasnya sebesar  $(p) = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai hubungan *self esteem* dengan *self disclosure* mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya melalui *blackberry messenger*, menyatakan bahwa hipotesis yang ada diterima. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengolahan data yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 dan nilai hubungan sebesar 0.315 yang menunjukkan bahwa variabel *self esteem* hanya berkontribusi mempengaruhi variabel *self disclosure* sebanyak 31,5%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor-faktor lain yang diduga turut mempengaruhi *self disclosure* (pengungkapan diri) menurut Devito (1997) antara lain resiprositas (timbal balik), ukuran khalayak, topik bahasan, hubungan kedekatan (keakraban) serta norma-norma budaya menurut Velasco (2013).

Penyebab hubungan *self esteem* (harga diri) dengan *self disclosure* (pengungkapan diri) pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya yang lemah antara lain dipengaruhi oleh faktor lain seperti kurang adanya norma resiprositas (timbal balik) dalam proses *self disclosure* (pengungkapan diri) yang dilakukan oleh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya hanya sekedar melakukan *self disclosure* (pengungkapan diri) tanpa adanya timbal balik seperti memberi komentar, membalas komentar maupun respon suka atau tidak dengan menggunakan stiker atau *emoticon* dari teman-teman. Hal ini didukung oleh penelitian dari Moon (2000) yang mengatakan bahwa individu lebih banyak mengungkapkan diri dalam keadaan timbal balik: ketika teman-teman memiliki banyak kesamaan dengan karakteristik mereka, maka individu akan lebih mengungkapkan informasi pribadinya.

Lemahnya hubungan *self esteem* (harga diri) dengan *self disclosure* (pengungkapan diri) mahasiswa Psikologi

Universitas Negeri Surabaya melalui *blackberry messenger* juga bisa disebabkan oleh ukuran khalayak, sebab pada penelitian ini diketahui bahwa mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya lebih cenderung melakukan *self disclosure* ke semua kontak *blackberry messenger* yang ada daripada hanya ke beberapa orang tertentu atau melalui *group chat*. Hal ini sesuai dengan Devito (2011) yang mengungkapkan bahwa proses terjadinya *self disclosure* lebih besar kemungkinannya terjadi dalam komunitas dengan kelompok atau khalayak kecil.

Topik bahasan juga faktor yang turut berpengaruh terhadap lemahnya hubungan *self esteem* (harga diri) dengan *self disclosure* (pengungkapan diri) mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya melalui *blackberry messenger*. Devito (2011) mengungkapkan bahwa topik bahasan mempengaruhi *self disclosure* (pengungkapan diri) individu, jika topik bahasan lawan komunikasi individu maka akan lebih besar kemungkinan terjadi *self disclosure* (pengungkapan diri). Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa enggan melakukan *self disclosure* (pengungkapan diri) dikarenakan topik yang dibahas kurang tepat, kurang menarik dan sensitive terutama mengenai topik masalah pribadi, rencana masa depan, keadaan keluarga, serta perasaan mahasiswa sendiri yang hanya bisa diungkapkan ke orang-orang tertentu yang ada dikontak *blackberry messenger* masing-masing. Hal ini juga sesuai dengan hubungan kedekatan (keakraban) dengan lawan komunikasi sebagaimana Devito (2011) menyatakan bahwa semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, semakin terbuka ia kepada orang tersebut. Sehingga jika hubungan yang dimiliki mahasiswa dengan teman-teman atau beberapa teman-teman yang ada di kontak *blackberry messenger* tergolong akrab maka mahasiswa akan



lebih terbuka begitu juga dengan topik bahasannya akan semakin luas dan dalam.

Hubungan *self esteem* (harga diri) dengan *self disclosure* (pengungkapan diri) mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya yang lemah juga turut dipengaruhi oleh adanya norma-norma budaya atau etika yang berlaku, yang menganggap bahwa orang yang terlalu banyak menceritakan segala hal tentang dirinya terutama tentang kelebihan dan keberhasilannya, adalah orang yang sombong dan suka pamer. Norma-norma budaya, pada penelitian lintas budaya dalam pengungkapan diri menemukan bahwa norma-norma budaya masyarakat dapat mempengaruhi apa yang diungkapkan oleh individu (Chen, 1995; Diaz, dkk, 2003; Dia, dkk, 2010). Individu yang demikian akan kurang mendapat penerimaan dari lingkungan, bahkan cenderung dijauhi. Hal ini sejalan dengan Rosenfeld (Tubbs dan Moss, 1996) yang mengatakan bahwa seseorang lebih memilih tidak menyatakan diri kepada orang lain karena takut mendapat citra buruk, dianggap pamer dihadapan umum, dan takut mendapat penolakan.

Hasil penelitian ini sesuai didukung oleh Bargh, dkk (2002) yang mengatakan bahwa jenis interaksi melalui jejaring sosial lebih memungkinkan terjadi proses keterbukaan diri dibandingkan dengan interaksi yang terjadi dengan bertatap muka. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat dari Krasnova, dkk (2010) yang menyatakan bahwa selain digunakan untuk membangun hubungan pertemanan yang baru, menjalin komunikasi kembali dengan teman yang lama, menampilkan profil–profil dan informasi sesuai dengan gambaran yang dipikirkan dan diinginkan, jejaring sosial juga tak luput menjadi wadah bagi individu untuk menceritakan informasinya pribadinya.

Pengungkapan diri dapat dilakukan jika individu mau membuka daerah tersembunyi dengan cara memberikan

informasi yang bersifat pribadi dan rahasia kepada orang lain. Kesediaan membuka diri tersebut berawal dari adanya penilaian positif terhadap orang lain (Sari, dkk, 2006). Penilaian terhadap orang lain tersebut bermula dari kesediaan menerima diri sendiri dan memiliki penilaian positif terhadap diri sendiri. penilaian terhadap diri sendiri merupakan makna dari harga diri, sebagaimana dinyatakan oleh Buss (1995). Semakin berkembangnya kemajuan teknologi yang ada maka penggunaan teknologi untuk menengahi interaksi interpersonal memberikan kesempatan bagi individu dengan harga diri rendah untuk melindungi diri dari umpan balik negatif. Hal ini diperkuat oleh Joinson (2004) yang menyatakan jika dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan risiko interpersonal, individu dengan harga diri rendah lebih suka menggunakan *e-mail* atau media sosial lain dari pada dengan berkomunikasi tatap muka.

Harga diri yang dimiliki individu memiliki karakteristik tertentu yang mempengaruhi cara berinteraksi dengan orang lain. Individu dengan harga diri rendah menurut Burns (1993) cenderung merasa terasing, tidak dihargai, dan tidak dapat mengekspresikan diri. Hasil penelitian Murray, dkk (2000) juga menunjukkan bahwa mereka menjaga jarak dalam berhubungan dengan orang lain, dan menganggap orang lain kurang ramah. Kesalahan dalam menilai orang lain dengan menganggap orang lain kurang ramah tersebut merupakan akibat dari anggapan bahwa orang lain tidak menyukainya (Buss, 1995).

Adanya perasaan tidak disukai orang lain semakin membuat individu dengan harga diri rendah enggan mengungkapkan diri karena pengungkapan diri dapat terjadi jika target dipersepsikan menunjukkan niat baik dan dapat dipercaya (Jourard, 1964). Rosenberg dan Wylie mengatakan individu dengan harga diri tinggi menunjukkan ciri yang berlawanan dari individu dengan

harga diri rendah, karena mereka aktif dan dapat merasa nyaman dalam berinteraksi (Michener dan DeLamater, 1999). Mathews (1993) menambahkan bahwa individu dengan harga diri tinggi dapat menerima dirinya dan mengizinkan orang lain mengetahui apa yang dipikirkan dan dirasakan. Kesiapan membuka diri kepada orang lain tersebut merupakan indikasi dari pengungkapan diri yang tinggi, dengan demikian nampak bahwa harga diri tinggi menyebabkan pengungkapan diri yang tinggi pula. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian oleh Sari, dkk (2006) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan pengungkapan diri yang berarti semakin tinggi harga diri, maka semakin tinggi pula pengungkapan diri.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *self esteem* dengan *self disclosure* pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya pengguna jejaring sosial *blackberry messenger*, didapatkan hasil yang positif dan signifikan. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *self esteem* individu maka semakin tinggi tingkat *self disclosure* yang dialami individu tersebut. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat *self disclosure* yang dimiliki individu maka semakin tinggi juga tingkat *self esteem* individu tersebut. Jadi didapatkan simpulan bahwa terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *self disclosure* pengguna jejaring sosial *blackberry messenger* pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya.

## Daftar Pustaka

- Bargh, J. A., McKenna, K. Y., & Fitzsimons, G. M. (2002). Can you see the real me? Activation and expression of the "true self" on the Internet. *Journal of social issues*, 58(1), 33-48. Online. <http://smg.media.mit.edu>. Diakses 31 Maret 2015.
- Baumeister, R.F., Tice, D.M., & Hutton, D.G. (1989). Self-presentational motivations and personality differences in self-esteem. *Journal of Personality* 57:547-579. Online. <http://onlinelibrary.wiley.com>, Diakses 25 Maret 2015.
- Boyd, D.M., & Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13 (1), 1-11. Online. <http://jcmc.indiana.edu>, Diakses 18 Maret 2015.
- Burns, R.B. (1993). *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Alih Bahasa: Eddy. Jakarta: Penerbit Arcan.
- Buss, A. H. (1995). *Personality: Temperament, Social Behavior and The Self*. Boston: Allyn and Bacon.
- Devito, Joseph. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Edisi Ke-5. Jakarta: Professional Books.
- \_\_\_\_\_. (2007). *Pearson International Edition: The Interpersonal Communication Book*. New York: Pearson Education, Inc.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Komunikasi Antar Manusia*. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Fazriyati, Wardah. (2013). *Perilaku Di Facebook Cermin Masalah Penerimaan Diri*. Online. <http://health.kompas.com>. Diakses 20 Februari 2015.

- Forest, A. L., & Wood Joanne V. (2012). *When Social Networking Is Not Working: Individuals With Low Self-Esteem Recognize but Do Not Reap the Benefits of Self-Disclosure on Facebook*. Online. <http://www.centenary.edu>. Diakses 17 Maret 2015.
- Fny. (2014). *Kepribadian Bisa Dilihat Dari Postingan Facebook*. Online. <http://www.jpnn.com>. Diakses 20 Februari 2015.
- Joinson, A. N. (2004). Self-esteem, interpersonal risk, and preference for e-mail to face-to face communication. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 472-478. UK: Mary Ann Liebert, Inc.
- Jourard, M.S. (1964). *The Transparent Self: Self Disclosure and Well-Being*. New York: Van Nostrand Reinhold Company.
- Kure, Emanuel. (2015). *Mayoritas Netizen di Indonesia Berusia 18-25 Tahun*. Online. <http://www.beritasatu.com>. Diakses 20 Maret 2015.
- Krasnova, H., Spiekermann, S., Koroleva, K., & Hildebrand, T. (2010). Online social networks: Why we disclose. *Journal of Information Technology*, 25(2), 109-125. Online. <http://www.palgrave-journals.com>. Diakses 17 Maret 2015.
- Matthews, D.W. (1993). *Acceptance of Self and Others*. Online. <http://www.ces.ncsu.edu>. Diakses 3 Maret 2015.
- Michener, H.A & DeLamater, J.D. (1999). *Social Psychology*. Fourth Edition. Orlando: Harcourt Brace College Publishers.
- Mohamad, Ardyan. (2013). *Di 5 Media Sosial ini orang Indonesia Pengguna Terbesar Dunia*. Online. <http://www.merdeka.com>, Diakses 20 Februari 2015.
- Moon, Y. (2000). Intimate exchanges: Using computers to elicit self-disclosure from consumers. *Journal of Consumer Research*, 26(4), 323-339. Chicago: University of Chicago Press.
- Sari Retno P., A. Tri Rejeki, & M. Achmad Mujab. (2006). Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2). Online. <http://ejournal.undip.ac.id>. Diakses 4 Maret 2015.
- Tubbs, Stewart L. & Moss, Sylvia. (1996). *Human Communication: Prinsip-Prinsip Dasar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Velasco-Martin, J. (2013). Exploring Self Disclosure In Online Social Network. *School Of Information and Library Science*. Online. <http://www.cdr.lib.unc.edu>. Diakses 23 Maret 2015.

## ***Self Disclosure dan Trust Pada Pasangan Dewasa Muda yang Menikah dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh***

Ana Suryani, dan Desi Nurwidawati

*Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *This research is aimed to test the correlation between self disclosure and trust among married people experiencing long distance relationship. This research used quantitative method with correlational research design. Participants in this research were 34 people whose spouses are in other cities or overseas with a chance of meeting is no more than once in a month. Participants were selected using snowball sampling. This research used self disclosure and trust scales to collect data and data were analysed using Rank Spearman test. The result shows that coefficient correlation ( $r$ ) is 0,656 and the significance value is 0,000 ( $p>0,05$ ), which means that the hypothesis of this research “there is correlation between self disclosure and trust among adult married people experiencing long distance relationship” is accepted.*

**Keywords:** *self disclosure, trust, long distance relationship.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional. Partisipan penelitian ini berjumlah 34 orang yang memiliki karakteristik berusia dewasa muda yang telah menikah dan sedang menjalani hubungan jarak jauh dengan pasangannya baik luar kota maupun luar negeri dengan intensitas bertemu setidaknya satu kali perbulan. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *snowball sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen skala *self disclosure* dan skala *trust*. Analisis data yang digunakan adalah *Rank Spearman test*. Hasil analisis koefisien korelasi menunjukkan ( $r$ ) sebesar 0,656 dan nilai signifikansi 0,000 ( $p>0,05$ ), artinya analisis tersebut menunjukkan bahwa hipotesis “ada hubungan *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh” diterima.

**Kata Kunci:** *self disclosure, trust, hubungan jarak jauh.*

Hubungan jarak jauh atau *long distance relationship* merupakan jenis hubungan yang sulit untuk dijalani. Apalagi pada pasangan yang telah menikah. Hubungan jarak jauh atau yang sering disebut *long distance relationship* adalah dimana pasangan dipisahkan oleh jarak fisik yang tidak memungkinkan

adanya kedekatan fisik untuk periode waktu tertentu (Hampton, 2004).

Beberapa peneliti menganggap keterpisahan fisik untuk periode waktu tertentu sebagai salah satu faktor yang membedakan hubungan jarak jauh dengan hubungan jarak dekat. Hubungan jarak jauh pada pasangan yang telah menikah

---

*Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Ana Suryani melalui email: ana\_psi87@ymail.com*

meningkat pesat dalam kebudayaan barat. Menurut *The former center for the study of long distance relationships*, 2,9% dari pernikahan yang ada di Amerika Serikat menjalani hubungan jarak jauh pada tahun 2005. Satu dari sepuluh pernikahan dilaporkan mengalami hubungan jarak jauh pada tiga tahun pertama, ini berarti pada tahun 2005 sekitar 3.569.000 juta orang di Amerika Serikat terlibat dalam hubungan jarak jauh. Data ini menunjukkan peningkatan, dimana pada tahun 2000 di Amerika hanya ada 839.000 orang yang menjalani hubungan pernikahan jarak jauh.

Dukungan teknologi saat ini semakin berkembang, namun pada pasangan jarak jauh tetap tidak terlepas dari tantangan-tantangan yang harus dihadapi. Tantangan tersebut antara lain berkurangnya kontak tatap muka, tidak dapat mengamati langsung apa yang dilakukan pasangan, keterbatasan komunikasi, rasa curiga dan cemburu akibat besarnya kemungkinan pasangan tidak setia, serta sulit menyelesaikan masalah dalam jarak (Aylor, 2003). Masalah-masalah seperti ini adalah masalah yang paling banyak terjadi pada hubungan jarak jauh. Dainton & Aylon (2001) juga mengungkapkan bahwa adanya ketidakpastian hubungan lebih mungkin terjadi dalam hubungan jarak jauh karena jarak fisik merupakan sumber utama dalam ketidakpastian suatu hubungan. Aylor (2003) juga menambahkan bahwa hubungan jarak jauh dipercaya dapat menghasilkan kepuasan hubungan yang rendah. Kepuasan hubungan yang rendah dalam hubungan jarak jauh dapat menyebabkan stress, strategi penyelesaian masalah yang kurang efektif diantara pasangan, dan menurunnya tingkat kepercayaan pada pasangan (Lee-Ji-Yeon, 2012).

Maraknya kasus perceraian yang disebabkan oleh hubungan jarak jauh, ketidakharmonisan dalam keluarga, dan kurangnya komunikasi juga menjadi

tantangan tersendiri bagi pasangan hubungan jarak jauh. Berita yang dimuat dalam media *online* *LensaIndonesia.com* pada Senin, 17 Desember 2012 dimana pemicu timbulnya perceraian tertinggi di kabupaten Pacitan menurut PA (Pengadilan Agama) Pacitan adalah disebabkan karena hubungan jarak jauh atau karena salah satu pihak pergi, dalam hal ini tercatat ada 387 perkara dari jumlah 1028 perkara cerai yang diajukan.

Banyuwangi merupakan kabupaten dengan tingkat perceraian yang menempati urutan kedua secara nasional. Setiap hari ada sekitar 500 kasus angka perceraian yang diproses. Penyebab tingginya perceraian di Kabupaten Banyuwangi menurut pengamat sosial, adalah disebabkan banyaknya TKI atau tenaga kerja Indonesia khususnya wanita yang bekerja ke luar negeri sehingga muncul ketidakharmonisan keluarga hingga perselingkuhan ([www.dprd.jatim.go.id](http://www.dprd.jatim.go.id)).

Berita yang dimuat di *beritajatim.com* pada tanggal 14 Januari 2015 juga mengungkapkan data perceraian di Banyuwangi yang terus meningkat. Menurut PA (Pengadilan Agama) Kabupaten Banyuwangi pada tahun 2014, Banyuwangi mengalami kenaikan angka perceraian, dari 6.930 pada tahun 2013 menjadi 7.106.

Menurut Musdalifah (2012) Indonesia adalah salah satu Negara dengan tingkat perceraian yang tinggi, sebagian besar penyebab perceraian adalah karena masalah ketidakharmonisan, tidak bertanggung jawab dan masalah ekonomi. Rekapitulasi Badan Peradilan Agama (BPA) tahun 2010, dari 285.184 perceraian, 91.841 kasus karena ketidakharmonisan (perselingkuhan, masalah komunikasi, dan sebagainya), 78.407 karena tidak bertanggung jawab dan 67.891 karena masalah ekonomi.

Usia pernikahan juga sangat mempengaruhi perceraian yang terjadi pada dewasa muda. Menurut Gustafson

(2006) kebanyakan pasangan menikah yang menjalani hubungan jarak jauh diusia pernikahan lebih muda dengan anak yang masih kecil (kurang dari 13 tahun) serta pengalaman akan perpisahan tidak banyak merupakan pasangan yang paling rapuh dibandingkan dengan pasangan yang lebih tua, dimana pasangan yang lebih tua dan mempunyai banyak pengalaman akan perpisahan dengan pasangan lebih dapat beradaptasi terhadap perjalanan dinas karena pekerjaan dan bahkan merasakan periode yang berturut-turut antara perpisahan dan reuni sebagai hal yang sangat menarik.

Secara spesifik, tantangan yang dihadapi oleh pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh dapat menghasilkan sejumlah hal yang negatif, namun tidak sedikit pula pasangan jarak jauh yang berhasil melanggengkan hubungan mereka. Hambatan dalam hubungan jarak jauh memerlukan adanya sikap dan strategi yang tepat. Adapun hasil penelitian yang dilakukan Dainton & Aylon (2001) bahwa kepercayaan (*trust*) menjadi salah satu strategi dalam mengurangi ketidakpastian bagi individu yang sedang membangun hubungan dan menjadi hal yang penting dalam mengurangi ketidakpastian hubungan. Hal tersebut juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kauffman (2000) yang juga menemukan bahwa *trust* merupakan syarat keberhasilan hubungan jarak jauh, dimana banyak respondennya yang meyakini *trust* sebagai kekuatan hubungan mereka.

Hasil penelitian yang dilakukan Gonzales (2011) menunjukkan bahwa kepercayaan (*trust*) merupakan prediktor dalam kepuasan hubungan jarak jauh. Hal ini dikarenakan seseorang tidak dapat mengobservasi secara langsung perilaku pasangannya, sehingga dibutuhkan kepercayaan dalam menjalani hubungan jarak jauh tersebut.

Menurut Johnson & Johnson (2012) *trust* atau kepercayaan merupakan aspek

dalam suatu hubungan dan secara terus menerus berubah serta bervariasi yang dibangun melalui rangkaian tindakan *trusting* dan *trustworthy*. *Trusting* adalah kemauan untuk mengambil resiko terhadap akibat yang baik ataupun buruk, sedangkan *trustworthy* adalah perilaku yang melibatkan penerimaan terhadap kepercayaan orang lain. Elemen kepercayaan yang paling penting adalah keterbukaan dan saling berbagi (Johnson & Johnson, 2012).

Nugroho (2013) yang mengungkapkan bahwa *self disclosure* atau keterbukaan diri dapat membangun keakraban dalam kelompok atau dalam upaya mengatasi konflik, dimana pihak yang terlibat konflik berusaha melakukan pengungkapan diri dan mengajak lawan konfliknya untuk melakukan hal yang serupa yang bisa dibangun saling percaya dan akhirnya saling membuka diri. Johnson (dalam Gainau, 2009) menjelaskan bahwa seseorang yang mampu dalam membuka diri (*self disclosure*) terbukti mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Hasil penelitian yang lain sama juga mengungkapkan bahwa keterbukaan akan mempengaruhi komunikasi, harapan, dan pada akhirnya berakibat pada hubungan interpersonal serta membuat seseorang berkeinginan untuk berbagi informasi dan berkomunikasi, dan hal ini pada akhirnya akan memunculkan kepercayaan (Overwalle & Heylighen, 2006)

Menurut Devito (2011), *self disclosure* adalah suatu jenis komunikasi, yaitu pengungkapan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan. Person (Gainau, 2009) mengartikan *self disclosure* sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain secara sukarela dan disengaja untuk maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya.

Orang yang menjalin hubungan percintaan memiliki *self disclosure* yang cukup signifikan satu sama lain. Melalui *self disclosure*, seseorang akan lebih mengenal diri sendiri, memiliki keintiman hubungan dengan orang lain, lebih mampu menghadapi masalah yang ada karena memperoleh dukungan dan memiliki cukup energi karena, dengan tidak menyimpan rahasia maka beban yang ditanggung pun akan terasa lebih ringan (Devito, 2011).

Pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh perlu memiliki strategi positif untuk dapat terus melanggengkan hubungan mereka agar dapat melewati segala hambatan-hambatan yang ada. Adanya *self disclosure* antar pasangan maka akan mengurangi hambatan dan tantangan dan akan muncul kepercayaan (*trust*) antar pasangan.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan *self disclosure* dengan *trust* pada dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh.

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional untuk mengungkap hubungan *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh.

Penelitian ini melibatkan 34 orang dewasa muda yang telah menikah dan menjalani hubungan jarak jauh dengan pasangannya. Teknik pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan teknik *snowball sampling*. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Bulurejo, Kecamatan Purwoharjo, Banyuwangi.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala *self disclosure* dan skala *trust* dengan menggunakan model skala likert. Skala *self disclosure* pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek *self disclosure* yang dikemukakan oleh Devito (2011). Skala *trust* pada penelitian ini

disusun berdasarkan komponen-komponen *trust* yang dikemukakan oleh Johnson & Johnson (2012).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data *rank spearman correlation* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. *Rank spearman correlation* digunakan dalam penelitian ini karena jumlah sampel yang sangat sedikit. Analisis dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS versi 21.00 for windows*.

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan analisis data menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi dari kedua variabel sebesar 0,656 dan nilai signifikansi atau probabilitasnya sebesar  $(p)=0,000$  ( $p<0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh.

Hasil utama dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh. Hal tersebut senada dengan Nugroho (2013) yang mengungkapkan bahwa *self disclosure* atau keterbukaan diri dapat membangun keakraban dalam kelompok atau dalam upaya mengatasi konflik, dimana pihak yang terlibat konflik berusaha melakukan pengungkapan diri dan mengajak lawan konfliknya untuk melakukan hal yang serupa. Selanjutnya, bisa dibangun saling percaya dan akhirnya saling membuka diri.

Fenomena yang terjadi pada penelitian ini mengungkapkan bahwa dalam menjalani hubungan jarak jauh, diperlukan strategi komunikasi dan adanya keterbukaan yang tepat kepada pasangan sehingga segala hambatan dan masalah dalam menjalani hubungan jarak jauh seperti adanya keterbatasan komunikasi, rasa curiga dan cemburu akibat besarnya

kemungkinan pasangan tidak setia, serta sulit menyelesaikan masalah dalam jarak dapat diselesaikan dengan baik dengan adanya kepercayaan terhadap pasangan. Kecanggihan teknologi dan mudahnya berkomunikasi melalui berbagai media sosial juga dimanfaatkan oleh para pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh ini sebagai cara melanggengkan hubungan mereka dan dengan cara tersebut dapat meningkatkan keterbukaan mereka satu sama lain sehingga timbul *trust* (kepercayaan) mereka terhadap pasangan.

Pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh, kurangnya kehadiran pasangan secara fisik membuat frekuensi untuk melakukan komunikasi verbal juga jarang dilakukan, sehingga keterbukaan diri (*self disclosure*) menjadi salah satu komponen yang sangat penting untuk meningkatkan keintiman dalam hubungan mengingat komunikasi mereka yang sangat terbatas. Hasil penelitian Falk dan Wagner (2001) menemukan bahwa *self disclosure* yang progresif akan meningkatkan kesempatan perkembangan sebuah hubungan untuk menjadi lebih intim lagi.

Komunikasi yang baik dengan pasangan ditengah keterbatasan waktu dan saling mengungkapkan apa yang mereka rasakan akan semakin mempererat hubungan dan semakin dapat meningkatkan kepercayaan (*trust*) diantara pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh tersebut. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Laurenceau dan Barret (2005) juga menemukan bahwa *self disclosure* dan keterbukaan pasangan merupakan dua hal yang dapat mempengaruhi kedekatan antara suami dan istri dan respon yang diberikan istri atau suami terhadap apapun yang disampaikan oleh pasangannya akan dapat memberikan dampak terhadap kesediaan pasangan tersebut untuk lebih terbuka terhadap pasangannya. Adanya komunikasi dan keterbukaan antar pasangan, akan terbentuk kepercayaan antar keduanya. Hal

yang sama juga diungkapkan oleh Derlega, Metts, Petrinoi dan Margulis (dalam Seccombe dan Warner, 2004) bahwa *self disclosure* dapat meningkatkan komunikasi dan hubungan yang baik, meningkatkan kepercayaan terhadap pasangan serta keintiman yang berperan besar terhadap peningkatan kepuasan hubungan perkawinan. Hasil penelitian tersebut menguatkan bahwa ada hubungan antara *self disclosure* dan *trust*.

*Trust* merupakan kunci keberhasilan dalam suatu hubungan setelah adanya komunikasi dan keterbukaan. Hasil penelitian yang lain dilakukan Gonzalez (2011) yang menyebutkan bahwa *trust* (kepercayaan) terhadap pasangan merupakan elemen yang terpenting terutama pada hubungan jarak jauh. Kauffman (2000) juga melakukan riset tentang *trust* dan menemukan bahwa kepercayaan (*trust*) merupakan syarat dalam keberhasilan hubungan jarak jauh, dimana banyak respondennya yang meyakini bahwa kepercayaan sebagai kekuatan hubungan mereka. Kepercayaan yang tinggi membuat individu cenderung memegang harapan yang optimis terhadap motif dari pasangannya, membuat penilaian yang positif terhadap perilaku pasangannya, dan terbuka pada hal-hal baru (Simpson, 2007).

Menurut Rakhmat (2009) ada tiga faktor yang berhubungan dengan *trust* (kepercayaan) yaitu, karakteristik dan maksud orang lain, hubungan kekuasaan, serta sifat dan kualitas komunikasi. komunikasi yang terbuka, maksud dan tujuan sudah jelas, dan ekspektasi sudah dinyatakan, maka akan tumbuh sikap percaya.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Overwalle & Heylighen (2006) yang mengungkapkan bahwa keterbukaan akan mempengaruhi komunikasi, harapan, dan pada akhirnya berakibat pada hubungan interpersonal serta membuat seseorang



berkeinginan untuk berbagi informasi dan berkomunikasi, dan hal ini pada akhirnya akan memunculkan kepercayaan.

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh, didapatkan hasil yang positif dan

signifikan. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *self disclosure* individu maka semakin tinggi tingkat *trust*nya dan sebaliknya, semakin tinggi tingkat *trust* yang dimiliki individu maka semakin tinggi juga tingkat *self disclosure* individu tersebut. Jadi didapatkan simpulan bahwa terdapat hubungan antara *self disclosure* dengan *trust* pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh.

### Daftar Pustaka

- Aylor, B. A. (2003). Maintaining Long-Distance Relationships. In Canary, D. J., & Dainton, M (Eds.). *Maintaining relationships through communication: relational, contextual, and cultural variations* (pp: 127-134). Online. <http://www.lasalle.edu>. Diakses 17 November 2014.
- Ardianto, A. F. (2015). *Angka Perceraian di Banyuwangi Naik*. Online. <http://m.beritajatim.com>. Diakses 25 Juli 2015.
- Dainton, M. & Aylon, Brooks. (2001). A Relational Uncertainty Analysis of Jealousy, Trust, and Maintenance in Long-Distance Versus Geographically Close Relationships. *Communication Quarterly*, 49 (2), 172-188. Online. <http://www.researchgate.net>. Diakses 20 November 2014.
- Devito, Joseph. (2011). *Komunikasi Antar manusia*. (Alih Bahasa : Agus Maulana). Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Falk, D.R., & Wagner, P.N. (2001). Intimacy of self disclosure and response processes as factors affecting the development of interpersonal relationships. *The Journal of Social Psychology*, 125 (5), 557-570. Online. [www.tandfonline.com](http://www.tandfonline.com). Diakses 6 Juni 2015.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan diri (*self disclosure*) siswa dalam perspektif budaya dan implikasinya bagi konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33 (1), 95-112. Online. <http://puslit2.petra.ac.id>. Diakses 17 November 2014.
- Gonzalez, C. (2011). Personal and Perceived Partner Commitment and Trust as Predictors of Relationship Satisfaction in Long-Distance and Proximally Close Dating Relationships of Graduate Students. *Dissertation*. Online. <http://digitaldu.coalliance.org>. Diakses 20 November 2014.
- Guldner. (2014). *Long Distance Relationship Frequently Asked Questions*. Online. <http://www.longdistancerelationships.net>. Diakses 15 November 2014.
- Gustafson, P. (2006). Work-related travel, gender, and family obligations. *Work, employment and society*, 20 (3), 513-530. Online. <http://wes.sagepub.com>. Diakses 5 Maret 2015.
- Hamptom, JR.P. (2004). *The effect of communication on satisfaction in*

- long distance and proximal relationship of college students.* LA: Psychology Loyola University N.O.
- Johnson, D & Johnson, F. (2012). *Dinamika Kelompok Teori dan Keterampilan.* (Alih Bahasa : Theresia, SS). Jakarta: PT INDEKS.
- Kauffman, M. H. (2000). Relational Maintenance in Long-Distance Relationships: Staying Close. *Thesis.* Online. <http://scholar.lib.vt.edu>. Diakses 16 November 2014.
- Laurenceau, J. P., & Barrett. 2005. The Interpersonal Process Model of Intimacy in Marriage: A Daily-Diary and Multilevel Modeling Approach. *Journal of Family Psychology, 19* (2), 314–323. Online. <http://www.affective-science.org>. Diakses 6 Juni 2015
- Lee, Y. J & Pistole, M. C. (2012). Predictor of Satisfaction Geographically Close and Long Distance Relationships. *Journal of Counseling Psychology, 59* (2), 303-313. Online. <http://www.shu.edu>. Diakses 16 November 2014.
- Mangundjaya, W. L. H. (2012). Peran Kepercayaan, Keterbukaan dan Sinergi pada proses integrasi Merger dan Akuisisi (Studi pada perusahaan BUMN). *Proceedings Temu Ilmiah Ikatan Psikologi Sosial.* Pekanbaru, 2-4 November 2012. Online. <http://staff.ui.ac.id>. Diakses 5 Maret 2015.
- Musdalifah. (2012). *Menyelamatkan Keluarga Indonesia.* Online. <http://www.riau.kemenag.go.id>. Diakses 15 Januari 2015.
- Nugroho, D. A. (2013). Self Disclosure Terhadap Pasangan Melalui Media Facebook di Tinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Online Psikologi, 01* (02). Online. <http://ejournal.umm.ac.id>. Diakses 15 November 2014.
- Overwalle, FV & Heylighen, F (2006), Talking nets: a multiagent connectionist approach to communication and trust between individuals. *Psychological Review, 113* (3), 606-627. Online. [www.vub.ac.be](http://www.vub.ac.be). Diakses 15 Maret 2015.
- Rachma. (2012). “Long Distance Relationship” Jadi Penyebab Tingginya Perceraian. Online. <http://www.lensaindonesia.com>. Diakses 15 Januari 2015
- Rakhmat, J. (2009). *Psikologi Komunikasi.* Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Seccombe, K., & Rebecca, L. W. (2004). *Marriage and Families: Relationships in social context.* Belmont: Thomson Learning Inc.
- Simpson, Jeffrey A. (2007). Psychological Foundation of Trust. *Association for Psychological Science, 16* (5). Online. <https://apps.cla.umn.edu>. Diakses 16 November 2014.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D).* Bandung : Alfabeta
- Tri. (2015). *Memprihatinkan, Banyuwangi Posisi Kedua Nasional Angka Perceraian.* Online. <http://dprd.jatimprov.go.id>. Diakses 25 Juli 2015.

/

## **Pengaruh *Mind Control Training* Terhadap Peningkatan Konsentrasi Pada Atlet Putri UKM Bola Voli Unesa**

Nofy Ongko<sup>1</sup>, dan Miftakhul Jannah  
*Program Studi Psikolog Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *The study was aimed to determine the effect of Mind Control Training on concentration among female athletes of a volleyball student club in Universitas Negeri Surabaya (Unesa). This study used a quasi-experimental method with untreated control group design with dependent pretest and posttest samples. The subjects were sixteen female athletes who were divided into experimental and control groups. Mind Control Training treatment was given only in the experimental group, while the control group was not given any treatment. Data were obtained by performing the pretest and posttest in both groups with using Grid Concentration Exercise. Data were analyzed using wilcoxon test and gain score. The result shows that there is a significant difference between the concentration score before and after treatment in the experimental group (Sig.= 0,012,  $p < 0,05$ ). In addition, the increase in the concentration of female athletes of student activity units volleyball Unesa can be seen from gain score in both groups, the experimental groups had an higher value of gain score than control group (19,875 > 10). This means that the hypothesis of this study is accepted that the Mind Control Training is effective to increase the concentration of female athletes of volleyball student club in Universitas Negeri Surabaya.*

**Keywords:** *Mind control training, concentration, volleyball female athletes.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada pengaruh *mind control training* terhadap peningkatan konsentrasi pada atlet putri unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Bola Voli Universitas Negeri Surabaya (Unesa). Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental* dengan *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples*. Subjek penelitian ini berjumlah enam belas atlet putri yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perlakuan berupa *Mind Control Training* hanya diberikan kepada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun. Data diperoleh melalui *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok menggunakan *Grid Concentration Exercise*. Analisis data menggunakan uji wilcoxon dan *gain score*. Hasil analisis uji wilcoxon menunjukkan terdapat perbedaan skor konsentrasi antara sesudah dan sebelum perlakuan *Mind Control Training* pada kelompok eksperimen (Sig.= 0,012,  $p < 0,05$ ). Selain itu, peningkatan konsentrasi pada atlet putri UKM Bola Voli Unesa dapat dilihat dari nilai *gain score* pada kedua kelompok, nilai *gain score* pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan nilai *gain score* pada kelompok kontrol (19,875 > 10). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima, yaitu *Mind Control Training* berpengaruh terhadap peningkatan konsentrasi pada atlet putri UKM Bola Voli Universitas Negeri Surabaya.

**Kata Kunci:** *Mind control training, konsentrasi, atlet putri bola voli.*

Olahraga merupakan suatu bentuk permainan yang terorganisir dan bersifat kompetitif (Husdarta, 2011). Olahraga tidak hanya mencakup aspek fisik saja tetapi juga mencakup aspek psikologis seseorang. Hal tersebut tertuang dalam deklarasi *International Council of Sport and Physical Education*, yang menyatakan bahwa olahraga adalah setiap kegiatan fisik yang bersifat permainan dan yang berupa perjuangan terhadap diri sendiri atau orang lain atau terhadap kekuatan-kekuatan alam tertentu (Moelock, 1984).

Pada dasarnya, olahraga memiliki banyak jenisnya ada bola basket, bola voli, sepak bola, renang, bela diri, dan lain sebagainya (Tim Musyawarah Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kota Kediri, 2012). Olahraga bola voli merupakan salah satu jenis olahraga yang digemari oleh para mahasiswa dalam lingkup Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Unesa. Bola voli merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu dan masing-masing regu terdiri atas enam orang pemain (Tim Musyawarah Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kota Kediri, 2012). Setiap regu berusaha agar dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangan melewati bagian atau jaring atau *net* dan mencegah pihak lawan dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangannya (Tim Musyawarah Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kota Kediri, 2012).

Olahraga bola voli ini menuntut setiap atlet menguasai *servis*, *passing*, mengumpan (*set-up*), *smash*, dan membendung bola (*blocking*). Tentunya untuk melakukan serangkaian teknik-teknik andalan tersebut, para atlet bola voli memerlukan tingkat konsentrasi yang tinggi. Kemampuan konsentrasi memegang kontribusi yang besar bagi atlet untuk mengerahkan seluruh kemampuan dan

keterampilannya untuk memenangkan suatu pertandingan yang diikutinya.

Nideffer dan Sagal (2006) menjelaskan bahwa konsentrasi merupakan perubahan yang konstan yang berhubungan dengan dua dimensi yaitu dimensi luas atau *width* (*broad* atau *narrow*) dan dimensi pemusatan atau *focus* (*internal* atau *external*). Lebih lanjut lagi, Nideffer dan Sagal (2006) membagi konsentrasi menjadi empat jenis yaitu *broad-external*, *broad-internal*, *narrow-internal*, dan *narrow-external*. Olahraga bola voli merupakan jenis olahraga yang membutuhkan pergerakan yang cepat sehingga membutuhkan dua jenis konsentrasi yaitu *broad-external* ketika mengamati lingkungan sekitar seperti melihat celah serta pertahanan dan posisi lawan lalu *narrow-external* ketika melakukan *smash*, *servis*, *blocking*, *set-up*, dan *passing* (Nideffer, 2000; Zep lin, dkk, 2014).

Proses *shifting* atau perpindahan konsentrasi dari *broad-external* ke *narrow-external* yang dilakukan oleh atlet bola voli tidaklah mudah. Hal tersebut terlihat dalam observasi tanggal 15 September 2015 dimana atlet UKM Bola Voli Unesa mengalami kejadian seperti 1) ketika *tosser* memberikan kode "*bola open*" pada *spiker*, namun tidak menghiraukan; 2) *cover* tidak langsung mengambil posisinya di belakang *block*, padahal waktu itu *cover* seharusnya ada di belakang *block*; 3) *servis* pada saat mengumpan terkadang tidak tepat; 4) *miss* komunikasi saat mengumpan bola antar anggota, jadi semisal A mengumpan ke B dengan memberikan kode tapi B tidak langsung bergerak menerima bola yang diumpankan kepadanya; dan 5) tidak tepat saat memukul atau menerima bola.

Berdasarkan hasil wawancara pada enam atlet yang usai berlatih, mereka menyatakan apa yang terjadi disebabkan oleh 1) turunnya stamina atlet putri yang menyebabkan kelelahan tak dapat terelakkan; 2) pikiran kacau yang ada

dalam diri atlet; 3) tangan mengepal dengan sendirinya sehingga gerakan menjadi berantakan; 4) sorakan dari penonton; 5) anggapan lawan sangat kuat dan tangguh; 6) poin-poin kritis lawan lebih unggul.

Fenomena diatas dapat dijelaskan dengan mengacu pada teori Nideffer dan Sagal (2006), sehingga dapat diperoleh penjelasan mengenai *shifting* atau perpindahan konsentrasi pada atlet putri UKM Bola Voli Unesa. Fenomena pertama ketika "*tosser* memberikan kode '*bola open*' pada *spiker* dan tidak dihiraukan", pada saat itu *spiker* sedang mengamati lingkungan sekitar (*broad-external*) namun, *spiker* mengalami kegagalan konsentrasi yaitu saat *tosser* memberikan kode "*bola open*" (harusnya berpindah ke *narrow-external* tetapi masih di *broad-external*). Konsentrasi atlet yang masih berada di *broad-external* padahal seharusnya sudah berpindah ke *narrow-external* ini juga terjadi di fenomena selanjutnya.

Wilson, dkk (2006) dan Komarudin (2013) menjelaskan bahwa kegagalan *shifting* atau perpindahan konsentrasi atlet ini disebabkan oleh dua stimuli yaitu stimuli eksternal (sorakan penonton, poin-poin kritis) dan stimulus internal (turunnya stamina, pikiran kacau, mengepalnya tangan dengan sendirinya, dan anggapan lawan lebih kuat). Kesimpulan yang diperoleh berdasarkan fenomena yang terjadi adalah penurunan konsentrasi dimana atlet tidak bisa konsentrasi pada satu informasi relevan pada saat *shifting* atau perpindahan konsentrasi (Cox, 2002).

Penurunan konsentrasi merupakan masalah serius dalam pertandingan. Pencapaian prestasi yang gemilang, tidak hanya dipengaruhi faktor fisik dan teknik saja, melainkan faktor psikologis seperti konsentrasi juga mengambil peran penting (Adisasmito, 2007). Menurut Nideffer (2002) cara yang digunakan untuk mengatasi gangguan psikologis seperti

penurunan konsentrasi menggunakan *mental training*. Penggunaan *mental training* yang baik, akan memberikan dampak positif bagi atlet yang berlatih dan bertanding (Wilson, dkk, 2006).

Wilson, dkk (2006) menjelaskan bahwa *mental training* yang digunakan untuk meningkatkan konsentrasi jenis *Narrow* yaitu menggunakan *cue word* atau *picture*. *Cue word* merupakan bentuk *statement* yang ditujukan ke atlet sendiri yang membantu untuk terfokus kembali (Hedstrom, 2015). *Picture* dalam hal ini bukan berarti gambar yang ada dalam kertas melainkan suatu visualisasi yang diciptakan oleh atlet (Zep lin, dkk, 2014). Visualisasi ini penting karena mereka menyediakan informasi eksternal yang dibutuhkan atlet ketika perpindahan konsentrasi (Nideffer, 2000). Visualisasi ini meliputi gambaran masa lalu atlet mengenai kejadian-kejadian yang serupa di masa sekarang (Gelinas dan Chandler, 2006).

Nideffer (2000) menambahkan *kinesthetic feedback* agar atlet lebih mudah dalam melakukan perpindahan konsentrasi. *Kinesthetic feedback* ini diperlukan agar atlet mengenali bentuk perasaan. Semakin positif perasaan atlet, maka akan semakin cepat atlet untuk berpindah konsentrasi dan tidak membutuhkan banyak waktu untuk menganalisis karena perasaan atlet sudah yakin (Nideffer dan Sagal, 2006).

Salah satu bentuk *mental training* yang menggabungkan antara *cue word*, visualisasi, dan *kinesthetic feedback* adalah *Mind Control Training*. *Mind* merupakan kunci utama dalam sebuah pertandingan. Atlet dengan *mind* yang baik atau tenang, maka tubuh akan mampu menampilkan kemampuan terbaik (Nideffer, 2000). *Mind Control Training* yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada *Silva Method* dimana dalam *Silva Method* ini menekankan pada proses meditasi, visualisasi, hipnosis, *positive thinking*, dan

intuisi atau *Extra Sensory Preception* (Silva, 2007; Dyar, 2012).

Langkah-langkah *Mind Control Training* ini dibagi menjadi tiga tahap (Silva, 2007). Tahap pertama adalah meditasi, visualisasi, dan *cue word*. Tahap pertama ini diperlukan sebagai relaksasi agar atlet merasa tenang dan nyaman sebelum memasuki gelombang *alpha* di tahap kedua. Subjek yang memasuki tahap kedua ini memperoleh hipnosis, visualisasi, dan *positive thinking*. Pada tahap inilah subjek memasuki gelombang *alpha* untuk melakukan pemrograman ulang tentang konsentrasi (Navis, 2013).

Indikator bahwa seseorang memasuki gelombang *alpha* adalah matanya tertutup (Zhuang, dkk, 2009; Bazanova, 2012; Hurless, dkk, 2013), tidak tertidur dan tetap terjaga (Hurless, dkk, 2013), dalam keadaan rileks yang meliputi nafas dan denyut nadinya teratur serta telapak kaki terbuka ketika duduk selanjor (Zhuang, dkk, 2009; Hurless, dkk, 2013), mudah mendengarkan suara (Amini, dkk, 2014), dan gerak tubuh minim (Hurless, dkk, 2013; Amini, dkk, 2014). Ketika atlet memasuki gelombang *alpha*, disinilah *positive thinking*, visualisasi diberikan beserta *kinesthetic feedback*. *Positive thinking* dalam hal ini berfungsi untuk mengubah pikiran-pikiran negatif atlet selama bertanding. *Extra Sensory Preception* digunakan untuk mengoptimalkan kerja otak kanan melalui visualisasi dan *kinesthetic feedback*. Karena ciri khas dari *Silva Method* ini adalah menggunakan otak kanan (Silva, 2007).

Optimalisasi kerja otak kanan ini akan membuat atlet lebih mudah dalam membentuk pikiran kreatif saat melakukan visualisasi dan *kinesthetic feedback* ketika berada dalam gelombang *alpha*. Nugroho (2009) menyatakan bahwa dalam kondisi *alpha*, konsentrasi akan terpusat pada satu hal dalam satu saat, sehingga atlet dapat berkonsentrasi pada dirinya sendiri.

Pemusatan konsentrasi ini berguna untuk menyeleksi perhatian pada saat menjelang pertandingan sehingga atlet dapat berkonsentrasi saat bertanding (Langenati dan Jannah, 2015).

Tahap ketiga yang merupakan tahap terakhir merupakan tahap dimana atlet mulai tersadar kembali dari gelombang *alpha* dan mulai terfokus kembali. Silva (2007) menjelaskan bahwa dengan memanfaatkan teknik *Mind Control* dengan benar, maka konsentrasi akan terpelihara lebih baik. Berdasarkan uraian pentingnya manfaat dari *Mind Control* inilah, peneliti mengangkat *Mind Control* sebagai bentuk *training* yang diharapkan mampu meningkatkan konsentrasi atlet putri UKM Bola Voli Universitas Negeri Surabaya (Unesa).

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* dengan *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples*. Desain ini digunakan untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Pengaruh *Mind Control Training* terhadap peningkatan konsentrasi pada atlet putri UKM Bola Voli Unesa dapat dilihat dengan membandingkan tingkat konsentrasi atlet sesudah dan sebelum diberikan perlakuan. Berikut desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel. 1 Desain Eksperimen

NRE	O1	X	O2
NRK	O1	(-)	O2

### Keterangan:

- NRE = Kelompok Eksperimen
- NRK = Kelompok Kontrol
- O1 = *Pretest*
- O2 = *Posttest*
- X = Perlakuan (*Mind Control Training*)
- (-) = Tidak diberi perlakuan

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet putri UKM Bola Voli Unesa yang berjumlah 50 atlet putri. Teknik *sampling*

yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan kriteria sebagai berikut: Terdaftar secara aktif sebagai anggota unit mahasiswa bola volley Unesa; berjenis kelamin perempuan; tergolong dalam tingkat konsentrasi sangat kurang hingga cukup; bersedia mengisi *informed consent* dan menjalani perlakuan dalam penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut, 16 atlet putri UKM Bola Voli Unesa berhasil dipilih menjadi sampel. 16 atlet putri UKM Bola Voli Unesa ini kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi. Observasi dalam penelitian ini digunakan untuk mengamati jalannya proses pemberian perlakuan dan proses subjek penelitian memasuki gelombang *alpha* di tahap pemrograman dalam *Mind Control Training*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini *Grid Concentration Exercise* untuk mengetahui tingkat konsentrasi atlet saat *pretest* dan *posttest*. *Grid Concentration Exercise* dalam penelitian ini diadopsi dari Harris dan Harris (1984).

Pada penelitian ini menggunakan statistik non parametrik dengan teknik analisis data adalah uji wilcoxon dan *gain score* dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 20.0 for windows.

### Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil *pretest* dan *posttest* kedua kelompok sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

N	Eksperimen				N	Kontrol			
	S	Pr	Po	G		S	Pr	Po	G
1	JLR	5	21	16	1	ODS	4	11	7
2	JIS	6	16	10	2	ADA	8	10	2
3	AJE	5	23	18	3	CFA	4	7	3
4	UFJ	10	20	10	4	OND	10	11	11
5	LAF	9	15	6	5	LSH	9	13	4
6	KHA	9	26	17	6	PAG	9	9	9
7	INA	11	20	9	7	PEF	11	7	4

8	DOD	12	18	6	8	ADD	12	12	0
<b>Rerata</b>		8,375	19,875	11,5	<b>Rerata</b>		8,375	10	1,625

#### Keterangan

- N = Nomor
- S = Subjek
- Pr = Nilai *Pretest*
- Po = Nilai *Posttest*
- G = Nilai *Gain Score*

Berdasarkan hasil di atas diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan *Mind Control Training*, rerata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu  $X_{KE} = X_{KK} = 8,375$  berarti tidak mempunyai selisih. Jadi dapat di asumsikan bahwa kedua kelompok mempunyai tingkat konsentrasi yang sama. Pemberian perlakuan berupa *Mind Control Training* pada kelompok eksperimen menyebabkan terjadi perubahan yang signifikan pada hasil *posttest* dari 8,375 menjadi 19,875. Pada kelompok kontrol yang tanpa diberikan perlakuan apapun tidak menunjukkan perubahan yang signifikan pada hasil *posttest* dari menjadi 8,375 menjadi 10.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh hasil statistik yang menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan berupa *Mind Control Training* pada kelompok eksperimen nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,012 lebih kecil dari nilai probabilitas sebesar 0,05. Berarti dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan, sehingga hipotesis peneliti diterima dimana ada pengaruh *Mind Control Training* terhadap peningkatan konsentrasi pada atlet putri UKM Bola Voli Unesa.

### Pembahasan

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *Mind Control Training* sebagai *mental training* yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi atlet ini selaras dengan pendapat Sholichah dan Jannah (2015) yang menyatakan bahwa metode *training* merupakan metode yang efektif

untuk pengembangan sumber daya manusia tak terkecuali untuk atlet. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Ivancevich, dkk (2007) yang menyatakan bahwa *training* merupakan sebuah proses sistematis untuk mengubah seseorang atau sekelompok dalam usaha meningkatkan kinerja. Bentuk *mental training* yang diberikan dalam penelitian ini adalah *Mind Control Training* yang mengacu pada *Silva Method*. *Silva Method* ini meliputi konsep meditasi, visualisasi, hipnosis, dan *positive thinking* (Silva, 2007; Dyar, 2012). Bentuk *Mind Control* dalam metode ini terjadi pada tahap pemrograman ketika subjek mengontrol pikirannya tentang stimulus internal dan eksternal yang mempengaruhi konsentrasi.

Wilson, dkk (2006) menjelaskan bahwa konsentrasi adalah suatu kemampuan untuk memfokuskan perhatian pada satu tugas dan tidak terganggu oleh stimulus internal dan stimulus eksternal. Stimulus internal dan stimulus eksternal merupakan dua kategori terpisah, tetapi secara terus-menerus dapat mempengaruhi perhatian dan konsentrasi atlet (Wilson, dkk, 2006). Stimulus internal merupakan stimulus yang berasal dalam diri atlet (Komarudin, 2013). Stimulus internal yang dialami oleh subjek penelitian adalah motivasi dalam diri atlet. Menurut Puspaningrum (2013) apabila motivasi dalam diri atlet menurun, maka atlet sendiri akan sulit untuk berkonsentrasi selama pertandingan.

Stimulus kedua yang mempengaruhi konsentrasi atlet adalah stimulus eksternal. Stimulus eksternal merupakan stimulus yang berasal dari luar diri atlet yang diperoleh melalui indera (Komarudin, 2013; Puspaningrum, 2013). Pada penelitian ini, ada dua indera pada subjek penelitian yang memperoleh stimulus sehingga konsentrasi menjadi turun. Pertama adalah indera penglihatan seperti poin-poin kritis, melihat kemampuan lawan yang lebih baik, dan tulisan-tulisan

dari *supporter* lawan. Jika fungsi visual kacau, maka stimulus yang masuk ke dalam proses persepsi tidak akan sempurna, sehingga proses pemilahan di dalam otak sebagai pusat pemrosesan informasi untuk merespon konsentrasi juga akan terganggu (Puspaningrum, 2013). Kedua adalah indera pendengaran seperti ejekan dan sorakan dari *supporter* lawan dan suara pelatih yang menekan. Menurut Puspaningrum (2013) apabila atlet mendengarkan ucapan tersebut biasanya akan timbul reaksi emosionalnya dan tingkat emosi yang tinggi yang akan mengganggu daya konsentrasi serta mengganggu fungsi pendengaran yang pada akhirnya mengacaukan konsentrasi.

Adanya dua stimulus ini, mengganggu proses *shifting* konsentrasi atlet, terutama atlet voli yang menggunakan jenis konsentrasi dari *broad external* (mengamati pergerakan lawan) dan *narrow external* (melakukan serangan, pertahanan, dan sebagainya) (Nideffer dan Sagal, 2006; Wilson, dkk, 2006; Komarudin, 2013). Menurut Wilson, dkk (2006) untuk mengatasi stimulus eksternal, dilakukan dengan cara strategi pengalaman sebelumnya (*previous experience strategy*) untuk mengembangkan konsentrasi dan mengontrol gangguan. *Previous experience strategy* merupakan salah satu bentuk dimana atlet membayangkan pengalaman lalunya dan disertai bagaimana perasaan dan cara menghadapi gangguan (Wilson, dkk, 2006). *Previous experience strategy* ini dapat dilakukan dengan *Mind Control Training* yang mengajarkan subjek penelitian untuk memvisualisasikan pengalaman-pengalaman lalu dan sekarang ketika bertanding dan dilakukan *kinesthetic feedback* tentang bagaimana perasaannya ketika memvisualisasikan pertandingan. Visualisasi dan *kinesthetic feedback* dalam *Mind Control Training* ini dimaksudkan untuk mengatasi berbagai stimulus eksternal yang dapat menurunkan konsen-



trasi atlet (Nideffer dan Sagal, 2006; Wilson, dkk, 2006).

Menurut Nideffer (2000) dan Wilson, dkk (2006) untuk mengatasi stimuli internal diperlukan pikiran yang tenang dalam diri untuk dapat berkonsentrasi kembali. *Mind Control Training* dalam hal ini bertindak sebagai *mental training* yang membuat atlet menjadi rileks melalui tahap meditasi. Atlet dengan keadaan rileks, tenang, dan nyaman ini akan memasuki tahap pemrograman untuk mengubah pikiran-pikiran negatif yang ada pada diri atlet melalui hipnosis dan *positive thinking*.

Pada atlet sudah merasa tenang dan nyaman, dilakukan pengontrolan pikiran mengenai pikiran-pikiran negatif yang dapat mempengaruhi konsentrasi atlet. Contohnya, atlet yang bertanding mengalami trauma karena kekalahan. Di pertandingan berikutnya, atlet tersebut bertemu lagi dengan atlet yang pernah mengalahkannya. Pada saat subjek memasuki tahap pemrograman, atlet diubah pola pikirnya melalui visualisasi untuk membayangkan bagaimana ia mampu mengalahkan atlet serta hipnosis dan *positive thinking* yang digunakan untuk mengubah pikiran, persepsi, atau anggapan negatif menjadi positif seperti menjadikan lawan sebagai motivasi saat bertanding atau menganggap bahwa lawan tidak memiliki kemampuan untuk mengalahkannya. Sistem kerja *Mind Control* dalam tahap pemrograman inilah, membuat atlet mampu mengubah pola pikir negatifnya menjadi positif sehingga dapat mempengaruhi perilakunya saat bertanding

Hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa *Mind Control Training* efektif untuk meningkatkan konsentrasi atlet putri UKM Bola Voli Unesa juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yaitu ketertarikan subjek penelitian dan rutusnya subjek penelitian menjalani *mental training* bersamaan dengan latihan fisik dan teknik.

Hal tersebut terlihat berdasarkan hasil wawancara pada delapan subjek tanggal 23 November 2015, mereka menyatakan belum pernah memperoleh latihan mental *Mind Control Training*. Subjek penelitian menyatakan bahwa mereka pernah mengikuti *mental training* seperti hipnosis, meditasi, dan relaksasi. Berdasarkan wawancara tersebut juga, subjek penelitian mengatakan masih asing dengan *Mind Control Training*, sehingga peneliti memberikan penjelasan (*briefing*) pada tanggal 23 November 2015 pukul 18.00 WIB hingga 18.45 WIB mengenai apa itu *Mind Control Training* sebagai salah satu *mental training* yang memberikan pengaruh besar dalam diri atlet.

Tujuan *briefing* ini adalah supaya subjek penelitian memperoleh gambaran mengenai perbedaan antara *Mind Control Training* dan *mental training* yang pernah diikuti sebelumnya seperti hipnosis, meditasi, relaksasi, dan sebagainya. Berdasarkan hasil *briefing* inilah, subjek penelitian memperoleh gambaran tentang manfaat *Mind Control Training* bagi dirinya dan subjek merasa tertarik untuk mempelajari *Mind Control Training* dengan menyatakan kesediannya untuk mengikuti *mental training* sesuai dengan prosedur peneliti dengan ditandatangani *informed consent*

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi peningkatan konsentrasi dalam penelitian ini adalah setiap kali diberikan perlakuan, subjek penelitian mengimbangi *mental training* tersebut dengan latihan fisik dan latihan teknik. Hal tersebut dimaksudkan agar subjek penelitian merasakan dampak secara langsung dari *Mind Control Training* ketika mereka berlatih. Subjek penelitian dalam penelitian ini rutin melaksanakan latihan mental, fisik, dan teknik selama penelitian, sehingga menimbulkan proses otomatisasi dalam diri subjek penelitian ketika menghadapi kejadian yang serupa dimana subjek penelitian akan terbiasa dan mampu

untuk menangani permasalahan konsentrasi yang ada dalam dirinya.

Temuan dalam penelitian ini sesuai dengan apa yang diungkapkan Silva (2007) bahwa dengan melakukan *Mind Control Training*, seseorang dapat memelihara konsentrasinya lebih baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauzee, dkk (2009); Stankovic, dkk (2011); Shahbazzadegan, Samadzadeh, Abbasi (2013); Baltzell dan Akhtar (2014); dan Jalene dan Wulf (2014) yang mana latihan mental sejenis *Mind Control Training* efektif untuk meningkatkan kemampuan atlet salah satunya adalah konsentrasi.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa dengan *mental training* seperti *Mind Control Training* inilah, atlet dapat mencoba untuk memelihara tingkat konsentrasinya (Silva, 2007; Dyar, 2012). Tingkat konsentrasi yang optimal merupakan salah satu aspek psikologis yang dapat mendukung aspek fisik dan aspek teknik yang dimiliki oleh atlet sehingga atlet mampu untuk mencapai suatu prestasi

yang gemilang (Nideffer, 2000; Wilson, Peper, dan Schmid, 2006; Adisasmito, 2007; Gunarsa, 2008; Komarudin, 2013).

## Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa *Mind Control Training* memberikan efek positif pada peningkatan konsentrasi pada atlet putri UKM Bola Voli Unesa, sehingga *Mind Control Training* terbukti untuk meningkatkan konsentrasi atlet putri UKM Bola Voli Unesa.

Akurasi hasil penelitian ini dapat ditingkatkan dengan memperbaiki prosedur eksperimen berikut. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar menggunakan *single-blind procedure* untuk membatasi pengetahuan subjek mengenai perlakuan yang diberikan atau dengan kata lain, subjek penelitian tidak mengetahui bahwa ia sedang diteliti. Saran lainnya adalah menggunakan desain *true-experiment*, menambah jumlah sampel, dan mempertimbangkan variasi personal seperti tipe kepribadian subjek penelitian.

## Daftar Pustaka

- Adisasmito, L. (2007). *Mental juara modal berprestasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Amini, F., Esteki, M., dan Entezar, R. K. (2014). Relationship between creativity level and the alpha and theta brain wave in neurofeedback baseline. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 3 (4), 287-292.
- Baltzell, A., dan Akhtar V. L. (2014). Mindfulness meditation training for sport (MMTS) intervention: Impact of MMTS with division I female athletes. *The journal of Happiness & Well-Being*, 2 (2), 160-173.
- Bazanova, O. (2012). Comment for current interpretation eeg alpha activity: a review and analysis. *Journal of Behavioral dan Brain Science*, 2, 239-248.
- Cox, R. H. (2002). *Sport psychology: concept and application*. Boston: McGraw-Hill.
- Dyar, L. A. (2012). Pelatihan metode silva. *Silva Indonesia*. diperoleh Oktober 18, 2015, dari <http://www.silvaindonesia.com>.
- Fauzee, M. S. O., Daud, W. R. B. W., Abdulllah, R., dan Rashid, S. A. (2009). The effectiveness of imagery and coping strategies in

- sport performance. *Journal of Social Science*, 9 (1), 97-108.
- Gelinas, R., dan Chandler, K. M. (2006). Research note: psychological skills for successful ice hockey goaltenders. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 8 (2), 64-71.
- Harris, D. V., dan Harris, B. L. (1984). *The athlete's guide to sport psychology: mental skills for physical people*. New York: Leisure Press.
- Hedstrom, R. (2015). Cue statement: staying focused at critical times. *Association for applied sport psychology*. diperoleh Oktober 18, 2015, dari <http://www.appliedsportpsych.org>
- Hurless, N., Mekic, A., Pena, S., Humphries, E., Gentry, H., Nichols, D. F. (2013). Music genre preference and tempo alter alpha and beta human non-musicians. *Impulse: The Premiere Undergraduate Neuroscience Journal*, 1-11.
- Husdarta, H. J. (2011). *Manajemen pendidikan jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Ivancevich, J. M., Konopaske, R., dan Matteson, M. T. (2007). *Organizational behavior and management (7<sup>th</sup> edition)*. Gania, G. (Terj.). Jakarta: Erlangga.
- Jalene, S., dan Wulf, G. (2014). Brief hypnotic intervention increases throwing accuracy. *International Journal of Sport Science & Coaching*, 9 (1), 198-206.
- Langenati, R., dan Jannah, M. (2015). Pengaruh self-hypnosis terhadap konsentrasi pada atlet senam artistik. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 03 (02), 1-6.
- Moeloek, D. (1984). *Kesehatan dan olahraga*. Jakarta: FKUI Press.
- Navis, A. A. (2013). *Hypnoteaching: revolusi gaya mengajar untuk melejitkan prestasi siswa*. Yogyakarta: AR-RUZZ Media.
- Nideffer, R. M. (2000). *The ethics and practice of applied sport psychology*. Ithaca, N. Y.: Movement Publications.
- Nideffer, R. M., dan Sagal, M. (2006). Concentration and attention control training. In William, J. N. (Ed.). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Nugroho, A. (2009). Peningkatan status mental atlet diy dengan mental training. *Jurnal Status Mental*, 1-14.
- Puspaningrum, Q. (2013). *Pengaruh latihan meditasi otogenik terhadap peningkatan konsentrasi latihan: Suatu eskperimen terhadap atlet karate kata kei shin kan bandung* (Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung). Diperoleh dari <http://repository.upi.edu/157/>
- Shahbazzadega, B., Samadzadeh, M., dan Abbasi, M. (2013). The relationship between education of emotional intelligence components and positive thinking with mental health and self-efficacy in female running athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 83, 667-671.
- Sholichah, I. F., dan Jannah, M. (2015). Pengaruh pelatihan quiet eye training terhadap peningkatan konsentrasi pada atlet bulu tangkis. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 03 (02), 1-5.
- Silva, J., dan Bernd, E. (2007). *Jose silva's everyday esp: use your mental powers to succeed in ever*

- aspect of your life*. USA: The Career Press, Inc.
- Stankovic, D., Rakovic, A., Joksimovic, A., Petkovic, E., dan Joksimovic, D. (2011). Mental imagery and visualization in sport climbing training. *APES*, 39 (1), 35-38.
- Tim Musyawarah Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Kota Kediri. (2012). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: SMA semester 1*. Solo: CV. HaKa MJ.
- Wilson, V. E., Peper, E., dan Schmid, A. (2006). Training strategies for concentration. In Williams, J. N. (Ed.). *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance (5th edition)*. Boston: McGraw Hill.
- Zep lin, S., Galli, N., Visek, A. J., Durham, W., dan Staples, J. (2014). Concentration and attention in sport. *SportPsych Works*, 2 (1), 1-2.
- Zhuang, T., Zhao, H., Tang, Z. (2009). A study of brainwave entrainment based on eeg brain dynamics. *Computer and Information Science*, 2 (2), 80-86.

## **Pengalaman Interaksi dan Penyesuaian Sosial Waria: Studi Kasus Waria Yang Tinggal di Gang 'X' Surabaya**

Renyta Ayu Putri dan Muhammad Syafiq<sup>1</sup>  
*Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *The aim of this study was to understand the experience of social interaction and adjustment among transvestites who live in Gang 'X' Surabaya. This qualitative study was a case study. The participants were five transvestites selected using purposive and snowball sampling. Data collected using semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. The result shows four themes namely the perception of social acceptance, the experiences of direct interaction, social adjustment of transvestites and the ways the participants use to overcome problem and difficulties in interaction. In general, the transvestites experience both positive and negative reaction from their neighbours. They also participate actively in direct social interaction and give some contribution. However, they still experience some psychological discomfort that requires them to solve. The participants use emotional focused and problem focused coping to solve the problems.*

**Keywords:** *transvestites, social interactions, social adjustment.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman interaksi dan penyesuaian sosial waria di Pacarkembang Gang 'X' Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Lima waria dipilih sebagai partisipan menggunakan *purposive* dan *snowball sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan wawancara semi-terstruktur dan observasi semi-partisipan dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian ini menunjukkan empat tema yaitu persepsi penerimaan sosial, pengalaman interaksi secara langsung, penyesuaian sosial waria dan strategi mengatasi masalah dan kesulitan berinteraksi. Secara umum, waria mendapatkan reaksi secara positif maupun negatif dari warga sekitar. Mereka juga berpartisipasi aktif dalam interaksi sosial secara langsung dan memberikan kontribusi dalam kegiatan tertentu di kampunya. Namun, mereka masih mengalami beberapa permasalahan yang mengharuskan mereka untuk mengatasinya. Para partisipan menggunakan strategi berfokus pada emosi dan berfokus pada problem dalam rangka mengatasi kesulitan dari lingkungannya.

**Kata Kunci:** waria, interaksi sosial, penyesuaian sosial.

Secara umum manusia terdiri atas laki-laki dan perempuan. Identitas laki-laki atau perempuan ditentukan oleh jenis kelamin dan *gender*. *Gender* merujuk pada sesuatu yang berhubungan dengan jenis kelamin, seperti perilaku, peran, karakteristik kepribadian, kecenderungan,

dan atribut-atribut lain yang dapat mengidentifikasi seseorang menjadi seorang laki-laki atau perempuan (Baron & Byrne, 2004). Sebagian besar individu memiliki identitas *gender* sesuai dengan jenis kelaminnya, laki-laki dengan *gender* maskulin dan perempuan dengan *gender*

---

*Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Renita A. Putri melalui email: renyta.psiko@yahoo.co.id; atau M. Syafiq melalui email: muhammadsyafiq@unesa.ac.id.*

feminin. Beberapa orang memiliki identitas *gender* yang berbeda dari jenis kelamin, menjadikan mereka kaum minoritas (Baron & Byrne, 2004). Inilah yang kemudian menimbulkan sebuah perbedaan atau bahkan masyarakat mengenalnya sebagai abnormalitas orientasi seksual dan identitas *gender*.

Orientasi seksual dan identitas *gender* yang berbeda dengan mayoritas ini lebih dikenal dengan singkatan LGBTI (Lesbian, Gay, Biseksual, *Transgender*, dan Interseksual). Di antara keempat jenis penyimpangan orientasi seksual tersebut, *transgender* menjadi satu-satunya yang masih termasuk dalam jenis gangguan jiwa. *Transgender* masih digolongkan sebagai gangguan jiwa dalam DSM V (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*) yang diakui sebagai pedoman diagnosis gangguan jiwa secara internasional. *Transgender* dalam DSM V termasuk dalam gangguan yang disebut *Gender Dysphoria*, di mana istilah tersebut mengacu pada ketidakpuasan seseorang secara afek maupun kognitif terhadap jenis kelaminnya (APA, 2013).

Di antara pria *transgender* dan wanita *transgender* terdapat perbandingan yang sangat kentara, meskipun belum ada data statistik yang mampu menunjukkan jumlah pasti dari kedua *transgender* tersebut. Suryadjaja (2014) memperkirakan *transgender* ada pada masing-masing jenis kelamin, 1 dari 30.000 pria dan 1 dari 100.000 wanita.

Direktorat Rehabilitasi Sosial Tuna Sosial, Kementerian Sosial Republik Indonesia (2012) pada tahun 2010 mengumpulkan data jumlah pria *transgender* di Indonesia yang mencapai 31.179 jiwa. Jawa Timur adalah provinsi yang menduduki peringkat pertama di Indonesia dengan jumlah pria *transgender* terbanyak yaitu 4.170 jiwa.

Seorang *transgender* tidak merasa nyaman dengan tubuhnya dan secara psikologis merasa bahwa *gendernya*

berbeda dari jenis kelaminnya (Taylor dkk., 2009). *Transgender* seringkali merasa bahwa dirinya terjebak di tubuh yang berlainan jenis kelamin. Seorang pria *transgender* berpenampilan, berekspresi, dan ingin diperlakukan sebagai wanita. Jumlah pria *transgender* yang begitu banyak kemudian akan memunculkan berbagai persoalan, terlebih seorang pria yang berpenampilan layaknya wanita akan lebih menarik perhatian daripada seorang wanita yang berpenampilan seperti laki-laki.

Pria *transgender* dikenal dengan sebutan waria (singkatan dari wanita pria), atau juga dikenal sebagai wadam (singkatan hawa adam), oleh orang awam disebut banci (Koeswinarno, 2004). Peneliti menggunakan istilah waria dalam penelitian ini menggantikan istilah wadam, banci, pria *transgender*, atau *gender dysphoria*, karena waria merupakan representasi dari bahasa Indonesia dan lebih dikenali dan dipahami oleh masyarakat umum.

Theodorson & Theodorson (dalam Danandjaja, 2003) menyatakan bahwa kelompok minoritas sering mendapatkan perilaku diskriminatif dan prasangka dari sebagian besar masyarakat. Penelitian di Asia-Pasifik mengindikasikan bahwa stigma dan prasangka merupakan masalah besar bagi *transgender* (Winter, 2012). Waria merupakan salah satu dari sekian banyak kelompok minoritas. Hampir di setiap negara, kelompok ini tidak mendapatkan hak-hak yang semestinya didapat orang pada umumnya dan didiskriminasi oleh lingkungan dan masyarakat. Sikap sosial dan budaya dalam menghadapi ragam orientasi seksual dan identitas *gender* bertolak belakang jauh dengan apa yang diharapkan oleh kaum minoritas tersebut. Perilaku diskriminatif tersebut tidak jarang diterima karena waria adalah kelompok minoritas dari masyarakat dunia.

Sebagai makhluk individu maupun makhluk sosial, waria berusaha untuk mendapat bagian dalam berbagai ruang

sosial (Koeswinarno, 2004). Sedangkan pola diskriminasi yang biasa dilakukan masyarakat terhadap waria menyebabkan waria merasa diasingkan dan tidak diterima secara sosial oleh lingkungannya. Oleh karena itu, waria dalam mewujudkan kehidupan sosialnya dengan masyarakat umum akan membutuhkan usaha yang cukup besar.

Hinshaw (2005) menyatakan bahwa orang yang terstigmatisasi dan terdiskriminasi oleh lingkungannya memiliki status sosial yang rendah. Oleh karena itu, apabila waria masih didiskriminasi, mereka akan kesulitan dalam melakukan interaksi dan penyesuaian sosial.

Perasaan terasingkan di lingkungan waria ini juga membuat mereka pergi dari rumah atau lingkungannya tinggal. Lebih banyak waria kemudian memilih untuk tinggal atau berkumpul bersama sesama waria (Koeswinarno, 2004). Di tempat baru, waria juga perlu mewujudkan kebutuhan-kebutuhan sosialnya. Bentuk umum dari proses sosial adalah interaksi sosial dan penyesuaian diri secara sosial (*social adjustment*) (Soekanto, 2003).

Interaksi yang baik dengan orang lain juga dapat menjadi salah satu strategi untuk mengurangi stigma dan diskriminasi. Interaksi yang dimaksudkan tidak hanya dilakukan sekali, namun harus berkali-kali (Corrigan, 2004). Interaksi yang dilakukan secara berulang dengan orang baru akan membuat waria merasa perlu untuk menyesuaikan dirinya secara sosial. Waria yang mampu berhasil dalam menyesuaikan diri dan berinteraksi secara sosial, maka akan mempermudah dirinya untuk diterima oleh lingkungannya. Penerimaan tersebut kemudian memenuhi kebutuhan sosial waria.

Tidak semua waria kemudian melakukan usaha untuk berinteraksi dengan masyarakat sekitar dan menyesuaikan dirinya secara sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Ningsih & Syafiq (2014) menemukan bahwa waria,

dalam usaha atau strateginya untuk bertahan secara sosial adalah dengan dua cara, yaitu bergabung dengan kelompok waria serta mengabaikan orang lain. Kedua cara tersebut dirasa waria lebih mudah untuk dilakukan, karena melakukan interaksi positif dengan orang lain akan lebih sulit bagi waria.

Tantangan dan pengalaman yang dihadapi oleh waria dalam usahanya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial serta berinteraksi dengan orang lain tersebut kemudian akan menarik apabila diteliti lebih lanjut secara ilmiah.

Strategi-strategi waria bukan tidak mungkin berhasil diterapkan untuk mendapatkan kesetaraan sosial dari masyarakat sekitar. Beberapa bukti bahwa waria mampu berhasil menyesuaikan dirinya dan melakukan interaksi sosial yaitu terdapat kontes kecantikan di Jakarta yang dimenangkan oleh waria dan Indonesia memiliki bunda Dorce, seorang presenter *transeksual* (*transgender* yang melakukan operasi organ seksual) (Huang, 2012).

Di daerah Kampung Dayak, Kabupaten Banyumas, masyarakat sudah menerima waria dengan positif. Di daerah Badran, Yogyakarta, waria pendatang bahkan sangat menyatu dengan masyarakat sekitar. Mereka melakukan aktivitas bersama dengan masyarakat setempat dan berpartisipasi dalam berbagai kegiatan ibu-ibu, seperti arisan dan PKK (Nadia, 2005). Di Bone, Sulawesi Selatan, waria bahkan ditempatkan perannya dalam ritual keagamaan (Haq, 2012). Waria disebut sebagai Bissu, yang pada jaman dahulu adalah penasehat kerajaan, yang pada saat ini bertugas menjaga pusaka. Bissu adalah laki-laki yang mengenakan pakaian perempuan, dan identik memiliki kebiasaan atau perilaku seperti perempuan.

Surabaya menjadi salah satu kota terpilih bagi para waria untuk tinggal dan mencari rejeki. Beberapa wilayah ditinggali oleh waria di Surabaya, namun jarang yang tinggal secara berkelompok.

Salah satu wilayah Surabaya yang menjadi tempat tinggal waria secara berkelompok adalah di Pacarkembang Gang ‘X’. Di gang ini terdapat dua rumah kos khusus untuk waria. Di dalamnya tinggal dua puluh waria pendatang. Kedua puluh waria tersebut memiliki profesi sebagai pekerja seks komersial (PSK) di tempat lain di Surabaya. Beberapa diketahui terjangkit virus HIV. Tetapi dengan status yang demikian jauh dari norma masyarakat, waria dapat bertahan hidup di Gang ‘X’.

Di Gang ‘X’ ini waria juga dapat berhubungan sosial dengan para tetangga atau warga lain. Kedua rumah kos yang ditinggali oleh sekelompok waria ini telah diijinkan oleh ketua RT di Gang ‘X’. Pengakuan ketua RT mengatakan bahwa belum pernah ada masalah antara warga dengan waria di kampung ini selama sepuluh tahun lebih rumah kos tersebut ada.

Waria dapat bertahan di Gang ‘X’ selama bertahun-tahun tentu tidak lepas dari usahanya untuk menyesuaikan diri dan menjalin interaksi sosial sehingga tidak ditolak di tempat tersebut. Berdasarkan latar belakang di atas, dibahas dua poin penting sebagai fokus kajian yaitu pengalaman interaksi sosial serta penyesuaian sosial yang diterapkan waria di Gang ‘X’ agar mereka dapat diterima dengan baik oleh lingkungannya.

### **Metode**

Penelitian mengenai interaksi sosial dan penyesuaian sosial ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang bertujuan untuk mengetahui secara mendalam pengalaman personal individu, namun masih tetap membutuhkan data sekunder dari orang lain selain partisipan utama. Jenis studi kasus dalam penelitian ini adalah studi kasus instrumental yang memiliki tujuan untuk memberikan pemahaman atau menjelaskan kembali suatu proses generalisasi, dalam hal ini usaha waria dalam menyesuaikan

diri secara sosial dan berinteraksi yang kemudian mengungkapkan sisi berbeda dari pola diskriminasi masyarakat.

### *Partisipan*

Penelitian ini dilakukan di salah satu wilayah di Surabaya, Pacarkembang Gang ‘X’. Wilayah tersebut memiliki dua rumah kos yang ditinggali oleh sebanyak dua puluh waria pekerja seks komersial.

Pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristik partisipan adalah seorang waria yang sedang tinggal di Gang ‘X’ dan bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini. Peneliti juga menggunakan teknik *snowball sampling*, dimana peneliti mendapatkan rekomendasi partisipan dari partisipan sebelumnya. Kemudian ditemukan satu waria bernama Sonya yang merupakan pemilik kos waria di Gang ‘X’ sebagai partisipan pertama. Sonya merekomendasikan empat waria lainnya untuk dijadikan partisipan penelitian. Penelitian ini menjadikan lima waria sebagai partisipan dari total dua puluh waria yang tinggal di Gang ‘X’.

Tabel 1. Identitas Partisipan Penelitian

Nama	Usia	Lama tinggal
Sonya	53 tahun	53 tahun
Fitri	26 tahun	3 tahun
Icha	32 tahun	8 tahun
Suci	24 tahun	4 tahun
Anas	37 tahun	<1 tahun (8 bulan)

### *Teknik pengumpulan data*

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi semi partisipan. Instrumen wawancara yang digunakan adalah pedoman wawancara dan alat perekam. Sedangkan instrumen observasi yaitu catatan lapangan.

Wawancara dilakukan secara fleksibel sehingga tidak mengganggu waktu partisipan. Keseluruhan proses wawancara



partisipan dilakukan di ruang tamu rumah Sonya dan saat sore hari. Wawancara tidak hanya dilakukan kepada partisipan utama yaitu waria. Serangkaian penelitian ini juga membutuhkan data wawancara dari *significant other*. Proses wawancara terhadap *significant other* dilakukan di berbagai tempat yang masih merupakan wilayah dari Gang 'X', seperti rumah dari *significant other*, warung, dan toko. Wawancara direkam dengan menggunakan *smartphone*.

Observasi dilakukan pada setiap kesempatan peneliti berada dalam lokasi penelitian atau berada satu tempat dengan partisipan penelitian selama proses penelitian berlangsung. Partisipan memahami bahwa peneliti sedang melakukan pengamatan terhadap diri mereka, namun peneliti tidak terlibat dalam kegiatan mereka secara langsung.

#### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis tematik. Teknik analisis tematik memungkinkan peneliti untuk melibatkan teori dalam menganalisis data yang lebih mendalam. Braun & Clarke (2006), mengungkapkan enam langkah dalam melakukan analisis tematik yaitu: (1) membaca ulang data, mencatat ide-ide penting, dan memahami data; (2) mentranskrip data dengan mengelompokkan data atau ide penting dalam kode-kode tertentu (*coding*); (3) mengumpulkan kode-kode yang relevan dalam suatu tema yang lebih besar; (4) *me-re-check* tema apakah berhubungan dengan kode dan sisa data; (5) mendefinisikan tema dan memberi nama tema; dan (6) menganalisis tema dengan menghubungkannya pada literatur.

Lambang titik-titik dalam kurung persegi, '[...]', digunakan dalam ekstrak data yang dikutip untuk menunjukkan bahwa ada bagian data yang dihapus karena melebar dari topik yang sedang dibicarakan oleh partisipan. Selain itu,

tanda kurung '( )' digunakan untuk mengklarifikasi makna serta memberikan penjelasan tertentu dalam ekstrak data.

Keabsahan data penelitian ini diupayakan oleh peneliti dengan melakukan wawancara terhadap beberapa *significant other* yang dekat dan yang mengerti keseharian partisipan penelitian. Ada enam warga Gang 'X' yang berhasil direkrut sebagai *significant other*.

Tabel 2 Identitas *significant other*

Kode	Status	Kependudukan	Lama tinggal
SO 1	Penjual makanan	Penduduk asli	53 tahun
SO 2	Penjual nasi penyet	Pendatang	22 tahun
SO 3	Bu RT Gang 'X'	Penduduk asli	51 tahun
SO 4	Pak RT Gang 'X'	Penduduk asli	65 tahun

### Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengalaman interaksi dan penyesuaian sosial waria di Gang 'X'. Kedua tujuan tersebut berhasil dijelaskan oleh 4 tema besar, yaitu: (1) persepsi terhadap penerimaan warga; (2) pengalaman interaksi secara langsung; (3) penyesuaian sosial waria; dan (4) strategi mengatasi masalah dan kesulitan berinteraksi.

#### *Persepsi terhadap Penerimaan Warga*

Dalam sudut pandang waria serta didukung beberapa pernyataan dari tetangga di Gang 'X', maka ditemukan bahwa sebagian warga menerima keberadaan waria, sebagian menolak, dan sebagian besar tidak peduli dan bewarga risikop tak acuh terhadap waria.

#### *Warga menerima*

Penerimaan warga menjadi salah satu bagian penting bagi waria untuk bertahan di lingkungannya. Semakin waria merasa nyaman, semakin dirinya merasa diterima.

“Alhamdulillah *kayaknya sih* sudah. Sudah [...] alhamdulillah mereka juga seperti ini bisa menerima.” (Anas)

Persepsi waria bahwa warga sudah menerima didukung oleh ungkapan oleh tetangga.

“Iya. Sudah lah menerima lah mbak kalau saya. Saya itu dari kecil di sini. Sudah besar ya yang mbikin mereka makanan tiap hari kalau gak menerima saya tutup warung. (tertawa)” (SO 1)

Penerimaan warga tidak semata-mata terjadi begitu saja. Faktor yang dianggap mempengaruhinya, salah satunya adalah karena terbiasa dengan waria yang tinggal di Gang ‘X’.

“[...] soalnya kos-kosan waria di sini tuh udah lebih dari dua puluh tahun yang lalu. Pasti banyak udah welcome semua, udah tahu semua.” (Fitri)

Pendapat di atas disetujui oleh para tetangga. Perasaan terbiasa akhirnya menjadikan tetangga tidak lagi merasa takut, terkejut, ataupun rasa lain yang menunjukkan penolakan terhadap waria.

“Iya. Dulu, sekarang sih nggak. Sudah wes biasa. Masalahnya sudah lama.” (SO 3)

Penerimaan warga juga dipengaruhi oleh peran Sonya yang merupakan tuan rumah kos yang juga merupakan warga asli Gang ‘X’.

“Orang kampung sini juga ada yang segan sama saya mungkin karena saya dibesarkan di sini ya [...]” (Sonya)

#### *Penolakan warga*

Tidak semua waria merasa bahwa warga menerima mereka dengan sepenuhnya. Penerimaan yang dirasakan oleh waria hanya terbatas oleh orang-orang tertentu di sekitar rumah kos.

“[...] Gak mungkin lah satu kampung sini nerima kita semua di sini paling Cuma sekitar gang tiga aja sini tetangga sini-sini [...]” (Icha)

Penolakan terhadap waria ini juga jelas ditunjukkan oleh warga terhadap waria dengan pernyataan berikut.

“harapan saya ke depan mungkin ke depannya mungkin si banci itu, mungkin ya saya peringatkan pelan-pelan supaya tidak kos di sini kedepannya ya.” (SO 4)

Tidak hanya sekedar perkataan, tetapi penolakan terhadap waria juga ditunjukkan oleh tingkah laku dari tetangga.

“Fitri dan peneliti berjalan menuju rumah pak RT yang berada di dalam gang kecil berjarak kurang lebih sepuluh rumah dari kos-kosan waria. Pintu rumah Pak RT terbuka tetapi tidak terlihat orang di ruangan depan. Fitri kemudian memanggil pak RT dan mengucapkan salam berkali-kali hingga dibalik korden terlihat seorang dewasa tetapi tidak keluar dan tidak lama seorang anak kecil keluar dan mengatakan bahwa ayahnya tidak ada di rumah. Tidak lama kemudian seorang pria keluar dari pintu lain [...]” (CL 2)

#### *Sikap apatis warga*

Sebagian besar data menunjukkan bahwa warga lebih cenderung memiliki sikap tidak peduli terhadap keberadaan waria.

“Cuek. Yaitu tadi sangat cuek. Kalau sampean tau sangat cuek sekali orang-orang ya gak mau gak ngurusin gitu lho mbak. Kamu mau bertengkar mau apa itu urusan kamu. Gitu.” (Anas)

Data di atas didukung pula oleh pernyataan beberapa tetangga yang mengaku apatis kepada mereka.

“Ah yo biarin. Gak mau tahu. Gak bikin masalah. orang-orang kalau ngelarang gak mau ikut campur.” (SO 3)

### ***Pengalaman Interaksi langsung***

Sebagai bagian dari warga Gang 'X' pula, maka merupakan suatu kebutuhan untuk berinteraksi dengan lingkungan tempat tinggalnya. Berikut adalah berbagai pengalaman partisipan dalam berinteraksi dengan orang sekitar.

#### ***Komunikasi dengan tetangga***

Intensitas waria dalam berinteraksi dengan warga Gang 'X' tentu saja juga ditunjukkan dengan adanya komunikasi secara pribadi dengan tetangga sekitar. Pengalaman komunikasi positif paling kecil yang dilakukan adalah dengan saling menyapa satu sama lain.

“Emm seperti biasa saya ya senyum kalau misalkan disapa saya senyum walaupun gak disapa saya sapa duluan.” (Anas)

Seringkali waria juga berbincang-bincang menceritakan pengalamannya dengan beberapa tetangga yang memang dikenal dekat.

“[...] Cuma ngomong udah biasa aja. Kadang misalnya ngobrol sama banci cucok ya semalam yo, oleh, oleh lanang piro. Gitu. Cucok ya semalam piro semalam dapat duit banyak ya. [...]” (Icha)

Tak jarang kesempatan untuk berbincang-bincang ini digunakan juga sebagai senda gurau bahkan mereka sering kongko bersama para tetangga.

“[...] kalau aku kan suka bercanda bercanda ngobrolin ini masalah ini ini ini.” (Icha)

“Ini nih di sebelah situ. Nah itu kan karena saya kan ya sering nongkrong situ juga ngobrol-ngobrol apa ini saya juga sering belanja, sering beli-beli minuman di situ ya nongkrong juga. [...]” (Anas)

Keakraban waria dengan para tetangga juga didukung oleh hobby yang

sama yang dimiliki oleh keduanya. Salah satu kegemaran yang dimiliki Anas dan beberapa waria lain adalah melihat serial drama televisi.

“Disukai naah ini di sini apa tuh kita di sini tuh bertiga. Linda, Meme, sama aku. Jadi mungkin gara-gara ikutan film ya film Jodha Akbar itu (ketawa) ya jadi kita sukanya ya ini warga-warga yang ibu-ibu warung gitu belanja saya pake acara-acara salam [...]” (Anas)

Para partisipan menyadari bahwa mereka membutuhkan berinteraksi dengan tetangga sekitar, karena bagaimanapun waria tetaplah bagian dari masyarakat yang saling membutuhkan.

“Ya pasti butuh lah. Orang itu gak mungkin hidup individual kan. Ya pasti saling membutuhkan kan.” (Fitri)

#### ***Partisipasi Kegiatan Bersama***

Sebagai perwujudan seorang warga, berbagai kegiatan kampung dilakukan oleh para waria. Salah satu yang dilakukan adalah turut memeriahkan pesta perayaan Hari Ulang Tahun Kemerdekaan Republik Indonesia.

“Iya acara-acara tujuh belasan kan waria nyumbang ada acara panggung gitu. Kalau ada tujuh belasan gitu kan kita ada yang pintar nyanyi, nari gitu tampil.” (Fitri)

Saat perayaan Hari Ulang Tahun (HUT) Kemerdekaan RI, waria pun dipercayai warga Gang 'X' untuk menjadi juri dari beberapa lomba.

“Apalagi kalau ada lomba joget kadang kita disuruh jadi juri juga. Saya suruh njuri, kadang-kadang sih kalau ada agustusan juga disuruh njuri, kalau lomba joget suruh njuri, lomba fashion show suruh njuri [...]” (Sonya)

Anas bahkan memberikan ilmunya menari kepada anak-anak sekitar Gang 'X' untuk

kemudian ditampilkan saat perayaan HUT Kemerdekaan RI.

“Kalau tujuh belasan ada. Cuma ya paling ya bikin anak-anak menari gitu kan mengajarnya nari-nari juga[...]" (Anas)

Tidak hanya saat perayaan HUT Kemerdekaan RI, beberapa waria juga turut serta arisan bersama ibu-ibu setempat.

“[...]kalau ada ibu-ibu arisan di sini ya kita diundang sama orang kampung ini juga ya ikut [...]" (Sonya)

Partisipasi waria tidak berhenti sampai di situ. Ketika warga sedang mengadakan pesta, beberapa waria yang dikenal akan diundang.

“Ya ada *kalau* orang hajatan pasti diundang kita.” (Fitri)

Tidak hanya datang sebagai tamu, tak jarang waria diminta warga untuk mengisi hiburan di pesta tersebut.

“[...]Kalau mereka ada acara apa-apa. Ada acara misalnya dia punya hajatan pengantin gitu mereka ngomong ke saya, ada ini bisa nari gak? Bisa pentas ya? Berapa? Ya kasih berapa aja, semampunya aja. Semampunya ibu aja” (Sonya)

### *Memberi Sumbangan*

Waria sebagai warga Gang ‘X’ seringkali memberikan sumbangan berupa materi. Salah satu yang rutin dilakukan adalah memberi dana sumbangan saat kerja bakti.

“[...] Kalau ada kerja bakti gitu kita urunan, kita walaupun gak ikut kerja bakti gitu kita, kita apa tuh, kolektif gitu ya, kita kasih orang untuk beli kue, beli rokok, gitu [...]" (Sonya)

Bahkan waria, selayaknya warga Gang ‘X’ yang patuh, mereka secara rutin membayar iuran kas.

“[...] biasa seperti warga warga kita sendiri karena dia disiplin tiap bulan bayar iuran.”(SO 4)

Di luar sumbangan rutin dan iuran rutin, waria juga menjadi donatur hadiah lomba di perayaan HUT Kemerdekaan RI.

“[...]dan lagi anu dikasih donatur dikasih hadiah anak-anak yang lomba yang menang.” (SO 4)

### *Masalah interaksi dan penyesuaian diri*

Status Sosial waria yang masih sulit diterima, membuat mereka juga mengalami berbagai masalah dan kesulitan dalam kehidupan sosialnya. Beberapa orang masih memperlakukan waria dengan buruk, utamanya orang-orang yang mabuk.

“[...]kadang-kadang kalau ada teman-teman, apa tuh, kalau ada orang mabuk-mabuk gitu lho kalau malam-malam itu kadang-kadang tuh teriak-teriak, kamar-kamar tuh didodok-dodok (diketuk-ketuk). Kalau didodok-dodok mereka itu maksudnya minta uang, kadang-kadang minta dilayani hubungan seks gitu [...]" (Sonya)

Selain diperlakukan buruk oleh orang mabuk, waria juga pernah diusir oleh ketua RT setempat karena melakukan keributan.

“Pengalaman buruk ya kadang-kadang itu kalau ada waria yang ribut aja tiba-tiba sama RT nya diusir” (Sonya)

Waria juga pernah ditegur secara langsung oleh tetangga yang merasa terganggu dengan tingkah atau saat mendengar keributan dari para waria.

“Tetangga sebelah itu, kadang-kadang tuh ‘heh ojo rame ae po’o! Banci rame ae’ (‘jangan rame saja! Banci ramai terus’) terus tersinggung gitu ya, kami marah.”(Sonya)

Dengan penampilan yang berbeda dari warga lainnya, mereka seringkali digoda oleh tetangga sekitar.

“Ya paling nggak suka sama tetangga kalau tetangga tuh resek kayak gitu, kalau godain berlebihan gitu gak suka” (Fitri)

Saat ini waria jarang mendapatkan hinaan dari orang-orang dewasa, namun hampir setiap hari waria pasti menerima hinaan dari anak-anak sekitar.

“Kalau orang dewasanya sih alhamdulillah gak ada. Tapi kalau anak kecil ya tiap hari (tertawa). Ada ada aja.”(Anas)

Tidak semua warga menerima keberadaan waria, sehingga dijauhi atau dihindari oleh orang tertentu menjadi salah satu masalah interaksi bagi waria.

“Kesulitannya sih mungkin ya kayak orang-orang yang mahasiswa kayaknya mahasiswa laki-laki ya mbak mahasiswa tuh kan belum tentu bisa menerima keadaan kita yang kayak gini” (Anas)

#### *Pengalaman psikologis dalam interaksi*

Pengalaman emosional pasti terjadi di setiap melakukan aktivitas apapun, terutama ketika berhubungan secara sosial dengan orang lain. Partisipan juga merasakan perasaan yang berbeda dengan orang lain ketika melakukan interaksi bersama orang yang berbeda darinya. Salah satunya adalah perasaan takut akan penolakan orang.

“Dari awal itu cuman dua orang aja yang ngekos saya takut ya Cuma dua aja takutnya orang-orang kampung ini gak mau nerima[...].” (Sonya)

“[...] ya ketir-ketir juga tiap malem. Kan mereka kan tiap malemnya mejeng, pulang bawa tamu kan rame-rame kadang-kadang. Ya gitu orang kampung marah-marah akhirnya yang punya rumah itu yang kena, saya disalihin. (Sonya)

Waria memiliki identitas yang berbeda dengan warga pada umumnya. Statusnya

tersebut menjadikan mereka merasa malu melakukan interaksi kepada orang sekitar.

“Ya malu ya namanya kita kan beda kan kita bukan perempuan bukan laki-laki kan kayak di tengah-tengah gitu lho. Jadi ya malu sama yang lain orang-orang itu” (Suci)

Salah satu perasaan positif yang terungkap saat waria berinteraksi dengan tetangga adalah perasaan dimengerti oleh warga. Perasaan ini dialami oleh Icha.

“[...]kalau masalah apa *sih* orang-orang sini *tuh* tahu sifat aku *gitu* lho. *Udah* tahu sifat aku. Suka *ngomel-ngomel* katanya *kalau* misalkan beli itu maunya cepat. [...]”(Icha)

#### ***Penyesuaian Sosial Waria***

Waria Gang ‘X’ yang hampir keseluruhannya adalah seorang pendatang membutuhkan dirinya untuk menyesuaikan dirinya secara sosial. Mereka mengubah diri untuk dapat sesuai dengan lingkungan, serta peran Sonya dapat mengubah lingkungan dengan menggunakan otorisasi secara tidak langsung.

#### *Menyesuaikan diri dengan Lingkungan*

Berbagai sikap mereka munculkan agar warga-warga Gang ‘X’ mampu menerima keberadaan mereka di sekitarnya. Salah satunya adalah dengan berusaha aktif sebagai warga dalam kegiatan.

“Secara *gak* langsung waria di sini itu juga *ngasih* imbalan berupa acara atau apa gitu” (Sonya)

“[...] tiap minggu tuh di sini kan diadakan kerja bakti. Sementara kalau malam minggu anak-anak tuh pada kelelahan pulang, apa pulangnye kan pagi. Karena waktu yang paling lama kan paling ramai jadi anak-anak pada kecapekan semua gitu. Bagaimana caranya aku bisa baik sama orang-orang di sini ini lho. [...] aku *mintain* anak-anak sepuluh ribuan satu orang, mana

sini uang sepuluh ribu. *Buat* apa ini? *Nggak* ini *lho* aku *mau* beliin pak RT *ee* beliin rokok *beliin* makanan sama orang kerja bakti [...]" (Icha)

Mendekatkan diri dan kongko dengan orang lain merupakan cara lain para partisipan yang benar-benar ingin menjalin hubungan sosial yang baik dengan tetangga. mereka berusaha untuk membuka diri di hadapan tetangga.

"Ehm mungkin ya itu tadi salah satunya dengan salah satunya ikut ya *nongkrong* di warung sering belanja, karena dengan sering itu ya sering belanja itu ya jadi dekat *kan* bicara juga *ngobrol-ngobrol*." (Anas)

Mereka juga berusaha untuk berbuat baik agar dapat diterima oleh lingkungan sekitar.

"[...] karena saya baik sama warga situ juga akhirnya saya diterima juga *sih*." (Anas)

Selain berbuat baik, sebisa mungkin mereka dapat berguna sebagai warga. Salah satunya dari pernyataan Icha berikut.

"[...] ya setidaknya ada poin lah buat pak RT oh ternyata anak ini meskipun sifatnya seperti ini meskipun dia sesosok waria, dijelekin atau dikatain sama orang sama masyarakat tapi setidaknya bisa berguna buat orang kampung sini. Kayak gitu aku." (Icha)

Waria lain yang tinggal lebih lama dan lebih dulu mengenal tetangga juga saling membantu waria baru untuk menyesuaikan diri.

"Setelah teman-teman ayo *nongkrong* situ di warung. Jadi akhirnya kan apa namanya e kenal sama anak-anak sini jadi kenal si A si B. Jadi mereka oh baru ya, iya." (Anas)

### **Mengatasi kesulitan interaksi**

Berbagai kesulitan dan permasalahan yang dialami waria dalam berkehidupan

sosial, menuntut mereka untuk menemukan cara menghadapi atau menyelesaikan permasalahan tersebut.

### **Mengatur emosi**

Berbagai hinaan dan perlakuan buruk yang dialami oleh para partisipan membuat berbagai emosi muncul dalam benak mereka. Partisipan kemudian tidak jarang menahan emosi negatif muncul, dengan bersabar, pasrah, serta menerima perlakuan buruk orang lain.

"Yaa sabar *aja lah*, namanya juga berbeda ya, dihina *gitu* ya *cuma* bisa sabar. Tuhan *kan* Maha Adil. Yaa biar Tuhan *aja* yang balas" (Suci)

"Ya saya diam. Karena saya ya memang saya ini ya banci saya harus terima *gitu* mbak." (Anas)

"Warga sendiri ya *gak papa*, tapi ya ada yang usil *eh* jadi laki-laki ganteng *ngapain dadi wedok* (kenapa jadi perempuan). Ya pokoknya *diem aja*." (Sonya)

Para partisipan juga cenderung mengabaikan perlakuan negatif agar mereka lebih merasa nyaman dengan lingkungan sosialnya.

"Ya *cuek aja*, ngapain dipikirin. *Toh* aku *nggak* minta makan mereka." (Fitri)

"Ya meskipun kalau ada yang *respek* (menggangu) ya biar *biarin aja*. Ya *biarin aja ngapain*." (Icha)

### **Bertindak menghadapi masalah**

Beberapa kali partisipan juga marah ketika dihina berlebihan, seperti yang diungkapkan oleh Icha.

"Ya aku ngomong. Kenapa kamu ngejek aku gitu? Bukan urusan kamu, kok ngurusin. Terus apa masalahnya kamu. Makan ya gak minta kamu, kamu siapa aku siapa itu bukan urusan kamu bukan." (Icha)

Beberapa masalah lainnya diselesaikan oleh waria dengan melakukan tindakan penyelesaian, seperti dengan meminta maaf.

“kadang-kadang saya minta maaf akhirnya gak jadi (bertengkar), ya mereka ngerti. Tapi kalau mereka sendiri gak bisa ya saya (yang minta maaf).”  
(Sonya)

### **Pembahasan**

Seperti kelompok minoritas lainnya, waria sering mendapatkan perilaku diskriminatif dan prasangka (Theodorson & Theodorson, dalam Danandjaja, 2003). Pengalaman-pengalaman waria terkait stigma dan prasangka terhadap mereka ini kemudian berdampak kepada kehidupan sosial waria.

Berbagai pengalaman interaksi dan penyesuaian sosial partisipan membuat mereka menyimpulkan sudut pandang tertentu mengenai penerimaan warga. Secara psikologis, penerimaan sosial merupakan kebutuhan dasar bagi makhluk sosial. Seseorang akan dapat memenuhi kebutuhan untuk diperhatikan dan diakui keberadaannya, ketika dirinya diterima oleh lingkungan sekitarnya.

Keseluruhan partisipan mengatakan bahwa mereka merasa warga telah menerima keberadaannya. Salah satu warga yang juga menyatakan diri menerima para waria adalah penjual makanan khusus waria, yang memiliki kesempatan besar untuk menjalin interaksi dengan para waria.

Adapun partisipan mengira warga menerima karena telah terbiasa dengan keberadaan waria yang telah dua puluh tahun lebih di Gang ‘X’. Masyarakat tidak bisa menolak waria sebagai sebuah realitas, karena waria ada dalam sejarah kehidupan manusia, sehingga masyarakat dituntut mengakuinya. Waria cukup lama bersemayam, sehingga kemungkinan besar membuat warga ‘mau tidak mau’ menerima keberadaan mereka.

Sonya adalah pemilik rumah kos waria. Statusnya sebagai warga asli dan usianya yang cukup tua membuatnya sebagai orang yang dihormati di Gang ‘X’. Warga yang menaruh hormat terhadap dirinya membuat para waria dapat bertahan di Gang ‘X’. Penduduk yang mayoritas pendatang, juga merasa tidak berhak mengusir waria yang telah ada terlebih dahulu.

Penerimaan yang dirasakan partisipan terbatas pada lingkup 3–4 rumah di sekitar. Ahmadi (2007) mengatakan bahwa stereotip dan prasangka terhadap sesuatu dapat dilenyapkan dengan melakukan interaksi secara intensif. Kedekatan tempat tinggal, mempermudah partisipan untuk melakukan interaksi secara intensif dengan tetangga.

Jarak sosial yang tercipta antara waria dengan tetangga yang berjauhan membuat prasangka menetap tanpa bergaul terlebih dahulu. Beberapa warga yang jauh menunjukkan penolakannya saat dihadapkan dengan para waria.

Partisipan juga mendapati warga bersikap apatis. Ahmadi (2007) mengatakan bahwa sikap timbul karena adanya stimulus. Sikap tidak akan terbentuk tanpa interaksi. Jarak tempat tinggal yang jauh meminimalkan kesempatan waria untuk berinteraksi dengan warga, sehingga warga cenderung memunculkan sikap tidak peduli kepada waria.

Di lain sisi, sikap apatis warga kepada waria merupakan representasi dari masyarakat kota. Menurut Ferdinand Tonnies (dalam Daldjoeni, 1997) masyarakat kota merupakan masyarakat kontrak, di mana ikatan yang personal dan hal tradisional tidak lagi penting. Di kota, seseorang cukup mengenal sesamanya berdasarkan kepentingannya saja (Daldjoeni, 1997).

Salah satu cara untuk mencapai jarak sosial yang dekat adalah dengan melakukan interaksi secara intensif. Interaksi tersebut diwujudkan partisipan

dalam berbagai bentuk. Hasil penelitian ini menemukan bahwa waria menjalin interaksi interpersonal yang cukup baik. Partisipan juga menjalin kerjasama, meskipun beberapa kesulitan masih didapati.

Hampir semua partisipan menjalin komunikasi interpersonal secara rutin kepada tetangga, seperti saling menyapa. Beberapa tetangga yang dikenal dekat sering kongko, berbincang-bincang, dan bersenda gurau dengan partisipan. Penelitian Almog (2011) menghasilkan bahwa siswa berkebutuhan khusus menggunakan humor untuk menjalin interaksi sosial dengan teman-temannya. Waria yang merupakan kaum minoritas, juga seringkali bersenda gurau dengan tetangga. Partisipan dapat menjadikan humor sebagai pintu untuk memulai interaksi dengan orang yang baru dan mencairkan suasana yang kaku. Keakraban partisipan dengan tetangga tersebut lagi-lagi hanya terbatas pada lingkungan tertentu di sekitar rumah kos waria.

Sifat positif atau sifat baik menjadi penunjang hubungan sosial yang baik pula. Salah satu sifat baik yang dimiliki beberapa partisipan adalah bersikap royal kepada tetangga. Partisipan beberapa kali memberikan atau membelikan tetangga sesuatu.

Faaizah (2013) mengatakan bahwa waria aktif mengambil peran di lingkungan sosialnya dengan berbuat baik dan saling tolong menolong. Sikap waria tersebut kemudian mendorong penerimaan warga.

Para partisipan penelitian ini bersama waria lainnya juga berpartisipasi dalam kegiatan bersama warga di Gang 'X'. Salah satu kegiatan yang aktif diikuti oleh partisipan adalah perayaan HUT RI yang diadakan setiap tahun. Saat perayaan tersebut, waria menyumbangkan penampilan di atas panggung, misalnya menari atau bernyanyi. Mereka seringkali diminta untuk menjadi juri lomba tari dan *fashion show*, bahkan mengajarkan tari kepada anak-anak sekitar yang hendak tampil.

Permasalahan penerimaan sosial dapat diselesaikan oleh waria dengan melakukan usaha kerasnya dan menampilkan prestasi yang dapat menjanjikan di masa depan (Koeswinarno, 2004). Waria yang menampilkan bakat-bakatnya, menunjukkan bahwa mereka memiliki kesempatan untuk berhenti menjadi PSK dan beralih profesi yang lebih mulia.

Kegiatan bersama warga lainnya yang rutin diikuti oleh partisipan adalah arisan ibu-ibu. Hal ini menunjukkan adanya rasa percaya satu sama lain antara tetangga dengan partisipan. Penelitian yang dilakukan Saparudin (2015) menghasilkan bahwa waria di Tarakan Utara mengikuti berbagai kegiatan bersama warga, seperti berkumpul bersama ibu-ibu PKK, serta berpartisipasi dalam kegiatan bersama warga sekitar.

Beberapa partisipan juga sering mendapatkan undangan pesta warga seperti pernikahan ataupun khitanan. Waria diundang untuk menampilkan hiburan selain hanya sebagai tamu di acara tersebut. Jadi, pada acara pribadi warga pun waria dapat berpartisipasi.

Beberapa partisipan memiliki rasa dermawan untuk memberikan kontribusi materi demi kepentingan Gang 'X'. Misalnya dengan memberi sumbangan rutin untuk kerja bakti. Waria juga rutin membayar iuran warga, bahkan mereka tidak jarang memberikan berbagai macam sumbangan materi untuk kegiatan bersama.

Usaha menjalin interaksi yang dilakukan oleh partisipan tentu saja tidak luput dari kesulitan dan permasalahan. Ningsih & Syafiq (2014) menemukan dampak seseorang menjadi waria adalah mengalami beberapa permasalahan baik psikologis maupun sosial. Secara sosial waria mendapatkan stigma dari masyarakat (*public stigma*) berupa hinaan dan penolakan. Menurut Pyror & Reeder (2013) *public stigma* ditunjukkan melalui reaksi sosial dan psikologis masyarakat terhadap individu yang terstigma.



Para partisipan melaporkan pengalaman mereka yang diperlakukan dengan buruk oleh pemuda-pemuda yang mabuk malam hari. Waria pernah mendapatkan teguran bahkan usiran dari tetangga. Beberapa partisipan juga sering digoda oleh pemuda yang lewat di depan rumah kos waria. Apabila orang menggoda terlalu berlebihan sampai menghina, partisipan akan merasa tersinggung dan tidak nyaman.

Warga dari gang lain terkadang melewati Gang 'X' dan saat bertemu dengan waria, mereka menghina serta mentertawakannya. Sebagian besar partisipan juga sering mendapatkan hinaan dari anak-anak kecil di Gang 'X'. Beberapa partisipan juga masih merasa dihindari oleh orang-orang tertentu.

Suci yang lebih jarang berhadapan dengan orang lain, dia merasa bahwa dia memiliki kesulitan untuk menyesuaikan diri, sehingga untuk memulai komunikasi dengan orang lain saja, bagi Suci adalah hal yang sulit.

Partisipan yang mengalami berbagai pengalaman interaksi pasti pernah mengalami perasaan tertentu. Ningsih & Syafiq (2014) mengatakan bahwa waria mengalami berbagai dampak psikologis akibat perubahannya menjadi seorang waria, yaitu merasa malu, takut tidak diterima oleh lingkungannya, serta beberapa gejolak batin.

Partisipan penelitian ini mengalami perasaan takut dan khawatir akan penolakan warga. Suci juga mengaku bahwa dirinya malu atas kondisi dirinya yang waria. Dia merasa berbeda dengan orang pada umumnya, sehingga perbedaan tersebut membuatnya merasa tidak percaya diri apabila berhadapan dengan orang lain.

Perbedaan antara Suci dengan partisipan lain dapat dijelaskan oleh konsep harga diri waria yang diteliti oleh Pahlawani (2011). Suci berdasarkan ciri-ciri yang diungkap dalam penelitian tersebut merupakan waria yang memiliki harga diri rendah. Dia kurang aktif, kurang

percaya diri, sulit dalam proses sosialisasi, serta pasif.

Partisipan perlu melakukan penyesuaian sosial untuk mendapatkan kenyamanan dalam menjalin hubungan sosial dengan orang-orang sekitar. Penyesuaian sosial bukan hal yang mudah bagi kaum minoritas seperti waria. Penyesuaian sosial adalah penjalinan hubungan secara harmonis dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku atau mengubah kebiasaan sedemikian rupa sehingga sesuai bagi masyarakat sosial (Chaplin, 2006). Para partisipan pun membentuk sikap diri yang sesuai dengan lingkungan untuk dapat menyesuaikan dirinya di Gang 'X'.

Usaha yang dilakukan oleh partisipan untuk dapat melakukan penyesuaian sosial adalah dengan mendekati diri kepada tetangga. Seperti memulai pembicaraan dan senda gurau, serta berusaha berbuat baik dan menjadi yang berguna bagi warga Gang 'X'. Penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2006) menghasilkan bahwa keterbukaan waria dalam berinteraksi sosial dan bergaul sepenuhnya diikuti oleh penerimaan masyarakat.

Beberapa hal yang dilakukan oleh para partisipan di atas tidak terlepas dari bantuan para waria lain yang telah lebih dahulu tinggal di Gang 'X'. Mereka akan memperkenalkan waria baru dengan tetangga sekitar yang telah akrab.

Strategi lain yang dilakukan adalah dengan aktif dalam berbagai kegiatan kampung. Menampilkan diri dalam beberapa pertunjukkan dapat dijadikan waria sebagai salah satu penunjang hubungan sosialnya dengan warga sekitar. Terkait hal ini, penelitian Rachman (2014) menemukan bahwa waria menggunakan pertunjukkan sebagai politik identitas, sehingga banyak waria yang berhasil diterima dan lebih dekat dengan masyarakat sekitar.

Selain itu, Susanti (2014) menyebutkan bahwa dalam menegosiasikan penerimaan masyarakat mereka

melakukan strategi penyesuaian dengan menunjukkan sisi positifnya pada masyarakat.

Tampak pula upaya para waria di Gang "X" untuk menjaga hubungan baik dengan Ketua RT melalui wakil senior mereka yang merupakan warga asli di sana, yaitu Sonya. Hal ini senada dengan penelitian Saparudin (2015) yang menyatakan bahwa salah satu usaha waria untuk menyesuaikan diri adalah dengan memperluas jaringan dengan pihak yang memiliki kuasa agar mendapatkan perlindungan dan penilaian baik dari orang lain. Adanya relasi yang cukup luas membuat waria mendapatkan pengakuan di tengah kehidupan sosialnya.

Terkait kesulitan partisipan dalam berinteraksi, mereka menemukan strategi *coping* untuk mengatasinya. Menurut Baron & Byrne (2004) *coping* adalah respon seseorang saat dirinya menghadapi suatu situasi yang bermasalah. Respon tersebut berusaha untuk mengontrol, mentolerir serta mengurangi efek negatif dari situasi permasalahan yang dihadapi. Waria pada umumnya menanggapi hinaan dan cemoohan masyarakat dengan cara menahan emosi negatif, pasrah, tegar, dan memilih antara menjaga kontak sosial yang baik, atau menarik diri dari lingkungan (Herdyansyah, 2007; Ningsih & Syafiq, 2014).

Beberapa cara yang dilakukan oleh partisipan selama ini bermacam-macam. Para partisipan lebih sering mengatur emosi saat menghadapi situasi yang mengecewakan atas perlakuan masyarakat khususnya warga atau menggunakan *emotion focused coping* (Lazarus, 1984). Di antaranya dengan bersabar, berserah diri, mengintrospeksi diri, menahan emosi negatif, serta menerima. Partisipan menganggap perlakuan buruk wajar terjadi terhadap mereka yang memang memiliki kondisi yang berbeda. Mereka menerima stigma masyarakat kepada dirinya, atau bisa juga disebut stigma diri. Pyror & Reeder (2013) mengatakan bahwa stigma

diri terjadi ketika individu yang terstigma meyakini dan menyetujui bahwa dirinya memang sesuai dengan stigma yang diberikan oleh masyarakat.

Strategi coping yang paling sering ditemui adalah dengan menghindari permasalahan dan memandang positif suatu masalah, bahkan cenderung menganggapnya remeh atau sebagai lelucon (*distancing*) (Lazarus & Folkman, 1984). Mereka bersikap masa bodoh saat mendapati orang menghina dirinya, bahkan mereka anggap hinaan atau sikap usil orang kepada mereka merupakan gurauan.

Strategi mengatur emosi, tidak sepenuhnya dapat berhasil dilakukan terus menerus oleh orang-orang tertentu. Icha mengekspresikan kemarahannya ketika dirasa perlakuan buruk orang lain terlalu berlebihan, dan ketika suasana hatinya sedang tidak baik. Dia dapat mengatakan secara langsung kepada orang yang memperlakukannya dengan buruk.

Mereka juga melakukan suatu tindakan untuk menyelesaikan permasalahannya. Usaha ini adalah salah satu dari bentuk *problem focused coping*, di mana individu aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk mengatasi situasi penuh tekanan (Lazarus & Folkman, 1984). Partisipan akan meminta maaf apabila terjadi sesuatu yang membuat tetangga merasa terganggu akan keberadaan mereka. Partisipan mencoba untuk mencegah warga merasa takut dan menghindari mereka. Mereka melaporkan mengenai kegiatan mereka yang sering memberikan sosialisasi atau penyuluhan bagi warga mengenai HIV/AIDS. Warga lebih memahami kondisi tersebut apabila diberi informasi secara langsung, karena pada umumnya penolakan warga diakibatkan oleh waria yang beresiko tinggi akan HIV/AIDS.

Anggapan mengenai diskriminasi yang biasa didapatkan oleh waria tidaklah berlebihan seperti sepuluh atau dua puluh tahun ke belakang. Berbagai usaha waria dan peran serta 'habitiasi' membuat warga mulai menerima, atau sekedar tidak

menolak keberadaan waria di lingkungannya. Waria di Indonesia memang belum pasti diterima oleh masyarakat, namun tidak lagi disudutkan atau diasingkan di sudut-sudut kota (Oetomo, 2001). Sejak lama waria telah memperjuangkan hak-haknya di Indonesia, sehingga diskriminasi terhadap waria secara perlahan-lahan luntur, dan tidak lagi terlihat terlalu ekstrim.

### Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara personal bagaimana pengalaman interaksi sosial serta penyesuaian sosial waria di Gang 'X' Surabaya. Kedua tujuan tersebut terjawab melalui empat tema yaitu persepsi waria terhadap penerimaan warga, pengalaman berinteraksi secara langsung, penyesuaian sosial, serta strategi mengatasi masalah dan kesulitan berinteraksi.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bagian sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa partisipan memiliki persepsi

yang beragam dalam memandang penerimaan warga. Mereka merasa diterima oleh sebagian warga, namun juga menyadari sebagian lain menolaknya. Namun sebagian besar warga justru cenderung bersikap apatis terhadap mereka.

Partisipan memiliki beragam pengalaman berinteraksi secara langsung dengan orang sekitar, baik interaksi yang bersifat antar individu atau kelompok, interaksi positif atau negatif, dan interaksi yang didasari beberapa tujuan. Pengalaman-pengalaman tersebut tentu tidak lepas dari permasalahan interaksi yang menimbulkan perasaan tertentu bagi partisipan.

Mereka menjadikan pengalaman mereka dalam berinteraksi sebagai salah satu cara untuk menyesuaikan diri secara sosial sehingga dapat diterima di lingkungan Gang 'X'. Para partisipan juga melakukan berbagai cara untuk mengatasi masalah dan kesulitan berinteraksi dengan mengelolah emosi negatif maupun melakukan tindakan penyelesaian.

### Daftar Pustaka

- Ahmadi, A. (2007). *Psikologi Sosial*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Almog, N. (2011). Academic and Social Adjustment of University Students with Visual Impairment. *Tesis*, tidak diterbitkan. Online. <http://in.bgu.ac.il>. Diakses 15 Juli 2015.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Fifth Edition. Washington, DC.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Edisi 10, Jilid 1. (Alih Bahasa: Ratna Djuwita). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77-101. Online. <http://eprints.uwe.ac.uk>. Diakses 29 Desember 2014.
- Corrigan, P. W. (2004). *Beat the Stigma and Discrimination! Four Lessons for Mental Health Advocates*. Online. <http://workingwelltogether.org>. Diakses 25 Januari 2015.
- Daldjoeni, N. (1997). *Seluk Beluk Masyarakat Kota*. Bandung: Alumni.
- Danandjaja, J. (2003). *Diskriminasi Terhadap Minoritas Masih Merupakan Masalah Aktual di Indonesia sehingga Perlu*

- Ditanggulangi Segera*. Online. <http://www.lfip.org>. Diakses 15 Desember 2014.
- Faaizah, L. (2013). Persepsi Masyarakat Muslim terhadap Waria dan Dampak Hubungan Sosial (Studi di Kampung Sidomulyo RT XVI RW XIV, Kelurahan Bener, Kecamatan Tegalrejo, Yogyakarta). *Skripsi*, tidak diterbitkan. Online. <http://digilib.uin-suka.ac.id>. Diakses 13 Juli 2015.
- Haq, A. (2012). *Ritual Bissu, Waria-Waria Sakti di Bone*. Online. <http://nasional.kompas.com>. Diakses 15 Desember 2014.
- Herdiansyah, H. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif: untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hinshaw, S.P. (2005) The Stigmatisation of Mental Illness in Children and Parents: Developmental Issues, Family Concerns, and Researchneeds. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 46(7), 714–734.
- Huang, K. (2012). *Tales of the Waria: Inside Indonesia's Third-Gender Community*. Online. <http://huffingtonpost.com>. Diakses 15 Desember 2014.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2012). *Kementerian Sosial dalam Angka, Pembangunan Kesejahteraan Sosial*. Online. <http://www.dissos.jabarprov.go.id>. Diakses 9 Desember 2014.
- Koeswinarno. (1993). *Profil Waria Yogyakarta*. Yogyakarta: PP Kependudukan Universitas Gajah Mada.
- Koeswinarno. (2004). *Hidup Sebagai Waria*. Yogyakarta: LkiS.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Apraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Matsumoto, D. (2008). *Pengantar Psikologi Lintas Budaya*. (Alih Bahasa: Anindito Aditomo). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nadia, Z. (2005). *Waria: Laknat atau Kodrat?*. Yogyakarta: Pustaka Marwa.
- Ningsih, E. S. W., & Syafiq, M. (2014). Pengalaman Menjadi Pria Transgender (Waria): Sebuah Studi Fenomenologi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3, 1-6.
- Oetomo, D. (2001). *Memberi Suara pada yang Bisu*. Yogyakarta: Galang Press.
- Pahlawani, N. (2011). *Dinamika Psikologis Harga Diri pada Waria*. *Skripsi*, tidak diterbitkan. Online. <http://eprints.ums.ac.id>. Diakses 15 Juli 2015.
- Prabowo, S. (2006). *Studi Kasus Kehidupan Sosial Kaum Masyarakat Paiton Kabupaten Probolinggo*. Online. <http://student-research.umm.ac.id>. Diakses 20 Juli 2015.
- Pyror, J. B. & Reeder, G. D. (2013). Stigma: Advances in Theory and Research. *Basic and Applied Social Psychology*. 35, 1-26. Online. <http://portal.ou.nl>. Diakses 30 Desember 2014.
- Rachman, A. (2014). Waria Show: Politik Identitas Waria Pedesaan di Mojosari Mojokerto dan Nilai Edukasinya. *Skripsi*, tidak diterbitkan. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Saparudin. (2015). Strategi Waria Memperjuangkan Pengakuan Diri sebagai Jenis Kelamin Ketiga (Studi Kasus di Kelurahan Juata Laut, Kecamatan Tarakan Utara). *eJournal*

- Sosiatri – Sosiologi*. 3 (3): 104-124. Online. <http://ejournal.sos.fisip-unmul.ac.id>. Diakses 20 Juli 2015.
- Soekanto, S. (2003). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT. Rajawali.
- Suryadjaja, F. (2014). *Kekerasan pada Kaum Transgender*. Online. <http://berita.suaramerdeka.com>. Diakses 12 Desember 2014.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Seas, D. O. (2009). *Psikologi Sosial*. Edisi Kedua Belas. (Alih Bahasa: Tri Wibowo B. S.). Jakarta: Kencana.
- Winter, S. (2012). *Lost in Transition: Transgender People, Rights, and HIV Vulnerability in The Asia-Pacific Region*. Online. <http://undp.org>. Diakses 18 Desember 2014.

## **Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri “X”**

Iffa Dian Pratiwi, dan Hermien Laksmiwati  
*Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *This research was aimed to examine the correlation between self confidence and learning independency among senior high school students. This research was a quantitative study which involved all student of class XI social science major (ilmu pengetahuan sosial/IPS) in SMA Negeri 1 Porong with the total number of 88 students. The instrument used to collect data were self confidence and independent learning scales. Data were analyzed using Pearson's product moment. The result shows that the coefficient correlation is 0,683 ( $r=0,683$ ) in the significant level of 0,000 ( $p=0,000$ ). The result means that there is correlation between self confidence and learning independency in which the relation between both variables is unidirectional. So, the higher the self confidence student have, the higher their learning independency would be and vice versa.*

**Keywords:** *Self-confidence, independent learning, student.*

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar pada siswa XI IPS SMA Negeri 1 Porong. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 88 siswa di SMA Negeri 1 sehingga disebut penelitian populasi, karena jumlah subjek penelitian dibawah 100. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala kepercayaan diri dan skala kemandirian belajar. Analisis data menggunakan product moment. Hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,683 ( $r=0,683$ ) dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p=0,000$ ) artinya terdapat hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan kemandirian belajar dimana hubungan antar variabel adalah searah. Oleh karena itu, semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula kemandirian belajarnya, dan sebaliknya.

**Kata Kunci :** Kepercayaan diri, kemandirian belajar, siswa

Hakikatnya setiap manusia memerlukan pendidikan dalam kehidupannya. Pendidikan mempunyai peran penting dalam kelangsungan hidup dimasa yang akan datang. Peran penting tersebut untuk mengembangkan potensi dalam dirinya. Menurut UU Nomor 20 tahun 2003 pada pasal 3 tujuan pendidikan yaitu mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dalam

dirinya untuk menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung-jawab. Salah satu komponen yang dibutuhkan dalam pelaksanaan sistem pendidikan di Indonesia yaitu kurikulum. Kurikulum di Indonesia umumnya selalu mengalami pengembangan, hal ini dilakukan dengan mengacu standar nasional pendidikan

---

*Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Iffa Dian Pratiwi melalui email: iffadp@gmail.com*

untuk mewujudkan tujuan pendidikan. Kurikulum yang digunakan di Indonesia saat ini yaitu kurikulum 2013. Kurikulum 2013 menekankan peran siswa yang aktif dalam pembelajaran dan peran guru hanyalah sebagai fasilitator, atau sering disebut dengan *learned centered*. Perubahan kurikulum pendidikan di Indonesia menjadi kurikulum 2013 disesuaikan dengan tujuan pendidikan yaitu untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dalam dirinya.

Implementasi kurikulum 2013 diterapkan pada semua jenjang pendidikan, tak terkecuali pada jenjang pendidikan sekolah menengah atas (SMA). Salah satu karakteristik peserta didik sekolah menengah atas (SMA) yaitu peserta didik memasuki usia 15-18 tahun. Menurut Santrock (2003) rentang usia 15-18 tahun tergolong pada masa remaja. Pada masa remaja banyak sekali tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan, salah satunya yaitu kemandirian.

Menurut Knowles (dalam Nurhayati, 2011) kemandirian belajar (*self directed learning*) merupakan suatu proses dimana individu bertanggung jawab penuh serta berinisiatif dalam mendiagnosis kebutuhan belajar, merumuskan tujuan belajar, mengidentifikasi sumber belajar, memilih dan mengimplementasikan strategi belajar dan mengevaluasi hasil belajar. Salah satu tugas seorang siswa yaitu mampu mengambil tanggungjawab belajar mereka sendiri, agar tidak menggantungkan diri kepada orang lain dan mampu mengelola dirinya kapan waktu yang tepat untuk meminta bantuan kepada orang lain dan kapan tidak membutuhkan bantuan dari orang lain dalam belajar

Kemandirian belajar diperlukan dalam sistem pendidikan, agar tercapai tujuan pembelajaran yang menekankan siswa aktif dalam mengembangkan potensinya. Hal ini dikarenakan siswa dapat mengontrol sendiri berbagai cara

belajar yang perlu ditempuh untuk mencapai hasil prestasi belajar sesuai dengan keinginannya. Pencapaian prestasi belajar di sekolah yang optimal dalam proses belajar siswa dapat didapatkan dengan adanya kemandirian belajar siswa.

Pada konteks proses belajar, terlihat adanya fenomena peserta didik yang kurang mandiri dalam belajar, yang dapat menimbulkan gangguan mental setelah memasuki pendidikan lanjutan, kebiasaan belajar yang kurang baik seperti tidak betah belajar lama atau belajar menjelang ujian, membolos, menyontek, dan mencari bocoran soal-soal ujian. Fenomena-fenomena di atas, menuntut dunia pendidikan untuk mengembangkan kemandirian belajar pada peserta didik (Desmita, 2011). Kemandirian belajar memang sangat diperlukan dalam meningkatkan prestasi siswa, terlebih lagi dengan diberlakukannya kurikulum 2013 yang menuntut siswa untuk lebih berperan aktif.

Kemandirian belajar dapat dilaksanakan oleh seseorang apabila seseorang tersebut memiliki kepercayaan diri. Menurut Heaters (dalam Nurhayati, 2011) kemandirian belajar seseorang ditunjukkan dengan adanya kepercayaan diri akan kemampuannya dalam menyelesaikan berbagai macam permasalahan yang ada selama kegiatan belajar berlangsung, tanpa bantuan dari orang lain dan tidak ingin dikontrol pengambilan keputusannya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Sama halnya dengan pernyataan (Desmita, 2011) kemandirian belajar siswa muncul ketika siswa menemukan diri pada posisi kepercayaan diri yang meningkat.

Menurut Hakim (2002) kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Individu yang berada pada

tingkat kepercayaan diri yang tinggi, mampu menerapkan pikiran positif dalam dirinya untuk dapat mengelola semua kebutuhan hidupnya, termasuk kebutuhan belajarnya. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi, akan mampu mengelola belajarnya dengan baik, tanpa bergantung kepada orang lain.

Menurut Hiemstra (Nurhayati, 2011) ciri-ciri pebelajar yang memiliki kemandirian belajar yaitu (1) pelajar mempunyai tanggungjawab dalam pengambilan keputusan yang berhubungan dengan usaha belajar, (2) Memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya (3) Tidak mudah terpengaruh oleh orang lain mengenai proses belajarnya, (4) Apabila menjumpai masalah, berusaha untuk dipecahkan sendiri dan mampu mengatur diri kapan harus meminta bantuan orang lain, serta tidak lari dari masalah, (5) Dapat memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin untuk belajar. Berdasarkan uraian ciri-ciri mengenai individu yang memiliki kemandirian belajar terdapat salah satu ciri yaitu memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan merupakan salah satu aspek kepercayaan diri. Individu yang yakin dengan kemampuannya adalah individu yang berpikiran positif terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan berbagai persoalan dalam belajar. Oleh karena itu, kepercayaan diri mempunyai kontribusi dalam menumbuhkan kemandirian belajar siswa.

SMA Negeri 1 Porong, merupakan salah satu sekolah yang berstatus negeri. Pada sekolah ini terdapat dua jurusan program sekolah yaitu IPA dan IPS. Pada siswa kelas XI IPS didapatkan fenomena mengenai kemandirian belajar dan kepercayaan diri. 3 siswa mengatakan bahwa dirinya masih menunggu perintah dari orang tua untuk belajar, 2 siswa mengatakan bahwa mereka menggunakan waktu luangnya dirumah untuk bermain dibandingkan dengan belajar, 1 siswa

mengatakan bahwa dirinya belajar atas kemauannya sendiri dan berusaha semaksimal mungkin dalam menyelesaikan tugasnya, 1 siswa lainnya mengatakan bahwa dirinya belajar secara fleksibel atau tidak menentu, tergantung keinginannya untuk belajar tinggi atau rendah.

Fenomena lainnya ketika presentasi dikelas siswa cenderung pasif, tidak yakin dengan kemampuannya ketika mengerjakan tugas, selain itu siswa juga tidak yakin dalam pemilihan jurusan sehingga menggantungkan diri kepada orang lain dalam pengambilan keputusan pemilihan jurusan, perbuatan menyontek juga masih dilakukan dengan bergantung pada salah satu temannya yang pintar mereka akan menyontek pada temannya tersebut.

Berdasarkan fenomena tersebut penelitian ini bermaksud untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar pada siswa XI IPS SMA Negeri 1 Porong.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional untuk mengungkap hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar pada siswa XI IPS SMA Negeri 1 Porong.

Populasi pada penelitian ini sebanyak 88 siswa yang merupakan siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Porong. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah sampel sensus, karena sampel pada penelitian kurang dari 100. Sampel pada penelitian ini berjumlah sama dengan populasi yaitu 88 siswa.

Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri dan kemandirian belajar. Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster (dalam Ghufon, 2014). Skala kemandirian belajar disusun berdasarkan aspek-aspek kemandirian belajar yang



dikemukakan oleh Abdullah (Rothwell, 2008)

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data *product moment*, dikarenakan data penelitian berskala interval serta penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan satu variabel bebas dengan variabel terikat yaitu hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS versi 20.0 for windows*.

### Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar. Hasil analisis data menggunakan korelasi *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $(r) = 0,683$  dan nilai signifikansi yang diperoleh variabel kepercayaan diri dan kemandirian belajar adalah  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa koefisien korelasi sebesar 0,683 menunjukkan kekuatan hubungan yang cukup antara variabel kepercayaan diri dengan kemandirian belajar dan nilai signifikansi yang didapat lebih kecil dari 0,05 sehingga kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan. Berdasarkan hasil analisis tersebut, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa “ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar pada siswa XI IPS SMA Negeri 1 Porong” diterima.

### Pembahasan

Hasil tersebut sejalan dengan pernyataan Heaters (dalam Nurhayati, 2011) kemandirian belajar seseorang dipengaruhi oleh kepercayaan diri. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan yakin dengan kemampuannya dalam menyelesaikan berbagai macam permasalahan yang ada selama kegiatan belajar berlangsung, tanpa bantuan dari orang lain dan tidak ingin dikontrol

pengambilan keputusannya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Sama halnya dengan pernyataan Steinberg (dalam Desmita, 2011) kemandirian belajar siswa muncul ketika siswa menemukan diri pada posisi kepercayaan diri yang meningkat.

Menurut Brawer (dalam Darmawan, 2013) kemandirian belajar merupakan perasaan otonom dalam proses belajar dalam mengatur strategi, melaksanakan belajar, serta mengevaluasi hasil belajar. Sikap kemandirian umumnya dipengaruhi oleh self reliance atau kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu. Seseorang yang mempunyai sikap mandiri harus dapat mengaktualisasikan secara optimal dan tidak menggantungkan diri kepada orang lain.

Chickering (Pannen, 2000) siswa yang mampu belajar mandiri adalah siswa yang dapat mengontrol dirinya sendiri, mempunyai motivasi yang tinggi, memiliki kepercayaan diri atau yakin akan dirinya, mempunyai orientasi atau wawasan yang luas dan luwes. Kepercayaan diri menjadi salah satu faktor penting dalam pencapaian kemandirian belajar pada siswa. Seorang siswa yang memiliki kepercayaan diri, akan yakin dengan berbagai keputusan yang diambil untuk mencapai prestasi belajar yang didapatkannya. Keyakinan-keyakinan tersebut yang membuat siswa mampu mengambil berbagai langkah yang harus ditempuh dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, serta evaluasi dari hasil yang telah didapatkannya.

Slameto (2003) keyakinan tentang diri kita sendiri dan penilaian tentang diri memiliki peran penting pada kemandirian peserta didik. Keyakinan tentang diri salah satu bentuk dari rasa percaya diri. Berhubungan dengan kemandirian belajar, rasa percaya diri memberikan pengertian bahwa sikap dan pandangan positif individu terhadap kemampuan dirinya akan meningkatkan kemandiriannya.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuannya dan sejauhmana penilaian individu terhadap dirinya bahwa dirinya memiliki kepastian untuk berhasil (Neill, 2005). Kepercayaan diri siswa mempunyai peran yang sangat signifikan dalam kegiatan belajar. Jika siswa dalam belajar mempunyai kepercayaan diri yang tinggi maka hasil yang diperolehnya akan maksimal. Kepercayaan diri mempengaruhi kemandirian siswa dalam mengambil keputusan sendiri tanpa pengaruh dari orang lain, siswa yang mandiri mampu memotivasi diri untuk bertahan dari kesulitan yang dihadapi dan dapat menerima kegagalan dengan pikiran yang rasional. Seorang siswa yang memiliki kepercayaan diri dalam proses belajarnya dapat menerapkan sikap optimis serta bertanggungjawab dengan kewajiban yang dimilikinya sebagai siswa. Mereka selalu berpandangan positif, bahwa dirinya mampu menyelesaikan semua tugas belajar dengan baik dan mereka memiliki kesempatan untuk berhasil (Angelis, 2003).

Individu yang tidak memiliki kepercayaan diri, mereka cenderung berpandangan negatif, dan beranggapan apapun rintangan yang mereka lalui tidak ada terdapat jalan keluar. Mereka juga berpandangan bahwa kemampuan mereka terbatas dan tidak mungkin dapat mencapai keberhasilan. Individu yang memiliki kepercayaan diri rendah, cenderung bersikap pesimis dalam menjalani sesuatu. Mereka cenderung menyerah sebelum bertindak (Ghufron & Risnawati 2014).

Berdasarkan penelitian Tahar dan Eceng (2006) menyatakan kemandirian belajar merupakan kesiapan dari individu yang mau dan mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam hal penentuan tujuan belajar, metode belajar, dan evaluasi hasil belajar. Unsur-unsur yang berperan dalam kemandirian belajar antara lain adanya rasa tanggung jawab, percaya diri, inisiatif dan motivasi sendiri dengan atau

tanpa bantuan orang lain yang relevan untuk menguasai kompetensi tertentu, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajar. Individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya mengenai kompetensi, keyakinan, serta ketrampilan yang dimilikinya mampu mengarahkan individu menjadi mandiri dalam mengelola proses belajarnya sendiri.

Menurut Jin dan Cortazzi (dalam Gyanprakash dkk, 2013) siswa yang memiliki keyakinan akan kemampuannya dan motivasi dalam proses belajarnya dapat memunculkan kemandirian belajar dalam diri siswa. Siswa tidak akan bergantung dengan orang lain dalam proses belajar dan memiliki dorongan untuk mencapai tujuan yang diinginkannya. Tiga komponen kemandirian belajar yaitu menentukan tujuan pembelajaran yang siap untuk belajar, terlibat dalam proses pembelajaran, dan mengevaluasi pembelajaran. Individu yang memiliki kemandirian belajar, akan yakin dengan kemampuannya untuk melaksanakan komponen kemandirian belajar mulai dari menentukan tujuan pembelajaran yang berisi rancangan dan harapan yang ingin dicapai, terlibat langsung dalam proses pembelajaran tanpa bergantung dengan orang lain, serta mampu mengevaluasi kemampuannya berdasarkan kemampuan yang dimilikinya.

Steinberg (dalam Desmita, 2011) menyebutkan bahwa kemandirian belajar dapat muncul dan berfungsi, apabila individu memiliki kepercayaan diri yang meningkat. Individu yang tidak memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, tidak dapat menumbuhkan sikap kemandirian belajar dalam dirinya. Oleh karena itu, siswa yang memiliki kepercayaan diri umumnya mampu memiliki keyakinan bahwa apapun langkah yang ditempuh dalam kegiatan belajarnya mampu memberikan hasil yang memuaskan nantinya. Siswa yang memiliki kepercayaan diri, akan mampu

memberikan beberapa ide yang kreatif dalam proses pembelajarannya. Siswa yang mampu mengontrol dirinya dalam kegiatan belajarnya, mampu mengetahui kapan harus mengeluarkan berbagai inisiatif yang dimilikinya dan kapan harus bertanggung jawab dengan kewajibannya sebagai siswa (Miarso dalam Nurhayati, 2011).

Siswa yang memiliki kemandirian belajar, memiliki tanggung jawab dalam pengambilan keputusan yang berhubungan dengan usaha belajar. Mereka tidak akan mudah terpengaruh oleh orang lain mengenai proses belajarnya. Mereka akan berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan permasalahannya sendiri tanpa bantuan orang lain. Mereka juga mampu memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin untuk belajar. Individu yang memiliki kemandirian belajar tidak akan memilih bersenang-senang dibandingkan dengan belajar demi mencapai tujuannya.

Berdasarkan hal tersebut, maka dapat dijelaskan bahwa kemandirian belajar akan dapat dicapai ketika siswa memiliki kepercayaan diri. Kepercayaan diri memberikan kontribusi yang cukup penting dalam pembentukan kemandirian belajar dalam diri siswa. Hasil penelitian

menunjukkan adanya korelasi yang cukup antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar. Kepercayaan diri memberikan kontribusi sebesar 68,3% terhadap kemandirian belajar siswa, sedangkan 31,7% terdapat variabel lainnya seperti motivasi, tanggung jawab, inisiatif, dan lain sebagainya yang memberikan kontribusi terhadap kemandirian belajar siswa.

### Simpulan

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kemandirian belajar pada siswa XI IPS SMA Negeri 1 Porong” dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang berbunyi “tidak ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar” ditolak. Kepercayaan diri memiliki hubungan dengan kemandirian belajar. Kedua variabel memiliki hubungan yang searah, artinya apabila siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka dapat meningkatkan kemandirian belajar sebaliknya apabila siswa memiliki kepercayaan diri rendah maka dapat menurunkan kemandirian belajar siswa.

### Daftar Pustaka

- Angelis, B. (2003). *Percaya diri: sumber sukses dan kemandirian*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Darmawan, M. (2013). Peningkatan kemandirian peserta didik melalui strategi pembelajaran problem solving pada kompetensi perawatan dan perbaikan PC di kelas X TKJ SMK Negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal EKSIS*, 6 (2), 53-64. <http://library.ukdw.ac.id/>. Diakses 23 Desember 2015.
- Desmita (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Hakim, T. (2002). *Mengenal rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Ghufron, M.N. & Risnawita, R.S. (2014). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Gyanprakash., Nagpal, K., James, L. (2013). Independent learning and student development. *International journal of social science & interdisciplinary research*, 2 (2), 17-35.

- <http://indianresearchjournals.com>.  
Diakses 20 Desember 2015
- Neill, J. (2005). *Jenis-jenis percaya diri*. Jakarta: Alfabeta
- Nurhayati, E. (2011). *Psikologi pendidikan inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Pannen, P. (2001). *Konstruktivisme dalam pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Rothwell, W.J. (2008). *Adult learning basics*. Virginia: ASTD Press
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja (6th ed)*. Shinto, B.A & Sherly, S. (Terj). Jakarta: Erlangga
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta :Rineka Cipta.
- Tahar, Irzan & Enceng. 2006. Hubungan Kemandirian Belajar dan Hasil Belajar Pada Pendidikan Jarak Jauh. *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*, 7 (2), 91-101. [www.Ippm.ut.ac.id/](http://www.Ippm.ut.ac.id/). Diakses 23 Desember 2015.
- Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

## Studi Kasus Penerimaan Seorang Ayah Terhadap Anak Autis

Ade Surya Febrianto, dan Ira Darmawanti

*Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *The purpose of this study was to explore the process of fathers' acceptance to their children with autism. This study used a qualitative approach. Three participants who are fathers of children with autism were involved in this study. Data were collected using semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. This study reveals three themes, namely participants' responses on their autistic children; the psychological experiences of having children with autism; and making efforts to accept their autistic children. In general, the result of this study shows that the participants have different experiences in raising their autistic children. This study also found various forms and aspects of acceptance that are experienced by participants*

**Keywords:** *Acceptance, father, children with autism*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana proses penerimaan seorang ayah terhadap anaknya yang menyandang autisme. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Karakteristik partisipan penelitian meliputi ayah yang memiliki anak dengan diagnosis autisme. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 3 orang. Teknik pengumpulan data dengan wawancara semi terstruktur, dan analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis tematik. Penelitian ini mengungkapkan 3 (tiga) tema yaitu tanggapan terhadap autisme anaknya; pengalaman psikologis memiliki anak autis; dan upaya yang dilakukan untuk mencapai penerimaan terhadap anaknya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum ketiga partisipan memiliki pengalaman berbeda dalam merawat anak mereka yang didiagnosis autisme. Penelitian ini juga menemukan beberapa bentuk penerimaan yang dialami partisipan serta aspek-aspek penerimaan partisipan terhadap anaknya yang autis..

**Kata Kunci:** Penerimaan, ayah, anak dengan autisme

Kehidupan berkeluarga kehadiran anak merupakan hal yang istimewa. Kelahiran anak dipandang bernilai karena membuat pasangan suami istri lebih dewasa dan dihargai oleh masyarakat sekitar. Anak merupakan ekspresi dan kontinuitas orang tua dalam hal karakteristik diri dan nama keluarga, anak juga merupakan pemberian dan titipan Tuhan yang harus dirawat sebaik mungkin.

Keadaan akan menjadi berubah ketika anak yang lahir, berbeda dengan anak lainnya, yakni anak yang memerlukan perhatian atau kebutuhan khusus, termasuk dalam hal ini memiliki keturunan anak berkebutuhan khusus (ABK). Menurut Delphie (2004) anak berkebutuhan khusus merupakan istilah lain untuk menggantikan kata "Anak Luar Biasa" (yang menandakan kelainan khusus).

---

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Ade Surya Febrianto melalui e-mail: [adesurya333@gmail.com](mailto:adesurya333@gmail.com)

Menurut Mangunsong (1998) reaksi yang muncul pada orang tua ketika anaknya dikatakan memiliki permasalahan pada kondisi fisik maupun kesehatan adalah tidak percaya, terjadi goncangan batin, terkejut dan tidak mempercayai kenyataan yang menimpa anak mereka. Bukan hal yang mudah bagi orang tua untuk percaya bahwa anaknya dikatakan bermasalah, apalagi anaknya dikatakan menyandang autisme. Beberapa orang tua ada yang memiliki dorongan untuk melarikan diri dari masalahnya, berpura-pura bila anak mereka tidak memiliki kekurangan. Mereka merasa tidak nyaman dengan perasaan berpura-pura itu sehingga mereka mengambil tindakan sebaliknya, mereka menjadi terlalu cemas dan terlalu berlebihan dalam menjaga anak.

Beberapa orang tua ada yang memiliki dorongan untuk melarikan diri dari masalahnya, berpura-pura bila anak mereka tidak memiliki kekurangan. Mereka takut anaknya hilang dari pandangannya, tidak membiarkannya berinteraksi dengan orang lain, dan bahkan mereka cenderung melarang anaknya untuk melakukan sesuatu hal sendiri tanpa bantuan mereka. (Greenspan, 2006). Saat orang tua mengetahui bahwa anaknya memiliki permasalahan dalam kesehatannya terlebih lagi telah didiagnosa autisme maka timbul perasaan terpukul, putus asa, kesal, menyalahkan diri sendiri, merasa dirinya tidak berguna, melakukan penawaran-penawaran mengapa hal ini terjadi pada keluarganya, timbul dua perasaan bertentangan antara menerima dan menolak, tidak percaya diri, mengalami kebingungan untuk mengasuh anak (Indra, 2011).

Ayah sebagai kepala keluarga berperan sebagai sumber penghasilan dan pembentukan karakter pada keluarga. Selain itu ayah juga merupakan pelindung anggota keluarganya sehingga terciptalah suasana nyaman dan aman bagi pasangan maupun anak-anaknya. Ayah memiliki peranan tersendiri dalam membesarkan

anak autis. Ayah akan cenderung mengajarkan banyak hal kepada anak-anaknya tentang hidup dengan cara mereka masing-masing. Peran ayah juga dibutuhkan dalam perkembangan seorang anak, tidak selalu secara ekonomi saja. (Meadous, 2000). Ayah memiliki kontribusi yang sama terhadap perkembangan anak dengan gangguan autis, terutama dalam bidang bahasa dan bermain simbolis (Michelle & Elizabeth, 2011).

Penerimaan ayah terhadap anak yang memiliki gangguan autisme memerlukan pengetahuan yang luas tentang autisme itu sendiri, sehingga ayah akan memahami arti dari autisme yang sebenarnya. Pada umumnya ayah mengalami fase demi fase penerimaan terhadap anaknya yang berkebutuhan khusus meliputi; fase *denial*, fase *anger*, fase *bargaining*, fase *depression* hingga pada akhirnya mengalami fase *acceptance* (Rose, 2008).

## Metode

Penelitian ini, penulis mencoba untuk menggali lebih dalam tentang proses penerimaan seorang ayah yang memiliki anak autis peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif yang digunakan adalah studi kasus, karena dalam penelitian studi kasus mencoba untuk melihat suatu kasus dari beberapa sumber data yang dapat mengungkap kasus tersebut. Penelitian studi kasus adalah suatu model yang menekankan pada pengembangan dari suatu sistem yang terbatas pada satu atau beberapa kasus secara mendetail yang melibatkan beragam sumber informasi dengan melakukan panggilan data secara mendalam (Herdiansyah, 2010).

Pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristik partisipan adalah seorang ayah yang memiliki anak autis dan bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini, dengan lokasi penelitian di kota Sidoarjo. Peneliti

juga menggunakan teknik *key person*, dimana peneliti mendapatkan rekomendasi partisipan dari seorang terapis disalah satu tempat terapi yang ada di kota Sidoarjo.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

No	Nama	Usia	Pendidikan	Pekerjaan
1	Alex	37	STM	Tidak bekerja
2	Seto	49	SD	Pedagang
3	Tono	40	S2	PNS

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi semi partisipatif. Instrumen wawancara yang digunakan adalah pedoman wawancara dan alat perekam. Tujuan peneliti menggunakan bentuk wawancara semi terstruktur adalah untuk kedalaman pada menggali informasi dari subjek maupun informan, karena bentuk wawancara semi terstruktur ini memungkinkan peneliti untuk mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang lebih spesifik dan lebih fleksibel guna menjaga kenyamanan subjek tanpa mengurangi nilai informasi.

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis tematik. Penggunaan analisis tematik memungkinkan peneliti menemukan "pola" yang pihak lain tidak melihatnya secara jelas. Pola atau tema tersebut seolah secara acak dalam tumpukan informasi yang tersedia. Setelah itu dapat ditemukan pola ("*seing*"), akan menghasilkan atau meng'*encode*' pola tersebut ("*seing as*") dengan menggunakan label, definisi atau deskripsi (Boyatzis 1998, dalam Poerwandari, 2001).

Uji keabsahan data penelitian ini menggunakan triangulasi. Peneliti menggabungkan triangulasi sumber dan triangulasi teknik atau metode. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara sebagai triangulasi teknik serta melakukan wawancara dengan ayah dan *significant other* sebagai triangulasi sumber.

*Significant other* dalam penelitian ini adalah istri dari setiap partisipan yang

mengetahui pengalaman interaksi serta usaha para partisipan dalam menerima anak mereka yang memiliki kebutuhan khusus autisme.

## Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap proses seorang ayah menerima anaknya dengan gangguan autisme. Peneliti berhasil mengungkap 3 tema, yaitu (1) Respon terhadap autisme anak autis; (2) pengalaman psikologis memiliki anak autistik; dan (3) upaya penerimaan terhadap anaknya yang autis.

### *Respon terhadap autisme anaknya*

Pemikiran awal yang muncul adalah menanyakan pada diri sendiri mengapa hal ini bisa terjadi pada dirinya. Hal tersebut timbul dalam pemikiran Alex.

"Pemikiran pertama yang muncul itu kenapa hal ini bisa terjadi pada keluarga saya?" (Alex)

Namun selanjutnya Alex mengungkapkan bahwa apa yang sedang ia alami ini merupakan suatu cobaan dari Tuhan dan ia meyakinkan dirinya bahwa ia dapat menghadapi pencobaan tersebut.

"menganggap semua ini hanya cobaan dari Allah yang pasti bisa saya hadapi". (Alex)

Sikap ini juga menjadi pilihan Tono. Ia menjelaskan bahwa anaknya merupakan anugerah istimewa yang diberikan Tuhan kepada dirinya. Tono percaya bahwa Tuhan mengerti bila dirinya mampu untuk merawat dan memberikan kasih sayang kepada NIKO anaknya.

"bahwa saya dianugerahi NIKO yang diberikan kondisi seperti ini, berarti Tuhan tahu bahwa saya ini mampu untuk merawat dan mengasahi NIKO mas." (Tono)

Hal yang sama juga menjadi pendirian Seto. Ia memandang apa yang dialami

memang merupakan suatu cobaan dari Tuhan bagi keluarganya. Berbeda dengan istrinya yang merasa terpukul, Seto berusaha tetap kuat.

"apa yang saya alami ini adalah suatu cobaan dari Allah bagi saya dan istri saya" (Seto)

"sudah saya ceritakan kalau yang merasa terpukul banget itu istri saya.. lah saya itu kalau gak tegar mas.. yang nyemangati istri saya siapa?" (Seto)

### ***Pengalaman psikologis memiliki anak autis***

Alex merasa bahwa dirinya telah diremehkan oleh keluarga besarnya karena anaknya didiagnosis autisme.

"kalau kakak-kakak saya meremehkan saya,.. seolah-olah saya tidak becus mengurus rumah tangga saya" (Alex)

Hal tersebut juga dijelaskan dalam pernyataan istri Alex, bahwa suaminya Alex sempat merasa marah ketika mendapat hinaan dari keluarganya, dan bahkan membuat Alex merasa putus asa dengan kondisi tersebut.

"Bapak itu emosi saat keluarga itu,.. apa ya.. seperti menghina dia gitu lho mas.. ya sempat dia seperti putus asa gitu mas" (Siti)

Mendapat tanggapan negatif dari keluarga Alex merasa marah.

"Saya marah mas, sampai saya tidak mau lagi mengajak istri dan anak saya bertamu kerumah kakak saya" (Alex)

Perasaan putus asa sempat datang pada partisipan, Alex dan Seto mengatakan bahwa dirinya merasakan putus asa saat mencoba untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Alex merasa putus asa karena sikap yang kurang menyenangkan dari keluarga. Diremehkan dari kakaknya merupakan pemicu awal perasaan putus asa yang dirasakan Alex.

"Jujur pada saat itu saya sempat putus asa, anak saya kok seperti ini.. dan ditambah lagi kakak-kakak saya merendahkan saya, seolah-olah saya ini tidak sanggup menjadi kepala rumah tangga" (Alex)

Bila Alex merasa putus asa karena diremehkan, berbeda lagi dengan apa yang dialami oleh Seto. Ia mengatakan saat awal mulai merasa putus asa saat dirinya lelah berusaha untuk menyembuhkan anak. Berkali-kali mencoba penanganan kesana-kesini, dari mulai pengobatan yang rasional hingga yang irasional.

"4 tahun saya dan istri sudah berusaha kesana-kesini, tetapi hasilnya masih sama saja.. sampai capek kita mas, sudah bingung bagaimana menangani SELA" (Seto)

Berbeda dengan kedua partisipan lain, Tono masih merasa beruntung. Ia masih bersyukur karena kondisi yang dihadapi anaknya tidaklah terlalu buruk

"Puji Tuhan menurut psikolog di CHB itu kalau autis Asperger itu tergolong anak autis yang cerdas,.. tidak seperti autis yang mengalami hambatan serius seperti verbalnya yang benar-benar tidak bisa bicara" (Tono, h. 33)

### ***Upaya penerimaan terhadap anak***

Tono menjelaskan bahwa ayah juga memiliki peran yang cukup banyak dalam merawat anak. Tono berpikir bahwa sosok seorang ayah sebagai pemberi hak kepada anak, salah satunya adalah hak untuk mendapatkan kasih sayang dari ayah.

"dia tanya apa ya saya jelaskan, tidak selalu hal seperti itu adalah peran ibu.. itu saja sih mas yang bisa saya lakukan.. karena itu cara saya untuk menyayangi dia, bagaimana dia bisa merasakan kasih sayang dari ayahnya". (Tono, h. 43)

Alex juga mengungkapkan perasaan bahagiannya dengan hadirnya anak dalam



hidup rumah tangganya. Apapun kondisinya Alex tetap menyayangi anaknya, Alex tidak peduli dengan pandangan negatif dari kakak-kakaknya. Alex juga menjelaskan bahwa anaknya merupakan semangat bagi dirinya disaat dirinya pernah koma dirumah sakit

“ ini anak saya, dan apapun itu saya akan tetap menyayangnya, tidak peduli bagaimana kondisinya dan saya tidak peduli bila diremehkan oleh kakak saya” (Alex, h. 05)

"dia anugerahku mas,. semangat bagi saya saat saya sedang kritis di rumah sakit ". (Alex, h. 12)

Sama halnya dengan Seto yang menganggap bahwa anaknya merupakan anak yang istimewa bagi dirinya. Kebahagiaan Seto dituangkan dalam harap sederhana yaitu memeberi nama SELA pada anaknya dengan harapan bahwa anaknya menjadi anak yang dapat berbakti bagi dirinya dan istrinya.

“kalau SELA sendiri bagi saya anak istimewa, saya juga memberi nama SELA itu dengan harapan bahwa anak saya ini kelak menjadi anak yang sholeha, hidupnya kelak menjadi orang lurus hidupnya dalam agama dan bangsa.. bisa berbakti pada orang tuanya” (Seto, h. 26)

## Pembahasan

Berkeluarga merupakan anugerah tersendiri dalam sebuah kehidupan individu. Orang tua mengharapkan anaknya tumbuh menjadi anak yang cerdas, dan berhasil dalam pendidikannya, namun keadaan akan berubah bila orang tua memiliki anak dengan kebutuhan khusus (ABK). Reaksi yang muncul pertama kali pada orang tua ketika anaknya memiliki permasalahan pada kondisi fisik maupun kesehatan adalah tidak percaya, adanya goncangan batin dalam dirinya, dan tidak mempercayai kenyataan yang

menimpa anak mereka (Mangungsong, 1998). Perasaan tak percaya bahwa anaknya mengalami autisme kadang-kadang menyebabkan orang tua mencari dokter lain untuk menyangkal diagnosis dokter sebelumnya, bahkan sampai beberapa kali berganti dokter (Safira, 2005).

Ayah sebagai kepala keluarga berperan sebagai sumber penghasilan dan pembentukan karakter pada keluarga. Selain itu ayah juga merupakan pelindung anggota keluarganya sehingga terciptalah suasana nyaman dan aman bagi pasangan maupun anak-anaknya. Ayah memiliki peranan tersendiri dalam membesarkan anak autisme. Ayah akan cenderung mengajarkan banyak hal kepada anak-anaknya tentang hidup dengan cara mereka masing-masing. Peran ayah juga dibutuhkan dalam perkembangan seorang anak, tidak selalu secara ekonomi saja. (Meadous,2000). Ayah memiliki kontribusi yang sama terhadap perkembangan anak dengan gangguan autisme, terutama dalam bidang bahasa dan bermain simbolis (Michelle & Elizabeth, 2011).

Penelitian menemukan 4 tema besar, dari tema tersebut dapat dilihat proses penerimaan yang dialami partisipan. Tema Tanggapan awal terkait autisme pada anak menggambarkan bagaimana partisipan menyikapi suatu respon positif dan negatif dari orang disekitarnya. Partisipan juga mengalami suatu pengingkaran dalam dirinya, dimana partisipan berpikir mengapa hal buruk itu menimpa keluarganya. Adanya suatu pengingkaran merupakan suatu tahap *Denial*. Respon awal seseorang ketika mengalami kondisi yang tidak diinginkan akan mengingkari ketidaknyamanan kondisi tersebut terjadi dalam hidupnya (Ross, 2008). Hasil interaksi dengan orang disekitar yang berkaitan dengan autisme pada anak membuat partisipan memunculkan respon marah, mereka merasakan kemarahakan bukan karena keautisan yang terjadi pada anak dan keterbatasannya.

Ketiga partisipan mengalami kemarahan akibat respon negatif dari orang di sekelilingnya. Kemarahan tersebut juga mengakibatkan salah satu partisipan menyalahkan istri sebagai penyebab keautisan pada anak. Ada juga partisipan yang sangat marah ketiga mendapat penolakan dari keluarga besar atas dirinya, yang dianggap tidak kompeten dalam menjadi kepala rumah tangga sehingga anak mengalami autisme. Apa yang dialami partisipan tersebut merupakan suatu tahap *anger* atau kemarahan, Ross (2008) mengatakan seseorang berada pada tahap kemarahan ketika tidak dapat mengatasi pengingkaran kondisi buruk yang dialami. Adanya pengingkaran dari sekelilingnya membuat partisipan marah, namun kemarahan yang ditunjukkan oleh partisipan adalah kemarahan bukan karena keautisan anak melainkan kepada respon negatif dari lingkungan sekitarnya.

Tema pengalaman psikologis memiliki anak autis menggambarkan bahwa partisipan mengalami berbagai kondisi dalam mengurus anak, secara psikologis partisipan merasakan stress dalam menangani anak sehari-hari. Partisipan merasa kebingungan akan bahasa non verbal yang muncul pada anak mereka, yang terkadang membuat partisipan merasa kesusahan dalam menenangkan anak saat mengalami tantrum. Penelitian lain yang senada dengan kondisi tersebut adalah penelitian Rachmayanti & Zulkaida (2007) yang menyatakan bahwa orangtua Anak Berkebutuhan Khusus. Sempat mengalami stress, bingung dan khawatir dalam menghadapi keadaan anak. Hal tersebut dikarenakan mereka yang menangani dan mengurus semua keperluan anak sehari-hari. Partisipan pertama (Alex) yang sering mengalami kebingungan dalam menangani anak, hal ini karena Alex memiliki peran sebagai orangtua yang mengurus semua keperluan anak sehari-hari kecuali dalam hal memasak. Memahami kondisi anak merupakan salah satu bentuk dari

penerimaan, Puspita (dalam Rachmayanti & Anita, 2007) mengatakan salah satu bentuk penerimaan adalah memahami kebiasaan-kebiasaan anak.

Partisipan juga sempat mengalami perasaan putus asa dalam menangani anak. Perasaan putus asa partisipan muncul akibat mereka merasa sia-sia penanganan anak selama ini yang sudah dilakukan sebelum menempatkan anak pada rumah terapi khusus. Kondisi tersebut menunjukkan partisipan berada pada tahap *Depression* Ross (2008) yang menjelaskan seseorang sudah melewati tahap pengingkaran, kemarahan dan tahap tawar-menawar. Seseorang akan merasa memiliki rasa kehilangan yang sangat besar (dalam hal ini kehilangan keinginannya untuk mengalami kondisi yang sesuai dengan keinginannya).

Penanganan yang baik dan tepat juga merupakan salah satu cara bagaimana partisipan mengatasi kondisi buruk yang dialami. Tema strategi penanganan anak menggambarkan bagaimana partisipan mengambil tindakan-tindakan dalam mengatasi permasalahan memiliki anak autis. Partisipan menempatkan anak ditempat pusat terapi dilakukan dengan harapan bahwa anak mereka dapat sembuh. Hal ini juga seperti yang dikatakan Anita (2007) mengupayakan penanganan alternatif sesuai dengan kebutuhan anak merupakan sebuah bentuk dimana orangtua sudah dapat menerima anaknya.

Alex mulai berusaha bangkit ketika pada tahap *Depression* dengan memunculkan perasaan positif dalam dirinya. Alex menganggap apa yang dirinya alami ini merupakan hanya cobaan dari Allah dimana dirinya mampu untuk mengatasi semuanya ini. Alex menganggap bila dirinya lebih memperkuat imannya maka dirinya pasti mampu mengatasi masalah tersebut. Kondisi tersebut merupakan tahap *Bargaining* atau tahap tawar-menawar Ross (2008) Tahap ini merupakan tahap ketika seseorang melakukan tawar-menawar dengan kondisi

yang tidak ia inginkan. Seto yang mengalami *Bargaining* terlebih dahulu dari tahap *Depression*. Perasaan depresi yang dialami Seto muncul ketika dirinya sudah merasa bertahun-tahun mengatasi autisme pada anak melalui pengobatan alternatif adalah sia-sia. Seto berada pada tahap *Bargaining*, ketika melihat depresi yang dialami oleh istri, Seto beranggapan bila dirinya juga mengalami depresi seperti istrinya maka siapa yang akan berusaha mencari jalan keluar dari masalah tersebut.

Partisipan juga mengalami kekhawatiran anak masa depan anak dan keterbatasan anak mengungkapkan bahwa partisipan mengalami kecemasan akan apa yang terjadi pada anak dimasa ini maupun dimasa depan anak. Partisipan mengakui ketidak berdayaan anaknya dalam hidup secara sosial dimasyarakat umum. Rachmayanti & Anita (2007) mengatakan bahwa salah satu bentuk penerimaan yang terjadi pada orangtua adalah menyadari akan apa yang bisa dilakukan anak dan apa yang belum bisa dilakukan anak.

Tema upaya yang dilakukan dan evaluasi menjelaskan partisipan melakukan berbagai upaya dalam mengatasi autisme pada anak. Partisipan melakukan bermacam-macam upaya dalam mengatasi anak. mulai dari peran pengasuhan anak sehari-hari hingga bagaimana partisipan mencari bantuan kepada tenaga medis dan meminta bantuan kepada non medis. Puspita (dalam Rachmayanti & Anita, 2007) mengatakan bentuk penerimaan orangtua juga dapat dilihat dari bagaimana orangtua dapat mengupayakan alternatif penanganan sesuai kebutuhan anak. Partisipan juga mengupayakan pengobatan anak melalui suatu kepercayaan yang terjadi pada masyarakat diIndonesia. Orientasi pemikiran partisipan masih terpengaruh oleh kepercayaan yang ada dimasyarakat Indonesia, dan partisipan masih menganggap bahwa autisme pada anak adalah sebuah penyakit.

Tema penerimaan terhadap anak mengungkapkan bagaimana ketiga

partisipan mulai menerima kondisi anak, penerimaan yang terjadi terlihat bagaimana ketiga partisipan memiliki harapan untuk masa depan anak. Ketiga partisipan tetap mengharapkan kesembuhan untuk anak, dan langkah menempatkan anak ke rumah terapi dengan harapan anak dapat hidup secara mandiri. Partisipan juga menghargai anak sebagai individu yang berhak mendapat kasih sayang dari ayah. Perasaan bahagian menunjukkan bahwa partisipan dengan ikhlas menerima anaknya meskipun dalam kondisi autisme, cara partisipan menghargai anak mereka seperti apa yang dikatakan Ningrum (dalam Laurent, 2011), orang tua dapat menunjukkan dengan menempatkan anaknya pada posisi penting dalam keluarga dan mengembangkan hubungan emosional yang hangat dengan salah satunya menghargai anak sebagai individu dengan segenap perasaan.

Adanya kepercayaan yang besar terhadap Tuhan membuat partisipan dapat bersikap dengan bijak dalam menanggapi masalah mereka. Partisipan berpikir bahwa segala sesuatu yang mereka alami ini dapat diatasi dengan bantuan Tuhan. Mereka mencurahkan perasaan kesedihan mereka memiliki anak autis dalam doa sehari-hari mereka. Mereka berharap adanya timbal-balik dari upaya doa, sehingga Tuhan dapat mampu menyembuhkan anak mereka. Hal tawar-menawar ini merupakan membuktikan bahwa ketiga partisipan berada pada tahap penerimaan *Bargaining*. Ross (2008) seseorang sudah mulai tawar menawar dengan kondisi yang tidak diinginkan merupakan tahap *Bargaining*. Tahap dimana orangtua berusaha menghibur diri dengan pernyataan seperti “mungkin kalau kami berpasrah pada Tuhan, keadaan akan membaik dengan sendirinya”.

Penerimaan ayah terhadap anak yang memiliki gangguan autisme memerlukan pengetahuan yang luas tentang autisme itu sendiri, sehingga ayah akan memahami arti dari autisme yang sebenarnya. Peneliti melihat tema-tema yang muncul dalam

penelitian ini dan mencoba untuk mengungkapkan bagaimana proses penerimaan yang dialami setiap partisipan. Tahap-tahap yang terjadi dalam suatu proses penerimaan adalah tahap *denial*, tahan *anger*, tahap *bargaining*, tahap *depression* dan hingga pada akhirnya mengalami tahap *acceptance* (Ross, 2008).

Ketiga partisipan mengalami tahap demi tahap yang dilalui untuk menuju penerimaan (*acceptance*), namun dari ketiga subyek tidak selalu berurutan tahap yang dialami. Ross (2008) mengatakan tidak selalu individu akan mengalami tahap penerimaan secara berurutan seperti yang ada dalam teori. Tahap pertama adalah tahap *denial*, yang pada umumnya partisipan dapat menerima kenyataan atas kondisi anaknya ketika didignosa autisme. Hanya saja dua partisipan merasa bingung, harus bagaimana dengan kondisi tersebut. Partisipan satu sempat merasakan kurang percaya diri memiliki anak autisme. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Ross (dalam Saraswati, 2004) yang mengatakan bahwa tidak mudah bagi orangtua manapun untuk dapat menerima apa yang terjadi dengan kondisi anak mereka. Terkadang terlintas perasaan malu mengapa hal tersebut dapat terjadi didalam keluarga mereka. Berbeda dengan apa yang dialami oleh partisipan tiga (Tono), dirinya tidak merasa kebingungan atau gelisah saat pertama kali mengetahui anaknya autisme. Tono menyadari bahwa ada keanehan yang terjadi pada anaknya, Tono hanya menduga bila anaknya mengalami keterlambatan dalam berbahasa. Sejak awal Tono sudah merasa bahagia dengan kehadiran anak keduanya tersebut, hal ini yang menjadikan Tono tidak mengalami *denial*.

Tahap kedua adalah tahap *anger*, reaksi marah bisa kepada diri sendiri atau kepada pasangan hidup, bisa juga muncul dalam bentuk menolak mengasuh anak (Ross, 2008). Pernyataan yang sering muncul dalam hati seperti “mengapa keluarga kami mengalami ini?”. Ketiga partisipan memiliki pemikiran “mengapa

anaknya bisa menjadi autisme?”. Ketiga partisipan merasa kecewa terhadap diagnosa awal yang tidak tepat dari dokter. Ketiga partisipan mulai muncul kemarahan akibat pandangan negatif dari keluarga beserta orang disekitarnya, partisipan satu (Alex) dirinya sangat marah karena adanya pandangan yang meremehkan dirinya dari keluarga besarnya. Partisipan 2 (Seto) mulai muncul kemarahan saat dirinya menyalahkan istri, seto menyalahkan istrinya karena tidak memberikan ASI secara eksklusif pada anaknya.

Tahap ketiga adalah tahap *bargaining* (tawar-menawar), pada tahap ini individu akan melakukan tawar-menawar dengan kondisi yang tidak ia inginkan. Ketiga partisipan berusaha untuk memunculkan pemikiran positif dalam diri mereka dimana mereka menganggap memiliki anak autisme merupakan suatu percobaan bagi keluarga mereka. Partisipan 3 sangat yakin dengan apa yang dia percaya bahwa anaknya akan dapat disembuhkan oleh Tuhan, Tuhan tidak mungkin meninggalkan dirinya. Partisipan 2 percaya bahwa bila dirinya dan istrinya terus berusaha mencari penanganan alternatif, maka anak mereka akan sembuh. Partisipan 1 mulai *bargaining* saat dirinya merasa bahwa dirinya harus bangkit untuk mengatasi masalah yang terjadi, partisipan 1 mencoba untuk membuktikan kepada keluarganya bahwa dirinya mampu mengatasi masalah autisme pada anak dan langkah yang dipilih partisipan 1 adalah dengan menempatkan anak kepada rumah terapi autisme.

Tahap keempat adalah tahap *depression* (depresi), tahap dimana seseorang mulai merasa depresi dengan kondisi yang dihadapi. Partisipan 1 sempat merasakan bahwa dirinya putus asa dalam menghadapi pandangan negatif dari pihak keluarga besarnya. Partisipan 2 merasa putus asa dalam upaya menangani anak ditempat terapi dan tempat alternatif lain. Perasaan putus asa merupakan sebagian dari depresi yang muncul saat orang tua

mulai membayangkan kondisi anak dimasa depan nanti. Berbeda dengan kedua partisipan yang lain, partisipan ke 3 tidak merasakan putus asa, bahkan dirinya bersyukur memiliki kondisi buruk tersebut. Perasaan bersyukur partisipan 3 dikarenakan anggapan yang muncul dalam dirinya bila percobaan yang sedang ia alami merupakan bukti bahwa Tuhan mencintai dirinya dan keluarga. Partisipan 3 sangat mempercayai bahwa anaknya merupakan titipan yang luar biasa dari Tuhan, dan percaya bahwa dirinya yang mampu mendapat kepercayaan tersebut dari Tuhan.

Tahap terakhir yaitu tahap *acceptance*, dimana seseorang sudah benar-benar menerima kondisi buruk yang dialami dengan segala kerelaan hati bahwa kondisi yang tidak menyenangkan itu memang menjadi bagian dari pengalaman hidupnya. Ketiga partisipan berada pada tahap ini karena mereka sudah benar-benar mengerti tentang autisme yang dialami anak. Ketiga partisipan menyadari anak penyandang autisme memang membutuhkan kasih sayang. Partisipan 1 yang selalu berkonsultasi dengan guru pendamping anak ditempat terapi untuk terus memantau bagaimana perkembangan anak. Partisipan 2 dan 3 memang sibuk dengan pekerjaan, tetapi bukan berarti mereka tidak mau tahu tentang perkembangan apa saja yang sudah dialami anak. Tahap ini membuat orangtua sudah menyadari kenyataan baik secara emosional maupun intelektual, dengan terus mengupayakan penyembuhan (Ross dalam Sarasvati, 2004). Orangtua dalam tahap ini cenderung mengharapkan yang terbaik sesuai dengan kemampuan anaknya.

Gambaran penerimaan yang muncul dalam sebuah proses penerimaan, selain dapat dilihat dari tahap-tahap penerimaan ketiga partisipan. Gambaran penerimaan ayah terhadap anak autisme dapat melalui bentuk-bentuk penerimaan yang dialami seorang ayah dalam menerima anak autis. Bentuk pertama adalah memahami keadaan

anak apa adanya seperti kekurangan pada anak, kelebihan yang dapat dilakukan anak. Partisipan 1 dan 3 memahami bentuk mengenai anak, apa saja kekurangan anak dan apa perkembangan positif yang dapat dilakukan anak. Antara partisipan 1 dan 3 yang lebih memahami bentuk tentang anak adalah partisipan 1, hal ini dikarenakan partisipan yang menangani dan mengurus semua keperluan anak sehari-hari. Sedangkan partisipan 2 tidak begitu memahami tentang anak, partisipan 2 sangat sedikit sekali memiliki waktu bersama anak.

Bentuk kedua menyadari apa yang bisa dan belum bisa dilakukan anak. Partisipan 1 menyadari apa yang sudah dan yang belum dapat dilakukan oleh anaknya dengan sering berdiskusi dengan terapi (guru pendamping) yang menangani anaknya. Hal ini seperti pendapat Danuatmaja (2004) yang mengatakan bahwa ketika orangtua sudah mulai jujur dan menceritakan keseharian anak akan membantu terapis dalam mengevaluasi kondisi anak yang dapat mempengaruhi kemajuan perkembangan anak. Penelitian ini menemukan bahwa partisipan 1, partisipan 2 dan 3 memantau kemajuan anak dari berdiskusi dengan istri setiap harinya. Partisipan 2 dan 3 selalu bertanya kepada istrinya bagaimana anaknya disekolah.

Bentuk ketiga adalah membentuk ikatan batin dengan anak. Partisipan 1 membentuk ikatan batin dengan mengajak bermain bersama ketika ada waktu luang serta tidur bersama anak. Partisipan 2 dengan cara mengajak anak jalan-jalan dan memanjakan anak dengan membelikan apa yang diinginkan anak. Partisipan 3 tidak bisa mengajak anak bermain, karena partisipan 3 mengerti bila anaknya tidak dapat diajak untuk bermain bola bersama. Puspita (2004) mengatakan bahwa orangtua harus bersikap hangat setiap kali bersama anak, sikap orangtua yang positif biasanya dapat membuat anak lebih terbuka akan pengarahan dan dapat

membantu perkembangan anak kearah yang lebih positif.

Bentuk keempat adalah mengupayakan alternatif penanganan lain selain terapi ditempat terapi anak berkebutuhan khusus. Partisipan 1 dan 2 selalu berupaya untuk terus mencari penanganan anak dengan cara tradisional dan religius. Partisipan 1 penanganan yang dilakukan juga melalui obat-obat tradisional guna mengantisipasi bial anak mengalami panas tinggi. Partisipan 3 tetap fokus dengan terapi yang dilakukan anak, dan terus menambah wawasan dengan membaca informasi seputar autisme melalui media elektronik. Danuatmaja (2003) mengatakan bahwa memang orangtua perlu untuk memperkaya pengetahuan mengenai autisme terlebih lagi pengetahuan mengenai terapi yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan anak.

Peneliti menemukan beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan ayah terhadap anak autis. Pertama adalah dukungan dari keluarga besar. Partisipan 3 yang benar-benar mendapat dukungan dari keluarga besar dan tidak mempermasalahkan anaknya autis. Partisipan 1 mendapatkan penolakan dari keluarga besarnya yang selalu meremehkan partisipan 1, sedangkan untuk partisipan 2 keluarga besar hanya mempertanyakan dan membanding riwayat kesehat leluhurnya tidak ada yang autis. Sarasvati (2004) mengatakan semakin kuatnya dukungan keluarga besar, orangtua akan terhindar dari merasa "sendirian", sehingga menjadi kuat dalam menghadapi cobaan yang dialami karena dapat bersandar pada keluarga besar mereka.

Faktor kedua adalah kepercayaan religius, kepercayaan yang kuat akan Tuhan membuat orangtua merasa yakin mereka mampu mengatasi cobaan dari Tuhan sesuai dengan porsi kemampuan mereka (Sarasvati, 2004). Ketiga partisipan memiliki kepercayaan religius yang tinggi, partisipan 1 dan 2 selalu mencurahkan segala keluh kesah tentang anaknya dalam

sholat mereka. Sama halnya dengan partisipan 3 yang sangat mempercayai mujizat dari Tuhan bahwa Tuhan akan mampu menyembuhkan anaknya.

Faktor ketiga yang terlihat dalam penelitian ini adalah tingkat pendidikan ayah. Partisipan 3 memiliki latar belakang pendidikan S1, maka lebih tanggap dalam menangani anak dan bahkan partisipan selalu mengupdate informasi mengenai autis melalui media elektronik HP. Sehingga partisipan tidak pernah merasa depresi dan mampu lebih cepat menerima anaknya dengan segala keterbatasan yang dimiliki anaknya. Partisipan 2 yang dengan latar belakang SD, ketika mengetahui diagnosa autis pada anak partisipan sama sekali tidak mengerti autisme itu apa.

Ada juga aspek-aspek penerimaan yang muncul dalam proses penerimaan ketiga partisipan penelitian. Aspek-aspek penerimaan orangtua meliputi, menghargai anak sebagai individu dengan segenap perasaan, mengakui hak-hak anak dan memenuhi kebutuhan untuk mengekspresikan perasaan, mencintai anak tanpa syarat, memperlihatkan kecemasan yang minimal dalam kehadiran anak, menerima keterbatasan anak, tidak ada penolakan yang ditampakkan pada anak, dan adanya komunikasi dan kehangatan antara orangtua dan anak (Ninggrum, dalam Laurent, 2011). Aspek menghargai anak sebagai individu dengan segenap perasaan. Ketiga partisipan mengartikan anak mereka adalah anugerah yang sangat istimewa. Partisipan 1 menerima dengan segenap hatinya dirinya bersyukur atas anugerah anak dengan segala keterbatasan anak dirinya menerima dengan ikhlas. Partisipan 2 memiliki suatu harapan dan doa pada anaknya, anak merupakan anugerah istimewa bagi dirinya. Partisipan 3, anak adalah anugerah dari Tuhan yang luar biasa dalam hidupnya, partisipan 3 percaya bahwa Tuhan mempercayakan anak autis kepadanya berarti dirinya mampu untuk merawat dengan baik. Aspek kedua mengakui hak-

hak anak dan memenuhi kebutuhan untuk mengekspresikan perasaan. Partisipan 1 memenuhi kebutuhan anak dengan menyediakan segala keperluan anak sehari-hari dan merawat anak sepenuhnya dirumah maupun disekolah. Partisipan 2 dan 3 lebih cenderung memenuhi kebutuhan secara finansial, dimana partisipan mau bekerja demi biaya untuk menerapi anak. Partisipan 3 dengan sadar mengakui hak anak, dengan memposisikan orangtua merupakan kunci utama dalam perkembangan anak.

Aspek ketiga yaitu mencintai anak tanpa syarat. Ketiga partisipan mencintai anak mereka tanpa adanya keterpaksaan dari pihak manapun. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan partisipan 3 yang mengatakan apapun kondisi anaknya dirinya akan tetap menyayangnya. Partisipan 1 menunjukkan perasaan cintanya kepada anak dengan menjadi pengasuh keseharian anak, mulai dari menyuapi anak hingga memandikan anak. Sedangkan partisipan 2 tidak menunjukkan dengan sikap, melainkan dengan perhatian yang selalu menanyakan kondisi anak kepada istri melalui alat komunikasi. Aspek memperlihatkan kecemasan yang minimal dalam kehadiran anak. Partisipan 2 masih merasakan kecemasan akan masa depan anak, cemas bila dirinya dan istri suatu ketika tidak ada untuk mendampingi anak. Aspek berikutnya menerima keterbatasan anak, ketiga partisipan dapat menerima segala keterbatasan anak. Partisipan 1 menerima dengan tulus membantu anak, seperti dalam hal mandi secara mandiri dan makan. Partisipan 2 menyadari keterbatasan anak sehingga tidak memiliki harapan yang terlalu tinggi untuk menempatkan anak disekolah formal. Sedangkan partisipan 3 menerima dan mengakui bahwa anaknya sangat lemah dalam hal bersosialisasi, oleh sebab itu terkadang partisipan 3 merasa bersalah.

Aspek tidak ada penolakan yang ditampilkan pada anak. Ketiga perilaku partisipan tidak ada yang menolak anaknya. Partisipan 1 merasa lelah dalam mengurus anak, tetapi tidak ada sikap yang terlihat bahwa dirinya menolak anak. Partisipan 2 cenderung ingin lebih dekat dengan anak, namun anaknya yang tidak ingin didekat ayah saat dirumah. Perilaku partisipan 3 lebih cenderung sebagai pelindung anak, sehingga tidak ada sikap dari ayah yang menolak kehadiran anak. Aspek berikutnya adalah adanya komunikasi dan kehangatan antara orangtua dan anak. Partisipan 1 lebih dekat dengan anak karena partisipan 1 yang sering berperan mengasuh anak dikesehariannya. Partisipan 2 dan 3 kurang dekat dengan anak, partisipan 2 jarang melakukan komunikasi dengan anak dikarenakan waktu yang ada dirumah sangat terbatas.

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diungkapkan, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa ketiga partisipan dapat menerima anaknya yang didiagnosa autisme dengan mengalami beberapa tahap penerimaan. Ketiga partisipan memiliki kesamaan mengenai reaksi awal mengetahui hasil diagnosa anak, ketiga partisipan juga mengalami perasaan marah mengenai pandangan negative orang disekitar tentang anaknya. Tidak hanya memiliki kesamaan, ketiga partisipan juga memiliki perbedaan dalam hal dukungan dari keluarga besar partisipan. Pandangan positif dari keluarga dapat membuat ayah lebih percaya diri dalam menghadapi permasalahan anak. Sebaliknya jika keluarga besar menanggapi negative mengenai kondisi anak, maka ayah akan cenderung merasa putus asa dan lebih membanding-bandingkan dengan keluarga lain.

## Daftar Pustaka

- Danuatmaja, B. (2003). *Terapi autis dirumah*. Jakarta : Puspa Swara.
- Delphie, B. (2004). *Pembelajaran Anak Tunagrahita*. Bandung. PT Refika Aditama.
- Greenspan, S. I & Wieder, S. (2006). *The Child with Special Need Mendorong Pertumbuhan Intelektual dan Emosional*. Jakarta: Kanoman.
- Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Laurent, J. (2011). *Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Penderita Psoriasis*. *Jurnal Psikologi*. Depok : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Indra, D. P. (2011). *Proses Permaafan Diri Pada Orang Tua Anak Penyandang Autisme*. *Skripsi*. Semarang : Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Mangunsong, F. (1998). *Psikologi dan Pendidikan Anak Luar Biasa*. Jakarta : Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) UI.
- Meodus, P. (2006). *Menjadi Ayah yang Efektif*. Alih Bahasa : Funky R. Timur. London : Dolphin Book.
- Poerwandari, K. E. (2011). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rachmayanti, S. & Anita Z. (2007). *Penerimaan Diri Orang Tua Terhadap Anak Autis dan Perannya dalam Terapi Autis*. *Jurnal Psikologi*, 1 (1),7-17.
- Ross, E. K. (2008). *On Death and Dying : What The Dying Have to Teach Doctors, Nurses, Clergy and Their Own Families*. London and New York: Taylor & France Group.
- Safaria, T., (2005). *Autisme : Pemahaman Baru untuk Hidup Bermakna bagi Orang Tua*. Yogyakarta : Penerbit Graha Ilmu.
- Syarifah, F. (2014, April). *Jumlah Anak Autis Semakin Banyak*. Diakses pada 25 pebruari 2015 dari: <http://health.liputan6.com/read/2031441/jumlah-anak-autis-semakin-banyak>.



## Perbedaan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas Unggulan dan Siswa Reguler

Asteria Lestari Yunianti, dan Meita Santi Budiani  
*Program Studi Psikolog Universitas Negeri Surabaya*

**Abstract:** *The aim of this study is to determine the difference in interpersonal communication skills between advanced students and regular students in Shafta Junior High School Surabaya. 196 students from 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup> and 3<sup>rd</sup> grade were involved in this research. These students were divided into two groups of 66 advanced students in one group and 130 regular students in another group. Random Sampling technique was used to recruit subjects of this study. Data collected using a Likert model scale of interpersonal communication scale. Furthermore, Independent Sample Test (t-test) was used to analyse the data. The results shows that the p value is 0.027 (< 0.05), indicating that there is difference in interpersonal communication skills between advanced students and regular students. It can be found from the result that the highest mean value was obtained by advanced students, which means they have higher interpersonal communication skills compared to regular students.*

**Keywords :** *Interpersonal communication, advanced students, regular students*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal siswa unggulan dengan reguler di SMP Shafta Surabaya. 196 siswa dari kelas satu, dua dan tiga terlibat dalam penelitian ini. Subyek dikelompokkan menjadi dua kelompok, 66 siswa unggulan dalam satu kelompok dan 130 siswa reguler dikelompokkan lainnya. Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *Simple Random Sampling* untuk mengidentifikasi kemampuan komunikasi interpersonal dari dua kelompok tersebut. Penggalan data menggunakan Skala Komunikasi Interpersonal dengan model Likert yang di susun peneliti berdasarkan teori dari Joseph Devito. Analisis data menggunakan uji *Independent Sample Test* (uji-t). Hasil nilai p sebesar  $0,027 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas unggulan dengan siswa reguler. Nilai *mean* tertinggi diperoleh siswa kelas unggulan yang berarti siswa unggulan memiliki kemampuan komunikasi interpersonal lebih tinggi bila dibandingkan dengan siswa reguler.

**Kata kunci :** Komunikasi interpersonal, siswa unggulan, siswa reguler

Manusia adalah makhluk sosial dimana manusia selalu berhubungan dengan manusia lainnya. Mereka selalu ingin tahu dengan apa yang ada disekitar mereka dan apa yang ada didalam dirinya. Rasa ingin tahu inilah yang membuat

manusia untuk berkomunikasi. Komunikasi merupakan kebutuhan mendasar dalam kehidupan bermasyarakat. Orang yang tidak dapat berkomunikasi dengan baik cenderung akan terisolasi atau terasingkan oleh lingkungannya. Kualitas hidup-

---

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Asteria L. Yunianti melalui email: [asteriyalestari@gmail.com](mailto:asteriyalestari@gmail.com).

manusia juga ditentukan oleh pola komunikasi yang dilakukannya. Bahasa memiliki aturan dalam mengatur setiap apa yang disampaikan agar mereka bisa berbahasa secara baik dan benar sehingga komunikasi lebih efektif. Adanya ketegasan dalam komunikasi dapat memberikan respon yang jelas dan positif oleh lawan bicara. Salah satu bentuk yang dapat menentukan keharmonisan antar individu tersebut disebut juga dengan komunikasi interpersonal.

Raymond (Rakhmat, 2009) mendefinisikan komunikasi adalah proses transaksional yang meliputi penyortiran informasi secara kognitif, diseleksi dan pembagian simbol dari informasi yang diterima sebagai cara untuk membantu memperoleh pengalaman dalam mengartikan atau merespon sumber informasi yang diterima (Rakhmat, 2009). Komunikasi merupakan kegiatan yang sangat utama dalam proses interaksi. Mulyana (2005) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal. Sebuah penelitian (Jawa Pos, 2010) menunjukkan bahwa 70% waktu jaga manusia dipergunakan untuk berkomunikasi. Hubungan dengan orang lain akan menentukan kualitas hidup seseorang karena dengan komunikasi individu dapat menemukan diri mereka serta menetapkan hubungan dengan dunia sekitar.

Rakhmat (2009) berpendapat bahwa komunikasi membantu pertumbuhan manusia dan komunikasi sangat erat hubungannya dengan perilaku manusia. Adanya aktivitas-aktivitas dalam kehidupan sosial menunjukkan bahwa manusia mempunyai naluri untuk hidup bergaul dengan sesamanya. Naluri ini merupakan salah satu yang paling mendasar dalam kehidupan hidup manusia, disamping kebutuhan akan afeksi (kebutuhan akan

kasih sayang), inklusi (kebutuhan akan kepuasan), dan kontrol (kebutuhan akan pengawasan). Pemenuhan kebutuhan-kebutuhan hidup tersebut nantinya akan mendorong manusia untuk melakukan interaksi dengan sesamanya, baik untuk mengadakan kerjasama (*cooperation*) ataupun untuk melakukan persaingan (*competition*). Kegiatan komunikasi tersebut dilakukan sebagai upaya memenuhi kebutuhan bersekutu dengan orang lain. Pemenuhan kebutuhan ini guna mengembangkan diri menjadi makhluk sosial dan pribadi yang lengkap serta untuk menjamin kelangsungan hidup yang memerlukan banyak hal, seperti kebutuhan sandang, pangan, papan, hiburan, pendidikan dan kebutuhan-kebutuhan lainnya (Tubiyono, 2010). Kemampuan berkomunikasi sangat penting dimiliki oleh individu, dalam masalah ini adalah siswa SMP Shafta Surabaya.

Beberapa sekolah di Indonesia ada yang mengelompokkan siswanya dalam kelas unggulan dan kelas reguler. Kelas unggulan adalah kelas yang dirancang untuk sejumlah siswa yang memiliki kemampuan, bakat, kreativitas dan prestasi yang menonjol dibandingkan dengan siswa lainnya kemudian diberi program pengajaran yang sesuai dengan kurikulum yang dikembangkan dan adanya tambahan materi pada mata pelajaran tertentu. Kelas reguler adalah kelas yang sama seperti pada umumnya dengan kemampuan siswa dan cara pembelajaran yang sama rata sehingga secara umumnya sangat berbeda dengan kelas unggulan. Keefektifan hubungan interpersonal tergantung pada keterampilan siswa saat hubungan sosial berlangsung. Siswa kelas unggulan merasa dirinya lebih unggul dibanding siswa kelas reguler. Hal ini yang menyebabkan perbedaan kemampuan yang dimiliki oleh siswa kelas unggulan dan reguler.

Siswa menghabiskan waktu mereka bertahun-tahun di sekolah sebagai bagian anggota dari suatu masyarakat kecil

dimana terdapat beberapa tugas untuk diselesaikan, orang-orang yang perlu mereka kenal maupun mengenal diri mereka sendiri. Pengalaman yang diperoleh individu di masyarakat ini memiliki pengaruh yang besar dalam perkembangan identitasnya, keyakinan terhadap kompetensi diri sendiri, gambaran hidup dan kesempatan meraih cita-cita, terutama hubungan sosial, batasan mengenai hal yang benar dan salah, serta pemahaman mengenai bagaimana sistem sosial diluar lingkup keluarga berfungsi (Santrock, 2004).

Tugas perkembangan merupakan suatu tugas yang akan dilalui pada periode tertentu. Tugas-tugas perkembangan berkaitan dengan sikap, perilaku dan keterampilan yang dimiliki oleh individu tersebut sesuai dengan fase atau usia perkembangannya. Kay (Yusuf, 2004) mengemukakan bahwa salah satu tugas dalam fase perkembangan remaja adalah mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau bahkan dengan orang lain, baik secara individual maupun berkelompok. Perkembangan remaja terjadi dalam konteks sosial yang meliputi keluarga, kelompok, teman sebaya dan lingkungan masyarakat dimana siswa itu hidup. Siswa dalam perkembangannya mempunyai kebutuhan kuat untuk berkomunikasi dan keinginan untuk mempunyai banyak teman, namun terkadang untuk membangun hubungan antar teman itu sendiri tidaklah mudah, individu tersebut harus memiliki penerimaan diri yang baik agar terciptanya suatu hubungan yang baik dan sehat antara diri sendiri dan orang lain.

Kemampuan untuk dapat berkomunikasi secara efektif sangat dituntut pada siswa sebagai calon pemimpin bangsa dan intelektual muda. Komunikasi juga merupakan salah satu alat untuk berinteraksi antar individu yang menyentuh segala aspek kehidupan kita. Siswa SMP dipersiapkan untuk menjadi generasi yang

siap menghadapi era dimana dihadapkan pada situasi belajar yang menuntut mereka lebih mandiri aktif dan berinisiatif, agar dapat berinteraksi antar pribadi sehingga siswa dapat membentuk sikap saling pengertian, menumbuhkan persahabatan, memelihara kasih sayang serta menyebarkan pengetahuan.

Siswa SMP perlu diberi bekal sehingga dapat berkembang dengan baik. salah satunya melalui sekolah yang merupakan proses pengembangan berbagai kemampuan dan sikap. Salah satu kemampuan yang perlu dikembangkan adalah kemampuan komunikasi interpersonal. Hal ini merupakan aspek yang penting dalam kehidupan karena setiap individu tidak terlepas dari kegiatan komunikasi dan interaksi dengan orang lain. komunikasi penting terhadap penciptaan konsep diri, aktualisasi diri untuk kelangsungan hidup, memperoleh kebahagiaan, dan terhindar dari tekanan.

Keefektifan komunikasi interpersonal jika individu yang berkomunikasi dapat memiliki kesamaan makna mengenai isi komunikasi yang disampaikan, dan komunikasi dapat berlanjut. Komunikasi yang tidak efektif menjadikan tujuan awal berkomunikasi tidak dapat tercapai karena informasi atau gagasan yang disampaikan tidak diterima dengan baik oleh komunikannya. Namun pada penerapannya masih banyak siswa yang kurang mampu melakukan komunikasi interpersonal yang efektif.

Keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa seringkali dihadapi dengan hal-hal yang mengharuskan mereka menyatakan pendapat pribadinya tanpa disertai emosi atau marah dan sikap kasar, bahkan siswa harus bisa menetralkan keadaan apabila terjadi suatu konflik. Packard (dalam Budiamin, 2006) menyatakan bahwa apabila seorang individu mengalami kegagalan dalam melakukan komunikasi interpersonal dengan individu atau kelompok lain, maka

ia akan menjadi agresif, senang berkhayal, sakit fisik maupun mental, serta ingin lari dari lingkungannya. Menurut Tedjasaputra (2005), siswa yang memiliki kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan sekitarnya, sering marah, cenderung memaksakan kehendak, egois dan mau menang sendiri sehingga mudah terlibat dalam perselisihan.

Keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa menjadi sangat penting karena dalam bergaul dengan teman sebayanya, siswa seringkali dihadapkan dengan hal-hal yang membuatnya harus mampu menyatakan pendapat pribadinya tanpa disertai emosi, marah dan perilaku kasar lainnya. Siswa harus mencoba menetralkan keadaan apabila dihadapkan dengan suatu masalah atau konflik. Dalam suatu studi menyimpulkan bahwa kelemahan berkomunikasi akan berpengaruh menghambat personal seseorang (Slamet, 2005). Pendapat tersebut menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal berdampak cukup besar terutama bagi kehidupan siswa.

Studi pendahuluan dikelas reguler dan unggulan tahun ajaran 2011-2012 SMP Shafta Surabaya yang dilakukan melalui wawancara dengan guru BK dan wawancara terhadap beberapa siswa reguler dan unggulan. Berdasarkan wawancara dengan guru BK dan beberapa siswa SMP Shafta Surabaya, dapat ditemui beberapa siswa memiliki komunikasi interpersonal yang cenderung kurang baik, hal ini dapat dilihat dari pendapat guru BK dari keseharian antar siswa dalam berkomunikasi interpersonal.

Menurut hasil pengamatan di kelas-kelas reguler saat siswa berkomunikasi dengan teman sebayanya, beberapa perkelahian terjadi dikarenakan kesalahpahaman. Perselesihan terjadi dikarenakan kurang mampu dalam menangkap dan menginterpretasi inti dari komunikasi.

Masih ada siswa di kelas reguler yang introvert sehingga dikucilkan oleh temannya, tidak berani mengungkapkan gagasan-gagasan dan sulit memahami hal-hal yang diungkapkan oleh orang lain. Mereka cenderung mengeluarkan kata-kata kurang baik yang disebabkan karena pukulan buku dan saling mendorong kepala lawan bicaranya. Akibat dari sikap seperti itu, terjadi suatu perselisihan dan perkelahian diantara siswa tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa setempat bahwa komunikasi interpersonal memiliki dampak yang cukup besar bagi kehidupan siswa, namun masih banyak ditemukan kelemahan siswa dalam berkomunikasi seperti kurangnya berempati dalam berkomunikasi, dan suka membeda-bedakan teman. Siswa juga cenderung memaksakan kehendak, egois dan mengejek lawan bicaranya dalam berkomunikasi.

Hal yang sebaliknya terjadi di kelas unggulan dimana mayoritas dari siswa unggulan cukup dikenal baik oleh guru-guru setempat. Banyak murid yang cukup populer dimana hampir semua siswa dan guru mengenal siswa tersebut baik dalam bidang mata pembelajaran hingga dalam bersosialisasi. Hal tersebut tentu ada hubungannya dengan komunikasi interpersonal mereka, baik dalam jam belajar mengajar maupun dalam hal bersosialisasi antar individu.

Siswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik tentu akan dapat menyampaikan pendapat dan suara mereka yang dapat diterima oleh individu lain dengan baik sehingga siswa tersebut tentunya akan mendapatkan prestasi yang baik juga dalam bidang akademik. Siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik juga akan berhasil dalam hal bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Mereka akan memiliki banyak teman karena pada dasarnya siswa dalam perkembangannya mempunyai kebutuhan yang kuat untuk berkomunikasi dan

berkeinginan mempunyai banyak teman, sehingga kemampuan mereka dalam hal ini dapat meningkatkan percaya diri siswa dalam berhubungan satu sama lain. Siswa akan lebih percaya diri dalam mengembangkan potensi mereka dalam bidang akademik maupun dalam bidang lainnya.

Rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal antar siswa sering dijumpai disekolah yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku, seperti rendah diri, agresifitas, mencari rasa aman pada berbagai bentuk mekanisme pertahanan diri, melanggar tata tertib, menentang guru, berkelahi, tidak melaksanakan tugas sekolah, mengisolasi diri dan sulit bekerja sama dalam situasi kelompok, seringkali mempermasalahkan hal yang biasa dan wajar didalam kelas. Fenomena-fenomena tersebut hampir selalu penulis dengar dari hasil wawancara dengan guru BK.

Berdasarkan kondisi permasalahan yang terjadi di SMP Shafta Surabaya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Perbedaan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas Reguler dengan Siswa Kelas Unggulan Di SMP Shafta Surabaya".

### Metode

Rancangan penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dimana metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan jawaban dari responden atau pertanyaan yang merupakan pengukuran dari variabel yang diteliti dengan menggunakan analisis komparasi.

Jumlah populasi penelitian ini berjumlah 385 siswa kelas 7,8,9 unggulan dan reguler di SMP Shafta Surabaya. Penelitian ini mengambil beberapa perwakilan orang dari populasi yang ada (sampel) menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik sampling ini mengambil secara acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam anggota populasi dikarenakan populasi

dianggap homogen. Penggunaan teknik pengambilan sampel ini menggunakan rumus dari Solvin, lalu didapatkan jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 196 dari kelas satu, dua, dan tiga. Subjek dikelompokkan menjadi dua kelompok, 66 siswa unggulan dalam satu kelompok dan 130 siswa reguler dikelompokkan lainnya.

Instrumen pada penelitian ini menggunakan satu skala yaitu skala kemampuan komunikasi interpersonal. Skala ini digunakan untuk mengukur kemampuan komunikasi interpersonal. skala kemampuan komunikasi interpersonal diberikan kepada sampel penelitian yaitu siswa kelas satu, dua, dan tiga di SMP Shafta Surabaya.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Independent Sample Test* (uji-t). Uji-t dalam penelitian untuk mengukur apakah ada perbedaan antar sampel. Uji perbandingan *mean* dilakukan setelah uji-t untuk mencari perbedaan nilai rata-rata pada variabel kemampuan komunikasi interpersonal siswa unggulan dan reguler.

### Hasil dan Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan uji menggunakan uji *Independent Sample Test* (uji-t) yakni terdapat  $p > 0,05$ , yakni sebesar  $p = 0,027$  dengan nilai t sebesar 2,226 yang artinya, ada perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas unggulan dan reguler di SMP Shafta Surabaya. Kesimpulan ini diperoleh dari hasil uji-t penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan nilai rata-rata (*mean*) pada variabel komunikasi interpersonal siswa unggulan sebesar 115,86 dan pada siswa reguler sebesar 112,32. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal pada siswa unggulan lebih tinggi dari pada siswa reguler.

Karakteristik siswa kelas unggulan lebih percaya diri dan aktif untuk berhubungan dengan siswa kelas baik

dalam kelas maupun dengan kelas reguler lainnya. Jika dibandingkan dengan siswa kelas reguler memiliki karakteristi tidak aktif dalam bersosialisasi dengan siswa lainnya.

Siswa kelas unggulan mendapatkan beberapa perlakuan khusus. Menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (1994) kelas unggulan memiliki beberapa ciri diantaranya; peserta yang diseleksi secara baik dengan menggunakan criteria dan prosedur tertentu, jumlah jam waktu belajar di sekolah yang lebih lama dibandingkan dengan kelas pada umumnya, sarana dan prasarana yang lebih menunjang untuk memenuhi belajar peserta didik baik dalam kegiatan intra maupun eksra kurikuler, guru dan tenaga pengajar yang unggul dan profesional, buku belajar dan soal latihan yang lebih menunjang dan jumlah siswa dikelas maksimal sampai 20 siswa sehingga dapat lebih efektif. Berdasarkan dari berbagai ciri diatas dapat dilihat beberapa perbedaan perlakuan dari sistem pengajaran hingga fasilitas yang diberikan pada kelas unggulan berdampak pada kemampuan komunikasi interpersonal siswanya.

Berdasarkan hasil studi lapangan yang dilakukan peneliti sebelumnya juga menguatkan hasil penelitian. Menurut hasil pengamatan di kelas-kelas reguler saat siswa berkomunikasi dengan teman sebayanya, beberapa perkelahian terjadi dikarenakan kesalahpahaman. Perselesihan terjadi dikarenakan kurang mampu dalam menangkap dan menginterpretasi inti dari komunikasi. Salah satu karakteristik yang harus dimiliki oleh siswa untuk menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal mereka tinggi diantaranya adalah persepsi interpersonal, dimana peserta komunikasi yang salah memberi makna terhadap pesan akan mengakibatkan kegagalan dalam komunikasi (Rakhmat, 2004).

Terdapat siswa di kelas reguler yang introvert sehingga dikucilkan oleh temannya, tidak berani mengungkapkan gagasan-gagasan dan sulit memahami hal-hal yang diungkapkan oleh orang lain. Hal tersebut tentu menunjukkan lemahnya kemampuan komunikasi interpersonal, dimana peserta komunikasi seharusnya memiliki hubungan interpersonal yang baik. Menurut Rakhmat (2007) hubungan interpersonal yang baik akan menumbuhkan derajat keterbukaan orang untuk mengungkapkan dirinya, makin cermat persepsinya tentang orang lain dan persepsi dirinya, sehingga makin efektif komunikasi yang berlangsung di antara peserta komunikasi. Rakhmat memberi catatan bahwa terdapat tiga faktor dalam komunikasi interpersonal yang menumbuhkan hubungan interpersonal yang baik, yaitu: percaya diri, sikap suportif dan sikap terbuka. Jika siswa reguler memiliki karakteristik diatas pastinya tidak akan ada siswa yang tertutup (*introvert*) atau siswa yang dikucilkan karena tidak mampu mengungkapkan gagasan-gagasan tentang dirinya kepada orang lain, sikap kurang percaya diri dan sikap terbuka.

Siswa reguler cenderung mengeluarkan kata-kata kurang baik yang disebabkan karena pukulan buku dan saling mendorong kepala lawan bicaranya. Akibat dari sikap seperti itu, terjadi suatu perselisihan dan perkelahian diantara siswa tersebut. Berdasarkan fenomena yang terjadi dilapangan, perlunya sikap positif sebagai aspek untuk kemampuan komunikasi interpersonal yang baik. Menurut DeVito (2007), berkomunikasi secara positif di dalam komunikasi interpersonal sekurang-kurangnya melalui dua jalan, yaitu berdasarkan sikap positif dan menghargai orang lain. Perasaan-perasaan negatif biasanya membuat komunikasi menjadi lebih sulit dan dapat menyebabkan perpecahan atau konflik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa setempat bahwa komuni-

kasi interpersonal memiliki dampak yang cukup besar bagi kehidupan siswa, namun masih banyak ditemukan kelemahan siswa dalam berkomunikasi seperti kurangnya berempati dalam berkomunikasi, dan suka membeda-bedakan teman. Siswa juga cenderung memaksakan kehendak, egois dan mengejek lawan bicaranya dalam berkomunikasi. Ada beberapa persyaratan yang harus terpenuhi siswa agar terhindarnya kejadian-kejadian seperti diatas. Menurut DeVito (2007) menyebutkan ada 10 aspek kemampuan komunikasi interpersonal yang baik, diantaranya keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, kesamaan, keyakinan, kesiapan, manajemen interaksi, sikap ekspresif, dan orientasi pada orang lain. Siswa reguler sangat terlihat memiliki kelemahan dalam aspek tersebut sehingga kemampuan komunikasi mereka lebih rendah bila dibandingkan dengan siswa unggulan.

Hal yang sebaliknya terjadi di kelas unggulan dimana mayoritas dari siswa unggulan cukup dikenal baik oleh guru-guru setempat. Banyak murid yang cukup populer dimana hampir semua siswa dan guru mengenal siswa tersebut baik dalam bidang mata pembelajaran hingga dalam bersosialisasi. Hal tersebut tentu ada hubungannya dengan komunikasi interpersonal mereka, baik dalam jam belajar mengajar maupun dalam hal bersosialisasi antar individu. Siswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik tentu akan dapat menyampaikan pendapat dan suara mereka yang dapat diterima oleh individu lain dengan baik sehingga siswa tersebut tentunya akan mendapatkan prestasi yang baik juga dalam bidang akademik. Siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik juga akan berhasil dalam hal bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Mereka akan memiliki banyak teman karena pada dasarnya siswa dalam perkembangannya mempunyai kebutuhan yang kuat untuk berkomunikasi dan berkeinginan mempu-

nyai banyak teman, sehingga kemampuan mereka dalam hal ini dapat meningkatkan percaya diri siswa dalam berhubungan satu sama lain. Siswa akan lebih percaya diri dalam mengem-bangkan potensi mereka dalam bidang akademik maupun dalam bidang lainnya.

Adanya perbedaan kelas reguler dan unggulan juga membuat mereka kurang mampu bersosialisasi antar siswa dan kelas. Menurut dari guru BK mengenai siswa unggulan bila dibandingkan dengan siswa reguler, siswa reguler cenderung lebih tertutup. Mereka lebih sering menghabiskan waktu dengan teman sekelas mereka atau teman dekat mereka dan jarang bergaul dengan siswa lainnya yang berada diluar kelas mereka. Menurut pendapat guru BK, banyak faktor yang mempengaruhi hal tersebut diantaranya terjadi perbedaan mulai dari tenaga pengajar untuk kelas unggulan dan reguler, jam pelajaran yang lebih banyak dan lebih kompleks juga hanya didapati oleh kelas unggulan. Kelas unggulan akan mendapatkan pendidikan yang berbeda dibanding kelas reguler. Pelajaran tambahan yang sering diberikan kepada kelas unggulan juga menambah waktu bersosialisasi siswa di sekolah sehingga hal tersebut secara tidak langsung akan berpengaruh terhadap kemampuan komunikasi interpersonal mereka. Sistem pembelajaran yang diterima oleh kelas unggulan maupun kelas reguler juga berbeda, dimana kelas unggulan mendapat fasilitas pembelajaran yang lebih lengkap dan perhatian yang lebih khusus dari tim pengajar. Hal yang berbanding terbalik terjadi pada siswa yang berada di kelas reguler. Siswa unggulan cenderung bebas dalam bersosialisasi dengan teman baik didalam maupun diluar kelas mereka. Hal diatas tentu menunjukkan perbedaan pemberian perlakuan terhadap kelas unggulan dan reguler tentu akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku siswanya dalam kemampuan komunikasi interpersonal mereka.

Siswa dalam perkembangannya mempunyai kebutuhan yang kuat untuk berkomunikasi dan keinginan untuk mempunyai banyak teman, namun kadang-kadang untuk membangun hubungan antar teman itu sendiri tidak mudah, seseorang harus memiliki penerimaan diri yang baik agar tercipta suatu hubungan yang baik dan sehat. Faktor penghambat komunikasi interpersonal diantaranya sikap tidak percaya, sikap tidak suportif dan sikap tertutup. Siswa dengan kemampuan komunikasi interpersonal yang tinggi tentunya memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Asrowi & Astianingrum (2013) yang menyimpulkan bahwa bimbingan teman sebaya efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Permasalahan rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal tidak hanya dilatarbelakangi oleh berbagai faktor, sehingga untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan variabel yang lebih beragam agar dapat

menggunakan penelitian yang lebih lengkap dan menambah ragam pengetahuan di bidang psikologi.

### Simpulan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas unggulan dan reguler di SMP Shafta Surabaya. Hasil dari data penelitian yang dilakukan di SMP Shafta Surabaya menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas unggulan dan reguler, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa ada perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas unggulan dan reguler di SMP Shafta Surabaya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa siswa unggulan memiliki kemampuan komunikasi interpersonal lebih tinggi daripada siswa reguler.

### Daftar Pustaka

- Agung, W. (2010). *Panduan Program SPSS 17.0: Untuk Mengolah Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Gerailmu.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian (Susunan Pendekatan Praktek) Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrowi, H, & Astianingrum, Y. (2013). Bimbingan Teman , H. & Sebaya Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa. *COUNSELIUM: Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*. Diakses dari <http://www.jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/counselium/article/view/3277>, pada Januari 2015.
- Azwar, S. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Budiamin, A. (2006). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: UPI Press.
- Budyatna, M. & Ganiem, L. M. (2011). *Teori Komunikasi Antarpribadi*. Jakarta: Kencana
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1994). *Pedoman Perpustakaan Perguruan Tinggi*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- DeVito, J. A. (2007). *The interpersonal communication book (11th ed)*. New York : Sage Publications Ltd.



- Effendy, Onong Uchjana. (2009). *Komunikasi teori dan praktek*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Liliweri, Alo. (2007). *Komunikasi Antarpribadi*, Bandung: PT. Citra Aditya Bakti.
- Marliany, R. (2010). *Psikologi Umum*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Mudyahardjo. (2002). *Filsafat Ilmu Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, Deddy. (2005). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rakhmat, J. (2009). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Rakhmat, J. (2004). *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sobur. A. (2011). *Psikologi Umum*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Southern, W.T. and Jones, E.D., (1991). *The Academic Acceleration of Gifted Children*. New York: Teachers College Press.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto A.W. (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Media Wacana.
- Sugiyono. (2007). *Statistik untuk peneliti*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Syah, Muhibin. (2006). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Silalahi, Aripin. (2006). *Program Kelas Unggulan*. Jakarta: Sidikalang.
- Supriyono, Agus. (2009). *Penyelenggaraan Program Kelas Unggulan di Sekolah*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Tedjasaputra, M.S. (2005). *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta : Grasindo Trianto.
- Tri, A. C. 2006. *Psikologi Belajar*. Semarang: Unnes Press.
- Widyastono, Herry. (2004). *Pendidikan Pembelajaran Kooperatif dan Kompetitif*. Jakarta : Direktorat Pendidikan Luar Biasa Ditjen Dikdasmen Depdiknas, Universitas Indonesia.
- Winarsunu, Tulus. (2006). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi Dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Yusuf, Syamsu. (2004), *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Yusuf, S. (2009). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press.

## Petunjuk Penulisan Naskah

1. Naskah merupakan karya asli yang belum pernah dimuat di media lain.
2. Naskah dapat ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris.
3. Naskah diketik 1,5 spasi, Times New Roman font 12, ukuran A4, dengan panjang naskah 15-25 halaman.
4. Sistematika penyusunan naskah hasil penelitian kuantitatif sebagai berikut:
  - a. Judul
  - b. Nama Penulis (tanpa gelar) disertai alamat *e-mail* dan lembaga asal penulis
  - c. Abstraksi, ditulis dengan spasi tunggal, font 11 Times New Roman, dengan panjang 100-200 kata (dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
  - d. Kata kunci (ditulis dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
  - e. Isi yang terdiri dari :
    - (1). Pendahuluan (boleh dengan subjudul)
    - (2). Metode
      - sampel (dijelaskan teknik *sampling*-nya; pada eksperimen menggunakan istilah 'partisipasi')
      - prosedur (hanya untuk eksperimen)
      - teknik pengumpulan data
      - teknik analisis data
    - (3). Hasil dan Pembahasan
      - hasil
      - pembahasan
    - (4). Simpulan dan Saran (jika tidak ada saran, maka hanya 'Simpulan')
  - f. Daftar Pustaka (mengikuti contoh di lembar terpisah)
5. Sistematika penyusunan naskah hasil penelitian kualitatif sebagai berikut :
  - a. Judul
  - b. Nama Penulis (tanpa gelar) disertai alamat *e-mail* dan lembaga asal penulis
  - c. Abstraksi ditulis dengan spasi tunggal, font 11 Times New Roman, dengan panjang 75-150 kata (dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
  - d. Kata kunci (ditulis dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
  - e. Isi yang terdiri dari :
    - (1). Pendahuluan (boleh dengan subjudul)
    - (2). Metode penelitian
      - metode
      - partisipan (dijelaskan kriteria pemilihan dan cara perekrutan subjek)
      - teknik pengumpulan data
      - teknik analisis data
    - (3). Hasil dan Pembahasan
    - (4). Simpulan dan Saran (jika tidak ada saran, maka hanya 'simpulan')
  - f. Daftar Pustaka (mengikuti contoh di lembar terpisah)
6. Naskah kajian pemikiran berisi tentang ulasan isu mutakhir yang belum/jarang dibahas secara teoritis atau mereviu konsep-konsep teoritis yang belum tuntas atau masih problematik. Naskah kajian pemikiran menggunakan sistematika sebagai berikut:
  - a. Judul

- b. Nama Penulis (tanpa gelar) disertai alamat *e-mail* dan lembaga asal penulis
- c. Abstraksi, ditulis dengan spasi tunggal, font 11 Times New Roman, dengan panjang 75-150 kata (dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
- d. Kata kunci (ditulis dalam bahasa Indonesia dan Inggris)
- e. Isi yang terdiri dari :

- (1). Pendahuluan (merumuskan permasalahan isu mutakhir/konsep teoritis yang belum tuntas dan menjelaskan strategi pembahasannya)
- (2). Pembahasan (berisi beberapa sub-judul sesuai dengan kebutuhan)
- (3). Simpulan dan Saran (kalau tidak ada saran berarti hanya 'simpulan')

- f. Daftar Pustaka (mengikuti contoh di di lembaran terpisah)

7. Penulisan daftar pustaka sesuai dengan standar APA (diuraikan dalam lembar terpisah)

8. Penomoran tabel, grafik atau diagram dan gambar.

Semua tabel, grafik atau diagram, dan gambar yang terdapat pada artikel diberi nomor urut dengan angka Arab di bagian atasnya. Nomor-nomor tersebut harus berurutan. Nomor tabel diurutkan sesuai jumlah tabel, begitu juga nomor diagram diurutkan sebanyak diagram yang ada dalam artikel. Penomoran grafik dan gambar mengikuti aturan yang sama.

Contoh: Tabel 1.

Gambar 1.

Tabel 2.

Gambar 2.

dst.

9. Naskah dapat dikirim dalam bentuk *soft copy* (MS Word) atau *print-out* ke alamat redaksi: Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya, Kampus Lidah Wetan, Surabaya 60215 Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112. Atau melalui e-mail: [jptt@unesa.ac.id](mailto:jptt@unesa.ac.id). CP: Muhammad Syafiq, HP. 081330114338.

### CARA PENULISAN DAFTAR PUSTAKA

- ◆ Sumber referensi dari jurnal yang terbit secara berkala  
Howarth, C. (2002). Identity in Whose Eyes?: The Role of Representations in Identity Construction. *Journal for the theory of social behaviour*, 32(2), 145-162.
- ◆ Sumber referensi dari jurnal (2 penulis):  
McCoy, S.K., & Major, B. (2003). Group identification moderates emotional responses to perceived prejudice. *Personality and Social Psychological Bulletin*, 29, 1005-1017.
- ◆ Sumber referensi dari jurnal (kurang dari 4 penulis):  
Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., et al. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child program for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 843-856.  
Ket: Jika jumlah penulis lebih dari 3 dalam satu sumber, yang berikutnya gunakan et al.
- ◆ Sumber referensi dari jurnal di surat kabar:  
Zukerman, M., & Kieffer, S. C. (in press). Race differences in face-ism: does facial prominence imply dominance? *Journal of Personality and Social Psychology*.
- ◆ Sumber Referensi yang memiliki no issue dan no seri:  
Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coatsworth, D. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child program for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(1, Serial No. 231).
- ◆ Sumber Referensi dari Jurnal Tambahan(Supplement):  
Wolchik, S. A., West, S. G., Sandler, I. N., Tein, J., Coatsworth, D. (2000). An experimental evaluation of theory-based mother and mother-child program for children of divorce. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 24(Suppl. 2), 4-14
- ◆ Sumber referensi dari Buku:  
Horgan, J. (2009). *Walking Away From Terrorism: Accounts of Disengagement from Radical and Extremist Movements*. London: Routledge.
- ◆ Sumber referensi dari buku yang diedit dan penulis tiap bab nya berbeda:  
Smith, J. A. and Eatough, V. (2007). Interpretative Phenomenological Analysis. In E. Lyons And A. Coyle (Eds.). *Analysing Qualitative Data in Psychology* (pp. 35-50). London: Sage.
- ◆ Sumber referensi dari buku edisi ketiga dan nama penulis dengan tambahan Jr. (junior):  
Mitchell, T. R. & Larson, J. R., Jr. (1987). *People in organizations: An introduction to organizational behavior* (3<sup>rd</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.

◆ Sumber dari buku yang telah diedit:

Mitchell, T. R. & Larson, J. R. (Eds.). (1987). *People in organizations: An introduction to organizational behavior*. New York: McGraw-Hill.

◆ Sumber dari buku yang direvisi:

Beck, C. A. J., Sales, B. D. (2001). *Family mediation: Fact, myths, and future prospects* (Rev. ed.). Washington, DC: American Psychology Association.

◆ Sumber dari buku tidak disertai nama penulis dan editor:

*Merriam-Webster's collegiate dictionary* (10<sup>th</sup> ed.). (1993). Springfield, MA: Meriam-Webster.

◆ Sumber dari ensiklopedia atau kamus:

Sadie, S. (Ed.). (1980). *The new Grove dictionary of music and musicians* (6<sup>th</sup> ed., Vols. 1-20). London: Macmillan.

◆ Sumber dari Brosur:

Research and Training Centre on Independent Living. (1993). *Guidelines of reporting and writing about people with disabilities* (4<sup>th</sup> ed.) [brochure]. Lawrence, KS: Author.

◆ Sumber dari rekaman suara:

Costa, P. T., Jr. (Speaker). (1988). *Personality, continuity, and changes of adult life* (Cassette Recording No. 207-433-88A-B). Washington, DC: American Psychological Association.

◆ Sumber dari rekaman video:

Capra, F. (Director & Producer). (1999). *It happened one night* [videocassette].

◆ Sumber referensi dari majalah dan Koran yang ada penulisnya:

Kandel, E. R., & Squire, L. R. (2000, November 10). Neuroscience: Breaking down scientific barriers to the study of brain and mind. *Science*, 290, 1113-1120.

◆ Sumber referensi dari Artikel Koran yang tidak ada penulisnya:

The new health-care lexicon. (1993, August/September). *Copy Editor*, 4, 1-2.

◆ Sumber referensi dari berita online yang tidak ada penulisnya:

BBC Online. (2011). Indonesia 'suicide bomber' wounds 28 in mosque blast. Retrieved from <http://www.bbc.co.uk/news/world-asia-pacific-13090306>.

◆ Sumber dari laman internet:

Bernstein, M. (2002). 10 tips on writing the living Web. *A List Apart: For People Who Make Websites*, 149. Retrieved from <http://www.alistapart.com/articles/writeliving>