

**HUBUNGAN ANTARA *FATHER ATTACHMENT* DENGAN *SELF DISCLOSURE* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG**

Rizqi Alma Ramadhani Saputri¹ , Sri Endang Indrawati¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

rizqialma@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *father attachment* dengan *self-disclosure* mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi penelitian ini yakni mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro berjumlah 292 mahasiswi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *convenience sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian yaitu sebanyak 164 mahasiswi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala *Father Attachment* (23 aitem, $\alpha = 0,967$) dan Skala *Self-Disclosure* (29 aitem, $\alpha = 0,927$). Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi sederhana diperoleh hubungan positif signifikan antara kedua variabel ($\beta = 0,189$, $p = 0,015$). Variabel *father attachment* memberikan kontribusi rendah sebesar 3.6% terhadap *self-disclosure* pada mahasiswi Psikologi Universitas Diponegoro Angkatan 2022.

Kata kunci: *self-disclosure; father attachment; mahasiswi*

THE RELATIONSHIP BETWEEN FATHER ATTACHMENT AND SELF-DISCLOSURE AMONG FEMALE STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY DIPONEGORO UNIVERSITY SEMARANG

Rizqi Alma Ramadhani Saputri¹, Sri Endang Indrawati¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275

rizqialma@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between father attachment and self-disclosure among female students of the Faculty of Psychology at Diponegoro University. A quantitative research method was employed. The population of the study consisted of 292 female psychology students. The sampling technique used was convenience sampling, with a total of 164 participants. The instruments used in this research were the Father Attachment Scale (23 items, $\alpha = 0.967$) and the Self-Disclosure Scale (29 items, $\alpha = 0.927$). Hypothesis testing was conducted using simple regression analysis, which revealed a significant positive relationship between the two variables ($\beta = 0.189$, $p = 0.015$). The father attachment variable contributed a small proportion of 3.6% to the self-disclosure of female psychology students from the 2022 cohort at Diponegoro University.

Keywords: *self-disclosure; father attachment; female university students*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal sering dianggap sebagai tahap peralihan antara remaja dan kedewasaan. Tahap ini sering kali dianggap ambigu karena adanya ketidakpastian yang muncul dari serangkaian proses transisi perkembangan yang rumit (Muchlisah & Murdiana, 2024). Usia antara 18 hingga 25 tahun merupakan periode peralihan dari remaja menuju kedewasaan, yang sering disebut sebagai *emerging adulthood*, sementara dewasa awal dimulai pada rentang usia 20 hingga 30 tahun (Santrock, 2012). Individu pada dewasa awal beralih dari ketergantungan menuju kemandirian, baik dalam aspek ekonomi, kebebasan untuk menentukan diri, serta memiliki pandangan masa depan yang lebih realistis (Putri, 2018).

Erikson (dalam Dharmawijayati, 2015) menyatakan bahwa pada tahap dewasa awal, individu sangat fokus pada pembentukan hubungan intim. Hal ini menunjukkan bahwa dewasa awal lebih cenderung untuk terbuka dan berbagi informasi pribadi dengan orang-orang di sekitarnya. Kehidupan sosial selalu melibatkan komunikasi, yang menjadi elemen penting yang perlu diterapkan individu dalam berbagai aspek kehidupan (Putri & Rizal, 2021). Dalam proses perubahan psikososial, individu diharapkan dapat mengungkapkan perasaan mereka secara verbal (Batubara, 2016). Kemampuan ini, yang disebut *self-disclosure*, merupakan keterampilan sosial penting dalam membangun hubungan

interpersonal yang sehat. DeVito (2018) mengartikan keterbukaan diri sebagai proses berbagi informasi pribadi, yang meliputi nilai, keyakinan, keinginan, perilaku, dan sifat individu kepada orang lain. Menurut teori penetrasi sosial oleh Altman dan Taylor, pengungkapan diri memiliki dua aspek utama: keragaman topik (*breadth*) dan kedalaman topik (*depth*). Sementara itu, DeVito (2022) menambahkan bahwa dimensi pengungkapan diri mencakup frekuensi dan durasi (kuantitas), sifat informasi (positif atau negatif), kejujuran, intensi individu dalam menyampaikan informasi, serta tingkat keakraban. Keterbukaan diri dapat memiliki dampak positif maupun negatif. Jika dilakukan secara berlebihan, keterbukaan diri dapat menimbulkan penolakan, kesulitan material, dan masalah intrapersonal (Devito, 2018). Keterbukaan yang berlebihan juga dapat menyebabkan pengasingan, penurunan kontrol diri, dan pengkhianatan (Nadlyfah & Kustanti, 2020). Irawan dan Affan (2020) menjelaskan bahwa semakin banyak informasi pribadi yang diungkapkan, semakin besar risiko penyalahgunaan oleh orang lain.

Individu khususnya dewasa awal lebih terbuka dengan teman sebaya dan cenderung lebih tertutup terhadap orang tua. Namun, kemampuan tersebut masih sulit diterapkan oleh beberapa orang, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor lingkungan, seperti pola asuh, budaya, stereotip, status sosial ekonomi dan tingkat pendidikan (Alberti & Emmons, 2002). Daddis dan Randolph (2010) menyatakan bahwa individu lebih memilih untuk menunggu pertanyaan dari orang tua sebelum mengungkapkan perasaan mereka, daripada mengungkapkannya secara spontan. Hal ini berhubungan dengan tingkat kepercayaan, penerimaan, dan kualitas hubungan remaja dan orang tua (Santrock, 2011). Individu dengan penyesuaian diri

positif biasanya lebih terbuka kepada orang tua (Santrock, 2011). Putri (2018) menemukan bahwa *self-disclosure* dapat meningkatkan perasaan bahagia, karena memberikan rasa lega dan kepuasan emosional, dengan merasa dipahami dan diperlakukan dengan hormat (Septiani, 2018).

Kehidupan mahasiswa yang jauh dari pengawasan orang tua sering kali menyebabkan perubahan signifikan dalam pola hubungan sosial dan emosional mereka. Menurut Santrock (2022), masa transisi ke perguruan tinggi merupakan fase kritis di mana mahasiswa cenderung membangun hubungan yang lebih erat dengan teman sebaya atau pasangan romantis dibandingkan dengan orang tua mereka. Mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu di lingkungan sosial yang baru, sehingga memengaruhi dinamika kedekatan dengan keluarga. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Magdalena dkk., (2023) mahasiswa yang tinggal jauh dari rumah menunjukkan penurunan dalam intensitas komunikasi dengan orang tua mereka. Hal ini dapat menciptakan jarak emosional, karena kurangnya keterlibatan langsung dari orang tua dalam kehidupan sehari-hari anak. Kondisi ini semakin diperburuk jika mahasiswa merasa lebih nyaman berbagi cerita atau masalah dengan teman sebaya atau pasangan, yang dianggap lebih memahami situasi mereka di lingkungan kampus (Schiffrin & Nelson, 2010).

Lebih lanjut, penelitian oleh Zong dkk., (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki pola komunikasi tertutup dengan orang tua cenderung lebih tertarik untuk mencari dukungan emosional dari pasangan mereka. Ketergantungan emosional ini sering kali menggantikan peran orang tua dalam memberikan rasa aman dan kenyamanan, maka kedekatan anak-orang tua semakin

berjarak. Dengan demikian, kehidupan mahasiswa yang jauh dari pengawasan orang tua tidak hanya membentuk pola hubungan sosial yang lebih terbuka dengan teman sebaya atau pasangan, tetapi juga secara tidak langsung berkontribusi pada hubungan yang lebih tertutup dengan orang tua mereka

Kedekatan hubungan orangtua-anak khususnya ayah memainkan peran penting dalam menciptakan ikatan bagi anak. Interaksi simbolis antara ayah dan anak dalam komunikasi tidak kalah penting dibandingkan dengan interaksi antara ibu dan anak, karena berperan dalam meningkatkan kualitas hubungan di antara mereka (Yulianti & Hijrianti, 2024). Keterlibatan ayah yang dilakukan secara intensif dalam pengasuhan anak dapat membantu anak untuk lebih mengembangkan aspek emosional, fisik, dan kognitifnya (Astuti & Puspitarani, 2017). Sebagaimana dinyatakan oleh Carlson dan Lanahan (dalam Santrock, 2011), hubungan yang didasari kasih sayang, komunikasi yang efektif, dan keandalan antara ayah dan anak mampu menanamkan rasa percaya diri dan keyakinan pada anak, yang pada akhirnya mendukung perkembangan sosialnya. Gunarsa (2008) mengungkapkan bahwa ayah memiliki peran besar dalam membentuk cara anak berperilaku dan berinteraksi di lingkungan sekitar.

Jenis kelamin adalah faktor paling memengaruhi proses *self-disclosure*. Peran gender yang berkaitan dengan bagaimana perilaku pria dan wanita seharusnya ditunjukkan, dapat memengaruhi hal ini (Berry dkk., 1999). Menurut Jourard (1964), wanita terbiasa mengungkapkan dirinya. Namun penelitian lain menyebutkan bahwa laki-laki lebih relasional dan terbuka tentang diri mereka di media sosial, sementara perempuan lebih suka berkomunikasi langsung untuk

mengungkapkan diri (Santrock, 2011). Namun, peran ayah dalam perkembangan anak semakin berkurang, yang disebabkan oleh budaya patriarki yang kuat di Indonesia, sebagaimana dijelaskan oleh Isnaini dkk., (2021). Hill dan Stafford (1980) meneliti bahwa orang tua, terutama ayah, lebih sedikit waktu bersama anak pada usia remaja, yang berdampak pada proses pengasuhan (Santrock, 2011). Pada tahun 2022, data dari BPS menunjukkan bahwa jumlah penduduk yang bekerja sebagian besar adalah laki-laki, yaitu sebanyak 82,6 juta orang, sementara perempuan yang bekerja berjumlah 52,7 juta orang. Di sisi lain, penduduk yang berperan mengurus rumah tangga di Indonesia didominasi oleh perempuan, dengan jumlah 37.628.780 jiwa, jauh lebih tinggi dibandingkan laki-laki yang mengurus rumah tangga sebanyak 3.621.185 jiwa. Meskipun demikian, peran ayah tidak hanya terbatas pada penyedia nafkah keluarga, tetapi juga memiliki kontribusi penting dalam membentuk kualitas anak. Hilangnya salah satu peran orang tua, atau terjadinya disfungsi peran, dapat menyebabkan ketimpangan psikologis pada anak (Junaida dkk., 2023). Anak Perempuan yang tidak memiliki *attachment* yang aman dengan figur ayahnya, atau yang mengalami pola pengasuhan yang tidak konsisten, kasar, atau cenderung diabaikan, cenderung menghadapi berbagai dampak negatif. Mereka dapat kehilangan rasa percaya diri, merasa sulit mempercayai orang lain, enggan mematuhi aturan perilaku, menarik diri dari lingkungan sosial (isolasi), serta berisiko mengembangkan masalah yang dikenal sebagai gangguan keterikatan (Hidayati & Sari, 2020).

Keterikatan emosional antara anak dan orang tua, khususnya antara ayah dan anak perempuan (*father-daughter attachment*), memiliki peranan penting dalam

perkembangan psikologis individu, termasuk dalam hal kemampuan mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi, yang dikenal sebagai *self-disclosure* (Junaida dkk., 2023). Mahasiswi, sebagai individu yang sedang berada pada tahap transisi menuju kedewasaan, menghadapi berbagai tantangan sosial dan emosional yang menuntut kemampuan *self-disclosure* yang sehat (Hidayati & Sari, 2020). Kemampuan ini penting tidak hanya dalam hubungan sosial dan pertemanan, tetapi juga dalam konteks akademik dan dukungan psikologis (Khoirunnisa & Setyawan, 2014). Penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara ayah dan anak perempuan memiliki dinamika unik yang berbeda dari hubungan ayah-anak laki-laki maupun ibu-anak. Misalnya, hasil studi Biller (1993) dan Grossmann dkk., (2002) menunjukkan bahwa kelekatan yang aman dengan ayah dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan interpersonal anak perempuan, termasuk dalam hal membuka diri kepada orang lain.

Peristiwa tragis menimpa seorang mahasiswi Universitas Negeri Semarang (UNNES) pada 10 Oktober, yang menggemparkan pengunjung Mall Paragon, Semarang. Mahasiswi dengan inisial NJW ditemukan meninggal dunia setelah diduga melompat dari lantai 4, dengan jasadnya ditemukan di dekat pintu keluar area parkir. Diduga, NJW mengakhiri hidupnya karena mengalami tekanan hidup yang berat. Di lokasi kejadian, ditemukan sepucuk surat wasiat yang ditujukan kepada ibunya. Kasus serupa juga terjadi pada 11 Oktober 2023, ketika seorang mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro (UDINUS) Semarang, berinisial EN, ditemukan telah meninggal di kamar kosnya. EN meninggalkan surat berisi permintaan maaf kepada orang tua dan orang-orang terdekatnya, serta imbauan agar

mereka tidak mencari tahu penyebab kematiannya. Dalam surat tersebut, EN mengungkapkan perasaan lelah menjalani hidup dan banyak beban emosional yang tidak mampu ia ungkapkan. Dari berbagai kasus bunuh diri yang terjadi, di antaranya diduga berkaitan erat dengan persoalan keluarga. Kurangnya keberanian atau ruang untuk berbagi perasaan (*self-disclosure*) dalam lingkungan keluarga menjadi salah satu pemicu munculnya keputusan. Tuntutan dan tekanan yang dihadapi mahasiswa sering kali tidak mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekat, terutama keluarga.

Kasus bunuh diri yang melibatkan mahasiswi di Semarang menunjukkan adanya tekanan emosional yang tidak tersalurkan, yang salah satunya dapat disebabkan oleh kurangnya keterikatan emosional dengan orang tua, khususnya ayah. *Father attachment* yang rendah dapat membuat anak perempuan merasa tidak memiliki tempat yang aman untuk berbagi, sehingga kemampuan *self-disclosure* pun terhambat. Dalam konteks ini, keterbukaan diri mahasiswi sangat dipengaruhi oleh kedekatannya dengan figur ayah, yang seharusnya menjadi sumber dukungan emosional dalam menghadapi tekanan hidup. Kualitas waktu antara ayah dan anak perempuan memegang peran penting di setiap tahap perkembangan. Perempuan dengan hubungan erat dengan ayahnya tidak mengalami masalah emosi atau perilaku. Bagi mereka, rasa aman dan perlindungan dari ayah sangatlah penting untuk mendukung pertumbuhan kedepannya di beragam aspek kehidupan. Hubungan yang baik ini juga mengakibatkan perempuan mengembangkan kemampuan interpersonal dan keterampilan verbal yang lebih baik (Khoirunnisa & Setyawan, 2014).

Studi oleh Putri dan Rizal (2021) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *parent attachment* dan *self-disclosure*, di mana semakin tinggi tingkat kelekatan dengan orang tua, semakin besar kemampuan pengungkapan diri. Mikulincer dan Nachshon (1991) beranggapan bahwa individu dengan kelekatan yang baik dan aman lebih mudah melakukan *self-disclosure* karena lebih peka terhadap pengungkapan diri orang lain, percaya bahwa lingkungan sosialnya aman dan nyaman, serta meyakini bahwa hubungan interpersonal memberikan manfaat, yang mendorong keinginan untuk berinteraksi dan menjalin kedekatan melalui pengungkapan diri. Kajian Yulianti dan Hijrianti (2024) menunjukkan 17,6% keterikatan dengan ayah berkontribusi terhadap keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada wanita dewasa awal yang menjalin hubungan romantis. Dengan kata lain, semakin kuat keterikatan yang dirasakan, semakin tinggi pula tingkat keterbukaan diri yang dilakukan, dan demikian sebaliknya. Kajian Muchlisah dan Murdiana (2024) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara keterikatan dengan ayah (*father attachment*) dan keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada remaja perempuan, dengan nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin kuat keterikatan antara ayah dan anak perempuan, semakin tinggi pula tingkat keterbukaan diri remaja perempuan tersebut. Penelitian Armstrong dkk., (2014) dengan subjek perempuan muda di perguruan tinggi ditemukan pula hubungan positif yang signifikan antara waktu yang dihabiskan bersama ayah dan keterbukaan diri (*self-disclosure*). Hal ini menegaskan bahwa kualitas hubungan dengan ayah berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan emosional anak

perempuan. perempuan cenderung menunjukkan pola komunikasi emosional yang berbeda dibandingkan laki-laki (Sholehah, 2024).

Pemilihan lokasi penelitian di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dilakukan karena lingkungan akademik ini terdiri dari populasi mahasiswi yang secara psikologis sedang dalam proses pembentukan identitas diri dan kemandirian emosional. Selain itu, FPsi Undip merupakan institusi dengan jumlah mahasiswi yang cukup besar yakni sebesar 292 mahasiswi, sehingga menjadi tempat yang representatif untuk mengkaji dinamika hubungan keluarga khususnya ayah dan perkembangan psikologis pada perempuan usia dewasa muda. Mahasiswi Psikologi juga memiliki kesadaran dan pemahaman awal tentang pentingnya aspek emosional dan hubungan interpersonal, yang dapat mendukung validitas jawaban dalam pengisian skala penelitian. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi untuk menggali lebih dalam bagaimana hubungan ayah-anak, khususnya pada mahasiswi, memengaruhi aspek psikologis mereka, terutama dalam kemampuan untuk terbuka dan berinteraksi dengan orang lain. Meskipun beberapa penelitian telah menemukan hubungan positif antara keterikatan dengan ayah dan *self-disclosure* akan tetapi masih terdapat kontribusi yang rendah dari *father attachment* terhadap keterbukaan diri. sebagian besar penelitian yang ada lebih banyak berfokus pada hubungan orang tua secara umum atau lebih menekankan pada keterikatan dengan ibu, sementara peran ayah dalam perkembangan emosional dan keterbukaan diri anak Perempuan khususnya mahasiswi masih kurang mendapat perhatian. Oleh karena itu, celah tersebut mendorong peneliti untuk menyelidiki lebih lanjut hubungan variabel *father*

attachment dengan *self-disclosure* mahasiswi dengan mengajukan “Hubungan antara *Father Attachment* dengan *Self-Disclosure* pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang” sebagai judul penelitian.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada keterkaitan diantara *father attachment* dengan *self-disclosure* pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *father attachment* dengan *self-disclosure* pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Dalam melakukan penelitian, peneliti berharap hasilnya dapat memberikan manfaat ganda, yaitu keuntungan teoritis dan praktis antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, terutama dalam ranah psikologi perkembangan dan psikologi sosial. Temuan kajian diharap menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya, terutama mengenai *father attachment* dan *self-disclosure* pada mahasiswi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi mahasiswi sebagai subjek penelitian, yaitu dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya *self-disclosure* dalam menjaga kesehatan mental dan membangun hubungan sosial yang sehat. Selain itu, melalui pemahaman terhadap peran *father attachment*, mahasiswi diharapkan mampu merefleksikan kualitas hubungan dengan ayah sebagai salah satu sumber dukungan emosional yang berpengaruh terhadap kemampuan mereka untuk terbuka, mengelola tekanan, dan menyelesaikan masalah secara adaptif, termasuk dalam menjalani aktivitas akademik. Dukungan emosional dari figur ayah yang kuat dapat mendorong mahasiswi untuk lebih percaya diri dalam berkomunikasi, sehingga pada akhirnya dapat berdampak pada keberhasilan akademik mahasiswi dalam menyelesaikan studi.

b. Bagi Keluarga Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta menjadi masukan bagi orang tua, khususnya ayah, untuk memahami pentingnya kedekatan yang efektif dengan anak, terutama bagi mahasiswi yang aktif menggunakan media sosial. Orang tua, khususnya ayah, dapat mempelajari cara-cara untuk meningkatkan *self-disclosure* anak-anak mereka dengan menciptakan kedekatan yang harmonis dan positif.

