

HUBUNGAN *FRIENDSHIP QUALITY* DAN *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION* DENGAN *SELF-DISCLOSURE* SISWA SISWI KELAS 10 DAN 11 SMA MUHAMMADIYAH 1 PURWOKERTO

Kheisya Arsanti Putri¹, Annastasia Ediaty¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: kheisyaarsanti Putri@gmail.com

ABSTRAK

Self-Disclosure menjadi salah satu hal yang krusial dalam melangsungkan proses keberjalanan akademik dan penyesuaian diri siswa-siswi di sekolah menengah. Keberlangsungan *self-disclosure* dapat dipengaruhi oleh *friendship quality* dan *fear of negative evaluation* sebagai faktor eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *friendship quality* dan *fear of negative evaluation* terhadap *self-disclosure* pada siswa-siswi. Penelitian ini dilakukan pada siswa-siswi kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto dengan pendekatan kuantitatif-korelasi. Sampel penelitian ini berjumlah 212 siswa-siswi kelas 10 dan 11 (Laki-laki = 103; Perempuan = 109), teknik *sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala yang dikonstruksi dari teori Wheelless & Grotz (Skala *Self-Disclosure*, $\alpha = 0,876$), Bukowski dkk. (Skala *Friendship Quality*, $\alpha = 0,905$), Leary (Skala *Fear of Negative Evaluation*, $\alpha = 0,807$) dan dianalisis menggunakan uji linear regresi berganda dibantu dengan metode bootstrap karena data tidak normal dan menggunakan metode statistik non-parametrik. Hasil menunjukkan adanya hubungan positif antara *friendship quality* dan *self-disclosure* ($B = 0,460$; $SE = 0,90$; $t = 5,438$; $p < 0,001$; 95% CI [0,283, 0,640]). *Fear of negative evaluation* berhubungan positif dengan *self-disclosure* ($B = 0,199$; $SE = 0,65$; $t = 3,149$; $p < 0,001$; 95% CI [0,081, 0,338]). *Friendship quality* dan *fear of negative evaluation* secara simultan berhubungan dengan *self-disclosure* ($F = 22,10$; $p < 0,001$) dan besaran kontribusi keduanya terhadap *self-disclosure* adalah 17,5% dengan kekuatan hubungan sedang (41,8%).

Kata kunci: *self-disclosure*; *friendship quality*; *fear of negative evaluation*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FRIENDSHIP QUALITY, FEAR OF NEGATIVE
EVALUATION, AND SELF-DISCLOSURE AMONG 10TH AND 11TH GRADE STUDENTS
AT SMA MUHAMMADIYAH 1 PURWOKERTO**

Kheisya Arsanti Putri¹, Annastasia Ediat¹

***¹Faculty of Psychology Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: kheisyaarsantiputri@gmail.com***

ABSTRACT

Self-Disclosure is a crucial factor in the academic progress and adjustment of high school students. The level of self-disclosure can be influenced by friendship quality and fear of negative evaluation as external factors. This study aims to examine the relationship between friendship quality and fear of negative evaluation and self-disclosure among high school students. This study was conducted among 10th and 11th grade students at SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto using a quantitative-correlational approach. The sample consisted of 212 10th and 11th grade students (Males = 103, Females = 109) and cluster random sampling was used. Data were collected using scale constructs based on the theories of Wheelless & Grotz (Self-Disclosure Scale, $\alpha = 0,876$), Bukowski et. al. (Friendship Quality Scale, $\alpha = 0,905$), and Leary (Fear of Negative Evaluation Scale, $\alpha = 0,807$). Data were analyzed using multiple linear regression supplemented by the bootstrap method because the data were distributed non-normal and required non-parametric statistical methods. The results indicated a positive relationship between friendship quality and self-disclosure ($B = 0,460$; $SE = 0,90$; $t = 5,438$; $p < 0,001$; 95% CI [0,283, 0,640]). Fear of negative evaluation was positively associated with self-disclosure ($B = 0,199$; $SE = 0,65$; $t = 3,149$; $p < 0,001$; 95% CI [0,081, 0,338]). Friendship quality and fear of negative evaluation are simultaneously associated with self-disclosure ($F = 22,10$; $p < 0,001$) and the combined contribution of both to self-disclosure is 17,5% with a moderate relationship strength (41,8%).

Keywords: self-disclosure; friendship quality; fear of negative evaluation

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Individu membutuhkan kesempatan untuk mengakses lingkungan yang menantang secara intelektual, membuat keputusan secara mandiri, membangun jaringan sosial, dan berpartisipasi aktif di sekolah, keluarga, dan komunitas mereka (Osher dkk., 2020 dalam Novak dkk., 2025). Menurut kerangka teoritis perkembangan positif, peluang-peluang ini muncul dari interaksi dengan lingkungan, termasuk komunitas, sekolah, keluarga, dan teman sebaya (Geldhof dkk., 2021 dalam Novak dkk., 2025). Salah satu individu yang menjadi pelaku dalam peluang tersebut khususnya membangun jaringan sosial adalah remaja.

Menurut Erik Erikson dalam Rahmawati dkk. 2023, masa remaja ada di tahap penelusuran identitas. Pada tahap ini, individu berusaha menemukan dirinya sendiri, menentukan arah tujuan hidupnya, serta mengeksplorasi berbagai peran di sekelilingnya sebagai pembentuk identitasnya (Rahmawati dkk., 2023). Nama pada tahap remaja ada pada tahap *identity versus role confusion* di mana remaja masih rentan terpengaruhi oleh penyangkalan dan afirmasi dari berbagai peran serta individu di sekitar mereka (Cote dalam Santrock, 2010).

Salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan identitas pada remaja adalah *peer group* atau teman sebaya (Leswidyanti, 2025). Teman sebaya adalah

kumpulan individu yang memiliki karakteristik yang sama dalam hal usia, kedudukan, dan pola pikir serta dapat memengaruhi pembentukan karakter diri termasuk watak, perilaku, dan sifat (Utomo & Pahlevi, 2022).

Menurut Leswidianti dkk. (2025), pengaruh teman sebaya dalam pembentukan karakter pun memiliki manfaat yang signifikan karena didasarkan pada kebersamaan yang memperkuat hubungan pertemanan. Lebih lanjut, menurutnya remaja dapat memperoleh informasi baru, dukungan sosial, dan hubungan yang lebih mendalam sehingga meningkatkan kenyamanan dan keakraban dalam berinteraksi. Hubungan teman sebaya yang seimbang dan saling menguntungkan berdampak positif melalui rasa saling memercayai, membantu, menyayangi, dan melengkapi satu sama lain baik bagi remaja mau pun orang lain.

Dalam upaya meraih hubungan sosial yang nyaman dan bermanfaat bagi remaja bersama dengan teman sebaya atau teman, tentunya perlu ada pengungkapan diri atau *self-disclosure* di dalamnya untuk menunjang proses meraih hubungan sosial tersebut. Keberlangsungan *self-disclosure* penting bagi remaja, didukung oleh alasan berikut. Menurut Derlega dan Grzelak (1979) dalam Nurdin dkk. (2023), lima alasan melakukan *self-disclosure* adalah yang pertama adalah *expression* atau ekspresi. Remaja membutuhkan jalan keluar atau solusi atas permasalahan atau kekesalan yang dihadapinya. Agar permasalahan atau kekesalan tersebut dapat diceritakan kepada temannya, diperlukan pengungkapan diri agar remaja dapat mengekspresikan perasaan yang dirasakan dan melepaskan stresor yang dialami. Kedua adalah *self-clarification* di mana ketika individu berbagi

mengenai permasalahan yang dihadapi, individu mengharapkan penjelasan dan pemahaman dari individu lain mengenai permasalahan yang diceritakannya agar pikiran menjadi lebih jernih sehingga lebih dapat mengerti kedudukan persoalan atau permasalahan dan dapat menemukan solusi terbaik atas permasalahannya. Ketiga adalah *social validation* di mana dengan mengamati reaksi pendengar ketika mengungkapkan diri, remaja memperoleh informasi mengenai ketepatan pandangan kita. Keempat adalah *social control* di mana remaja di sini dapat mengungkapkan atau menyembunyikan informasi pribadinya dengan tujuan untuk membentuk kesan yang baik terhadap dirinya. Kelima adalah *relationship development* di mana remaja bertukar informasi atau mengungkapkan perasaannya terhadap individu lain bertujuan untuk menjalin hubungan yang lebih dekat dengan individu lain. Alasan terakhir melakukan *self-disclosure* didukung oleh pernyataan Pfeifer dan Vijayakumar (2020) bahwa tanpa *self-disclosure*, remaja akan rentan mengalami stres atau tertekan karena terhambat untuk mengekspresikan atau berbagi cerita dengan orang terdekatnya tentang apa yang dirasakan dalam dirinya mengenai persoalan hidup yang dialami (Fajriani dkk., 2023) sehingga tidak memendam persoalan atau permasalahan yang dihadapinya.

Menurut Sullivan dalam Santrock (2010), dalam masa remaja, remaja cenderung mengidamkan intensitas keintiman yang lebih terikat batin daripada saat mereka masih kanak-kanak sehingga mereka gencar untuk mencari keintiman tersebut melalui celah pertemanan dengan kualitas yang lebih tinggi ketimbang sekadar teman. Menurutnya, remaja juga lebih sering membagikan informasi bagian dari diri mereka kepada temannya dibandingkan dengan ketika mereka

masih anak-anak. Ketika remaja merasa didengar, dipahami, dan diterima tanpa adanya penghakiman, mereka akan lebih berani mengungkapkan perasaan, pengalaman, serta permasalahan yang sedang dihadapi (Lestari dkk., 2026). Maka dari itu, remaja cenderung memilih bereksplorasi dan bertumpu pada pengalaman masa remajanya bersama dengan teman karena berperan dalam proses remaja dalam mengulik identitas dirinya seiring kontak kedekatan berlangsung.

Self-disclosure pada dasarnya termasuk kemampuan fundamental interpersonal, yaitu ketika individu membagikan informasi mengenai dirinya kepada orang lain (Pfeifer & Vijayakumar, 2020). Melengkapi pendapat Pfeifer dan Vijayakumar, Omarzu (2000) berpendapat bahwa *self-disclosure* termasuk dalam perilaku interpersonal karena mayoritas terjadi pada situasi sosial yang spesifik. Informasi yang dibagikan dapat berupa informasi rutinitas keseharian pada kepentingan tertentu, ataupun informasi yang bersifat lebih rahasia dan mencakup bagian diri terdalam dari suatu individu (Costello dkk., 2024). Di samping itu, informasi yang bersifat lebih intim untuk dibagikan biasanya memiliki pendekatan yang lebih afektif dan bersifat lebih deskriptif serta evaluatif (Omarzu, 2000) dibanding informasi yang masih berpusat pada kontekstual sehari-hari. Individu pun memiliki kehendak atas setiap pengungkapan informasi dirinya sendiri kepada orang lain, seperti intensi untuk menggeneralisasikan atau memberikan detail pada informasi yang diungkap, lebih condong memberikan kesan emosional atau objektivitas pada informasi yang diungkap, bersikap lebih selektif atau mengungkap tanpa pandang bulu terhadap informasi yang diungkap kepada lawan bicara, dan bersikap jujur dalam mengungkap atau cenderung dibuat-buat. Sejalan

dengan pernyataan Omarzu, bahwa *self-disclosure* bersifat elastis karena cenderung bergantung dengan komponen porsi dan keanekaragaman suatu situasi sosial menurut persepsi individu.

Lebih lanjut dalam studinya mengenai *Disclosure Decision Mode* (DDM), Omarzu memaparkan bahwa dalam *self-disclosure*, terdapat tiga fokus komponen, yaitu *breadth* (cakupan keluasan), *duration* (durasi), dan *depth* (kedalaman). *Breadth* merujuk pada terbentangannya keberagaman topik yang menjadi motor penggerak *self-disclosure* antarindividu. *Duration* merujuk pada jumlah sering dilakukannya pengungkapan dan tingkat konsistensi *self-disclosure* itu dilakukan. Kedua hal tersebut dapat diketahui melalui waktu seiring dengan keluarnya perkataan yang dapat dikategorikan sebagai pengungkapan dan melalui beberapa situasi sosial. *Depth* mendeskripsikan level keintiman dari sebuah fenomena pengungkapan dalam *self-disclosure*.

Hasil studi dari Jones dan Archer pada tahun 1976 menunjukkan bahwa individu diyakini akan lebih berpartisipasi dalam menanggapi pengungkapan diri ketika mereka merasa dipilih oleh orang lain secara khusus untuk menerimanya (terdapat timbal balik dengan pengungkapan diri dari orang lain). *Self-disclosure* dapat menjadi hal yang menimbulkan kesan mendalam bagi individu karena keintiman yang hadir di dalamnya meliputi bahasan spesifik sebagai tali penyatu antarindividu yang dapat memengaruhi keyakinan jangka panjang individu mengenai diri mereka sendiri, orang lain, dan mengenai pengungkapannya (Costello dkk., 2024).

Terlepas dari keterbutuhan remaja akan dukungan sosial, validasi sosial, keleluasaan mengekspresikan diri dalam proses pencarian identitas diri yang diwadahi dengan pengungkapan diri atau *self-disclosure*, di saat yang bersamaan, tidak semua remaja dapat melangsungkan *self-disclosure* secara leluasa dan aman meskipun mereka membutuhkannya. Hal ini ditunjukkan oleh studi Costello dkk. (2024) yang menyatakan bahwa manfaat relasional dari *self-disclosure* pun tidak datang tanpa suatu ancaman sosial, yang mana ancaman sosial memengaruhi kecenderungan *self-disclosure* ini menjadi isu yang sensitif bagi remaja. Respons yang diberikan oleh lawan bicara atau teman akan menentukan apakah menguatkan atau justru melemahkan perilaku mengungkapkan diri dalam *self-disclosure* tersebut (Mikulincer & Shaver, 2020; Stotsky dkk., 2020 dalam Costello, 2024). Seseorang dapat bereaksi dengan kekecewaan atau reaksi tersebut menimbulkan rasa sakit, dengan meminimalkan kecenderungan untuk mengungkapkan diri atau bungkam, hal ini menjadi strategi untuk melindungi citra diri (*self-image*) mereka (Hernawati & Putri, 2025).

Self-disclosure dinilai beresiko jika tidak disalurkan kepada individu yang dianggap aman sebagai objek untuk dilakukan pengungkapan diri. Hal ini sejalan dengan Kullberg dkk. (2026) menyatakan bahwa penghambat signifikan untuk menceritakan atau mengungkapkan diri kepada teman adalah kurangnya kepercayaan yang terjalin dan hadirnya perasaan malu. Hal ini menjadi paradoks yang melatarbelakangi gagasan penelitian ini karena remaja memiliki dua kebutuhan yang saling bertolak belakang, yaitu remaja ingin dapat mengekspresikan atau menceritakan suatu hal yang dihadapinya, tetapi di saat yang bersamaan, mereka

juga takut untuk dihakimi atau dinilai sehingga hakikatnya remaja yang ingin mengekspresikan perasaannya atau mengungkapkan diri pun diurungkan walaupun ia sebenarnya membutuhkannya.

Siswa, tidak terkecuali dalam jenjang dasar, menengah, mau pun atas, akan selalu bersinggungan dengan siswa lain dalam meraih tujuannya yang mana konteksnya di sini adalah bersekolah, siswa dapat mengidentifikasi siswa lain sebagai temannya. Sekolah merupakan tempat bagi individu untuk bersosialisasi dan individu akan bertemu dengan keberagaman individu yang berbeda darinya. Maka dari itu, idealnya, siswa perlahan harus membiasakan diri untuk berkomunikasi dan terbuka dengan individu lain, salah satunya yang berstatus setara dengannya, yaitu siswa sebagai teman karena saat bersekolah siswa tidak dapat meminta bantuan secara langsung kepada orang tua saat menemukan kesulitan di sekolah (Nurfand, dkk., 2023) dan menghabiskan sebagian besar waktunya dengan teman ketika sudah bersekolah, terlebih siswa sekolah menengah atas atau setara dengan remaja.

Akan tetapi, beberapa hasil studi *self-disclosure* di lingkup sekolah, studi Setianingsih (2015) terhadap siswa SMA N 1 Sewon Bantul Yogyakarta, menemukan bahwa *self-disclosure* siswa termasuk rendah dengan persentase sebesar 74%, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih enggan mengungkapkan perasaan atau pikiran secara penuh kepada orang lain. Selanjutnya, penelitian oleh Soputan (2021) terhadap siswa di SMA Negeri 3 Kota Semarang dan SMA Negeri 5 Kota Semarang, menemukan bahwa tingkat *self-disclosure*

tergolong rendah, dengan persentase 30%. Hal ini cukup menjadi perhatian mengingat salah satu cara untuk terkoneksi dengan teman adalah melalui *self-disclosure*. Menurut Gainau (2009), keterampilan *self-disclosure* yang dimiliki oleh remaja akan membantu siswa dalam mencapai kesuksesan dalam akademik juga penyesuaian diri. Apabila siswa remaja tidak dapat melangsungkan *self-disclosure* secara aman dan leluasa, diyakini akan mengalami hambatan berkomunikasi, misalnya dengan siswa atau teman lainnya. Salah satu gejala jika individu tidak dapat melangsungkan *self-disclosure* secara leluasa adalah merasa was-was atau takut untuk mengemukakan opini akan suatu hal (Johnson, 1990 dalam Gainau, 2009). Remaja pun kerap mengalami kesulitan menyesuaikan diri karena kurangnya kemampuan untuk melakukan pengungkapan diri atau *self-disclosure* (Mangantes, 2023). Rendahnya *self-disclosure* dapat menyebabkan isolasi sosial dan meningkatkan resiko kecemasan sosial (Laurenceau et al., 2004; Alden & Taylor, 2004 dalam Nurfaiza, 2026) yang dapat menghambat penyesuaian diri remaja dalam fase *identity versus role confusion*.

Berbanding terbalik dengan hasil studi Setianingsih (2015) dan Soputan (2021), diperoleh dari wawancara penggalian data awal pada beberapa anggota populasi, ditemukan bahwa siswa/i kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto dalam konteks *self-disclosure* pada teman dekat, rata-rata dapat melangsungkan *self-disclosure* kepada teman dekatnya. Walaupun begitu, beberapa masih mempertimbangkan substansial apakah penting atau tidak jika diungkapkan kepada teman dekatnya. Beberapa terbiasa membahas pembahasan sehari-hari sampai pembicaraan yang berbobot menyangkut kehidupan dan nilai akan sesuatu

yang mayoritas siswa/i membicarakannya kepada teman yang sudah dianggap olehnya dekat dan mampu memberi validasi, dukungan, dan solusi ketimbang bercerita kepada teman yang belum menyentuh *intimacy* yang dekat (cenderung sekadar bertanya mengenai suatu cerita tanpa benar-benar menanggapi atau mendapatkan tanggapan yang mengandung persepsi penolakan karena reaksi teman biasa terhadap suatu cerita dapat bermacam-macam). Maka dari itu, untuk menghindari situasi evaluatif tersebut, siswa/I kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto cenderung bercerita secara lepas dan apa adanya dengan teman dekatnya. Dari hasil penggalan data awal inilah yang menjadi dasar sekunder konteks dalam penelitian ini.

Self-disclosure tidak dapat terjadi serta-merta penuh prosesnya dalam waktu yang singkat. Hal ini didukung oleh pernyataan Pearson (1987) dalam Mangantes (2023) yang mengindikasikan bahwa dinamika kedalaman pada *self-disclosure* tidak dilakukan secara tiba-tiba, tetapi melalui proses atau tingkatan terlebih dahulu. Kullberg dkk. (2026) juga menyatakan bahwa jarak emosional yang membentang jauh antara remaja dengan suatu individu menjadi faktor mengapa remaja memilih memendam ungkapannya. Lebih lanjut, menurutnya, hal tersebut mendukung bahwa ada proses penguatan antara *self-disclosure* dan kedekatan yang terjalin antarindividu (*closeness*). Hal tersebut mengindikasikan bahwa dalam *self-disclosure* terdapat persepsi individu terlebih dahulu mengenai seberapa aman dan lekat kualitas dalam hubungan interpersonal sebagai penunjang keberlangsungan *self-disclosure*, salah satunya *closeness*. Komponen tersebut pun terdapat dalam *friendship quality*.

Friendship quality adalah adalah kepuasan hubungan persahabatan yang lebih tinggi terhadap adanya kepedulian, kebersamaan, saling membantu dan saling mengungkapkan informasi pribadi, serta rendahnya konflik dan pengkhianatan yang terjadi dalam persahabatan (Parker & Asher, 1993). Menurut Mantri (2026) *friendship quality* adalah evaluasi subjektif suatu individu terhadap karakteristik, kedalaman, dan atribut fungsional dalam hubungan persahabatannya. Dalam hubungan persahabatan, terjalin diperlukan *skill* sosial untuk memanifestasikan *friendship quality* yang di dalamnya terdiri dari membangun *intimacy*, terlibat dalam *disclosure* yang baik, dan memperoleh rasa menghargai dan *trust*. Dapat disimpulkan bahwa dalam *friendship quality* memiliki komponen penting untuk perkembangan hubungannya, yaitu adanya proses *disclosure* yang baik yang didapat dari *social skill*.

Individu yang berani melangsungkan *self-disclosure* terdapat kemungkinan bahwa dia memiliki kualitas pertemanan atau *friendship quality* yang tinggi. Hal ini didukung oleh Berndt (2002) yang menyatakan bahwa kualitas pertemanan (*friendship quality*) yang tinggi dapat didefinisikan sebagai kombinasi tingkat tinggi dari atribut hubungan interpersonal yang positif, seperti perilaku prososial, pengungkapan diri (*self-disclosure*), kepercayaan (*trust*), kelekatan dan dorongan semangat, dibarengi dengan atribut dalam tingkat rendah yang meliputi konflik dan persaingan. Dikemukakan bahwa *friendship quality* memfasilitasi pengembangan sebuah hubungan dengan *secure attachment* yang berkarakteristik memiliki keamanan (*safety*), kepercayaan (*trust*), dan pengungkapan diri (*self-disclosure*), serta menciptakan pembentukan identitas, harga diri (*self-esteem*) yang positif, dan

tasa keberhargaan (*self-worth*) (Gorrese & Ruggieri, 2013; Pfeifer & Vijayakumar, 2020 dalam Pi-Sunyer, 2025). Berdasarkan hal tersebut, *self-disclosure* dan *friendship quality* memiliki hubungan timbal balik (*reciprocal*).

Berdasarkan data penggalan data awal yang sudah dilakukan, ditemukan bahwa untuk berlindung dari tanggapan atau reaksi dari teman atau orang lain yang dipersepsikan berbeda saat dicerita, beberapa siswa/i cenderung bercerita dalam konteks yang lebih dalam kepada teman dekatnya saja sebagai tempat aman. Situasi ini dapat dijangkau dengan *fear of negative evaluation*, di mana *fear of negative evaluation* adalah rasa cemas terkait dengan kemungkinan untuk dinilai secara negatif dalam suatu situasi sosial (Watson & Friend 1969; Weeks dkk. 2005). Situasi di mana individu mengalami perasaan tidak nyaman saat memiliki persepsi akan dinilai negatif orang lain pun dapat terjadi di *setting* sosial sekolah, di mana keterbukaan diri kepada teman di sekolah dapat dipengaruhi oleh kekhawatiran akan penilaian sosial, sehingga individu cenderung menahan informasi pribadi tertentu. Individu dengan tingkat *fear of negative evaluation* tinggi sering mengalami kecemasan ekstrem dan ketidaknyamanan dalam situasi sosial yang dapat memicu perilaku penghindaran atau stres yang intens (Macovei dkk., 2023).

Ketika remaja tetap terhambat untuk terbuka akan hal-hal yang menyangkut lebih dalam dari diri mereka atau melangsungkan pengungkapan diri walaupun memiliki teman dekat, terdapat kemungkinan kondisi tersebut dipengaruhi oleh *fear of negative evaluation*. Hal ini didukung oleh van den Bos dkk. (2014) dan Westenberg dkk. (2007) dalam Nowell dkk. (2022) yang menyatakan bahwa

pengeluaran (*costs*) yang dikerahkan untuk berbagi pembahasan yang lebih mendalam akan menjadi pertimbangan yang mengandung resiko karena akan menimbulkan sensitivitas remaja mengenai pertemanan dan kecemasan mengenai evaluasi sosial yang negatif (seperti dipermalukan atau penolakan).

Konteks dalam penelitian ini adalah *self-disclosure* dan *friendship quality* ditelusuri melalui dinamika individu (siswa remaja) dengan teman dekatnya, sedangkan *fear of negative evaluation* di penelitian ini dianggap sebagai *personality trait* umum remaja jika berada di situasi sosial umum atau publik yang dapat terbawa jika remaja pun berhadapan dengan teman dekatnya. Penentuan konteks dalam penelitian ini berdasarkan temuan yang terdapat pada hasil penggalian data awal sebagai data tambahan yang menunjukkan bahwa subjek cenderung dapat bercerita atau mengungkapkan diri secara lepas ketika bersama teman dekatnya agar terhindarkan dari situasi evaluatif. Temuan ini pun diperkuat dengan hasil studi Pfeifer & Vijayakumar (2020) bahwa *self-disclosure* pada masa remaja peran kualitas pertemanan berkontribusi dalam perkembangan perilaku *self-disclosure*. Di samping itu, temuan dari hasil penggalian data awal tersebut juga sejalan dengan Watson & Friend (1969) dan Leary (1983) yang mengemukakan bahwa *fear of negative evaluation* diukur sebagai kecenderungan bawaan (*trait*) individu untuk merasa cemas dan tertekan terhadap potensi penilaian negatif di lingkungan sosial publik yang lebih luas.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto. Penentuan karakteristik populasi ini didasarkan

pada pemenuhan representasi fase perkembangan remaja madya (*middle adolescence*). Siswa kelas 10 dipilih karena merepresentasikan fase transisi akademik dan sosial yang menuntut proses adaptasi terhadap lingkungan pertemanan baru dari jenjang menengah pertama dan menengah atas, di mana *peer group* menjadi penunjang kritis dalam pembentukan identitas diri (Santrock, 2019). Sementara itu, siswa kelas 11 juga dilibatkan karena mencerminkan fase remaja yang telah melewati masa transisi tersebut di mana pola konformitas dan interaksi sosialnya cenderung lebih stabil (Erikson, 1994). Dengan melibatkan kedua jenjang ini, penelitian ini dapat memperoleh sebaran data yang komprehensif mengenai dinamika hubungan antarvariabel pada kelompok remaja yang berada dalam berbagai tingkat stabilitas sosial.

Penelitian ini menggunakan *Social Cognitive Theory* dari Bandura (1986) sebagai mekanisme penjelas hubungan antara *self-disclosure*, *friendship quality*, dan *fear of negative evaluation*. *Social Cognitive Theory* dipilih karena teori ini menjelaskan bahwa perilaku manusia merupakan hasil interaksi timbal balik (*reciprocal determinism*) antara tiga faktor, yaitu faktor personal atau kognitif, faktor perilaku, dan faktor lingkungan (Hon dkk., 2026; Supriatna & Annisa, 2026). Hasil studi yang menggunakan *Social Cognitive Theory* dalam menjelaskan mekanisme *self-disclosure* adalah studi mengenai *self-disclosure* pada penyintas NSSI (Non-Suicidal Self Injury) oleh Hon dkk. (2026) yang menjelaskan bahwa faktor lingkungan luar juga berpengaruh terhadap kecenderungan *self-disclosure* mereka.

Penentuan variabel dalam penelitian ini berdasarkan pada hasil temuan penelitian terdahulu dipadukan dengan penelusuran terkait fenomena *self-disclosure*. Meskipun studi mengenai keterbukaan diri (*self-disclosure*) remaja telah banyak dilakukan, terdapat beberapa keterbatasan mendasar dari penelitian terdahulu yang melandasi pentingnya penelitian ini. Pertama, keterbatasan terkait konteks interaksi (*setting*) yang ditunjukkan oleh studi Hernawati dan Putri (2025) membuktikan bahwa *fear of negative evaluation* berkontribusi sebesar 12,2% dalam menghambat pengungkapan diri, namun fokus analisis terbatas pada dinamika *online* di media sosial. Efek *fear of negative evaluation* pada interaksi tatap muka langsung (*offline*) di lingkungan sekolah masih jarang dieksplorasi secara mendalam. Kedua, terdapat keterbatasan arah pemodelan hubungan antarvariabel. Hasil studi Nurlaili (2022) menguji *self-disclosure* sebagai variabel bebas yang mendorong terbentuknya kualitas pertemanan (*friendship quality*). Penelitian ini hadir mengisi celah tersebut dengan menggunakan kerangka berpikir terbalik, di mana kualitas persahabatan di sekolah ditempatkan faktor penentu (X1) yang memicu keberanian siswa untuk melakukan pengungkapan diri (Y). Ketiga, keterbatasan riset terdahulu terletak pada analisis variabel secara parsial. Hasil studi Pang dkk. (2024) kerap menguji *fear of negative evaluation* secara terpisah dalam ranah kecemasan individu tanpa melihat benturannya dengan faktor lingkungan sekitar.

Penelitian ini menutup celah tersebut dengan menguji efek simultan antara faktor pendorong eksternal (*friendship quality*) dan faktor penghambat internal (*fear of negative evaluation*) secara bersamaan dalam membentuk perilaku *self-*

disclosure offline siswa di sekolah. Penelitian-penelitian tersebut menjadi *gap* atau celah penelitian yang melatarbelakangi pentingnya dilakukan penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara *friendship quality* dengan *self-disclosure* Siswa Siswi Kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto?
2. Apakah terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* dengan *self-disclosure* Siswa Siswi Kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto?
3. Apakah secara bersama-sama *friendship quality* dan *fear of negative evaluation* memiliki hubungan dengan *self-disclosure* Siswa Siswi Kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui hubungan *friendship quality* dan *self-disclosure* Siswa Siswi Kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto.
2. Mengetahui hubungan *fear of negative evaluation* dan *self-disclosure* siswa siswi kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto.
3. Mengetahui hubungan *friendship quality* dan *fear of negative evaluation* dengan *self-disclosure* Siswa Siswi Kelas 10 dan 11 SMA Muhammadiyah 1 Purwokerto

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, khususnya dalam bidang Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan pada siswa-siswi mengenai pentingnya tindakan *self-disclosure* yang sebagian besar menjadi penopang dan pendukung siswa semasa sekolah menengah atas serta bagaimana *friendship quality* dan *fear of negative evaluation* memengaruhinya.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu aspek yang diperhatikan oleh tim penunjang akademik seperti unit BK (Bimbingan Konseling) untuk memastikan keberlangsungan siswa dengan temannya dapat berjalan dengan baik.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman bahwa keterbukaan siswa dengan *self-disclosure* beserta dinamika yang sering terjadi di antara siswa berkaitan dengan *friendship quality* dan *fear of negative evaluation* berperan dalam membantu melangsungkan proses dinamika siswa di sekolah dengan lancar sehingga pendamping siswa baik di sekolah mau pun di rumah dapat menaruh perhatian pada hal tersebut dengan tepat.