

ABSTRAK

Andina Bellaputri. 190110120141. Gambaran Derajat *Self-Disclosure* dalam Relasi Berpacaran pada Dewasa Awal yang Merasakan *Shyness*.

Memasuki masa dewasa awal, salah satu hal yang penting adalah menjalin *intimate relationship*, seperti relasi berpacaran. Salah satu kunci yang dapat membuat relasi berpacaran berjalan dengan baik adalah *self-disclosure* atau mengungkapkan hal-hal mengenai diri kepada pasangan. Pada beberapa individu yang memiliki masalah dengan interaksi sosial seperti *shyness*, *self-disclosure* mungkin tidak mudah untuk dilakukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran *self-disclosure* dalam relasi berpacaran pada dewasa awal yang merasakan *shyness*. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *sampling* jenuh. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 31 orang dewasa awal yang berkuliah di Universitas Padjadjaran dan merasakan *shyness*.

Data diperoleh melalui alat ukur dalam bentuk kuesioner yang dimodifikasi dari alat ukur *self-disclosure* milik Annisa Fernanda Valentina (2011). Kuesioner tersebut berakar dari teori Wheelless & Grotz (1976). Sebelumnya, untuk menjaring partisipan yang merasakan *shyness*, diberikan kuesioner yang dimodifikasi dari alat ukur derajat *shyness* milik Rijalul Haq (2009) yang merupakan terjemahan dari "Revised Cheek and Buss Shyness Scale" (1983). Hasil reliabilitas masing-masing alat ukur ini adalah 0.917 untuk *self-disclosure* dan 0.801 untuk alat ukur derajat *shyness* dengan menggunakan perhitungan Cronbach Alpha. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-disclosure* sudah cukup baik pada dewasa awal yang berkuliah di Universitas Padjadjaran dan merasakan *shyness*. Keinginan untuk mengungkapkan diri kepada pasangan cenderung tinggi. *Self-disclosure* dilakukan cukup sering dan dalam waktu yang cukup lama. Informasi yang diungkapkan, baik berupa informasi positif dan negatif, sudah cukup mendalam dan dianggap personal. Penggambaran diri yang dilakukan cukup akurat dan sesuai dengan diri yang sebenarnya. Terdapat beberapa hal yang berperan dalam *self-disclosure* tersebut, termasuk salah satunya *shyness* yang dirasakan.

Kata kunci: *shyness*, *self-disclosure*, dewasa awal, relasi berpacaran

ABSTRACT

Andina Bellaputri. 190110120141. Gambaran Derajat *Self-Disclosure* dalam Relasi Berpacaran pada Dewasa Awal yang Merasakan *Shyness*.

Having an intimate relationship like dating is one of the most important things for everyone entering early adulthood. In building a romantic relationship, self-disclosure or revealing personal information to others is key to the maintenance of a relationship. For people who have problems with social interactions like shyness, self-disclosure is not an easy thing to do. The study aims to assess self-disclosure within dating of early adults who experience shyness. The research was conducted to whole population following the criterion which consisted of 31 Universitas Padjadjaran students who experience shyness. The study used quantitative descriptive method.

Data of research was collected through a modified questionnaire created by Annisa Fernanda Valentina (2011). The questionnaire was based on Wheelless & Grotz's theory (1976). Before data collection, participants were given another questionnaire about shyness created by Rijalul Haq (2009) adapted from "Revised Cheek and Buss Shyness Scale" (1983). Reliability scores for each test are 0.917 for self-disclosure and 0.801 for shyness as measured by Cronbach's Alpha. This study shows that self-disclosure of early adults in Universitas Padjadjaran who experience shyness are sufficiently good. Willingness to reveal information to romantic partners is quite high. Self-disclosure is done quite often and for a quite long time, the types of information being disclosed include both positive and negative information, deep, and are considered to be personal. The revealed information also perceived to accurately represent the self. There are a few things that affect self-disclosure, and one of them is the experienced shyness.

Keywords: *shyness, self-disclosure, early adulthood, dating*