

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Kualitas Persahabatan

a. Definisi Kualitas Persahabatan

Dalam kehidupan sehari-hari terdapat berbagai bentuk persahabatan, masing-masing dengan tingkat kedekatan dan kedalaman hubungan yang berbeda di antara individu yang bersahabat. Misalnya, persahabatan antara teman-teman yang bersekolah di tempat yang sama atau tinggal di satu kampung, persahabatan di antara rekan kerja di pabrik atau kantor, serta hubungan antara pemilik usaha dan karyawannya yang terbentuk karena lingkungan kerja. Selain itu, ada juga persahabatan yang terjalin di antara orang-orang dengan hobi yang sama, serta hubungan yang berkembang di antara kawan lama setelah bereuni di asrama atau sekolah. Bentuk-bentuk persahabatan ini memiliki kualitas hubungan yang berbeda dibandingkan dengan persahabatan antara dua individu yang saling tertarik secara afektif. Persahabatan semacam ini ditandai dengan saling mencintai, menghormati, melengkapi, serta merindukan dan menikmati kebersamaan dengan sahabatnya.²⁷

Robert A. Baron & Donn Brne menyatakan bahwasannya persahabatan merupakan suatu hubungan antar dua individu yang membuat keduanya saling menghabiskan waktu berdua, berinteraksi dalam berbagai kegiatan, serta saling memberi dukungan secara emosional. Menurut

²⁷ Sudarminta, J. (2020). Makna Persahabatan Sebuah Tinjauan Dari Perspektif Filsafat. *Seri Filsafat Teologi*, 30(29) Hal 31.

Berndt, tingginya kualitas persahabatan dapat diketahui melalui dua hal yakni kualitas dan kuantitas. Jumlah sahabat yang dimiliki seseorang merupakan cara melihat kualitas persahabatan dari segi kuantitas, sedangkan dari segi kualitas dapat dilihat dari perilaku yang ditunjukkan antar satu sama lain dalam lingkup persahabatan tersebut.²⁸

Menurut Then, Nordin, dan Hazri, kualitas persahabatan merupakan sejauh mana seseorang bersedia berinteraksi dengan orang lain untuk mendapatkan manfaat, baik yang disengaja maupun tidak disengaja, dari hubungan persahabatan tersebut. Secara umum, Aboud dan Mendelson mendefinisikan kualitas persahabatan sebagai tingkat kepuasan yang diterima masing-masing individu dalam sebuah hubungan. Dengan kata lain, kualitas persahabatan mencerminkan keinginan dan kemampuan seseorang untuk membangun interaksi yang bermanfaat serta tingkat kepuasan yang dirasakan dari hubungan tersebut.²⁹ Berndt berpendapat bahwa, kualitas persahabatan yang baik dapat diukur dari tingginya tingkat saling membantu, kedekatan emosional, serta perilaku yang mengarah pada hal-hal positif lainnya. Kualitas persahabatan ini mencerminkan keberhasilan dalam berinteraksi dengan orang lain dan memiliki dampak signifikan terhadap sikap serta perilaku individu. Hubungan persahabatan yang berkualitas tinggi tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri tetapi juga mengurangi rasa ketidakpercayaan terhadap diri sendiri. Dengan

²⁸ Lindesmith, A. R., Strauss, A., & Denzin, N. K., *Social psychology*. Sage., 1999

²⁹ Policarpo, V. (2015). What is a friend? An exploratory typology of the meanings of friendship. *Social Sciences*, 4(1), 171-191.

demikian, persahabatan yang solid dan mendukung memainkan peran penting dalam membentuk kesejahteraan emosional dan sosial seseorang.³⁰

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian diatas yakni, kualitas persahabatan adalah ukuran keinginan seseorang dalam berinteraksi dengan orang terdekatnya, yaitu sahabat untuk mendapatkan hal-hal yang bersifat positif yang mana apabila hal itu berjalan dengan baik dan kualitas persahabatan juga semakin tinggi maka secara otomatis akan muncul kepuasan dari satu sama lain, yang mana nantinya juga akan memberikan dampak pada sikap serta perilaku individu khususnya didepan orang yang membuatnya nyaman atau didepan sahabatnya. Kualitas persahabatan dapat dikatakan baik dengan dilihat dari kedekatan, sikap saling tolong menolong serta seluruh sikap yang bersifat positif.

b. Aspek Kualitas Persahabatan

Persahabatan yang mendalam ditandai dengan adanya komitmen untuk saling membahagiakan satu sama lain. Ini mencakup melakukan berbagai kegiatan bersama, berbagi waktu, harta benda, dan pengetahuan, serta selalu siap membantu ketika sahabat membutuhkan. Selain itu, dalam hubungan persahabatan yang erat, terdapat usaha terus-menerus untuk mengembangkan potensi dan kualitas positif dalam diri sahabat. Dengan kata lain, persahabatan yang lebih dalam melibatkan dukungan penuh dan keinginan tulus untuk melihat sahabat tumbuh dan berkembang.³¹

³⁰ Dunn, J. (2004). *Children's friendships: The beginnings of intimacy*. Blackwell Publishing.

³¹ Sudarminta, J. (2020). Makna Persahabatan Sebuah Tinjauan Dari Perspektif Filsafat. *Seri Filsafat Teologi*, 30(29), Hal. 31.

Berndt menyatakan bahwa kuantitas dan kualitas menjadi penentu tingginya kualitas persahabatan. Dari segi kuantitas, jumlah teman yang dimiliki seseorang dapat menjadi indikator persahabatan. Sedangkan, secara kualitatif persahabatan diukur dari perilaku yang ditunjukkan satu sama lain. Hal ini mencakup bagaimana teman-teman tersebut saling berinteraksi, mendukung, dan memperlakukan satu sama lain. Dengan demikian, meskipun seseorang mungkin memiliki banyak teman, nilai sebenarnya dari persahabatan terletak pada kualitas hubungan yang terjalin di antara mereka. Kualitas persahabatan terlihat dari kedalaman hubungan dan seberapa positif perilaku yang ditunjukkan dalam interaksi tersebut. Hal ini meliputi bagaimana teman-teman tersebut saling berinteraksi, mendukung, dan memperlakukan satu sama lain. Kualitas persahabatan terlihat dari kedalaman hubungan dan seberapa positif perilaku yang ditunjukkan dalam interaksi tersebut. Dengan demikian, meskipun seseorang mungkin memiliki banyak teman, nilai sebenarnya dari persahabatan terletak pada kualitas hubungan yang terjalin di antara mereka. Berndt menyatakan bahwasannya terdapat enam aspek dalam kualitas persahabatan, yakni:³²

1) Keakraban dan kedekatan emosional

Keakraban dan kedekatan emosional mengacu pada kedalaman perasaan dan keterbukaan antara teman. Ini mencakup berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi, serta dukungan emosional yang diberikan satu sama lain. Persahabatan yang berkualitas tinggi ditandai oleh tingkat kepercayaan dan pengertian yang tinggi, di mana teman-

³² Berndt, T. J., *The features and effects of friendship in early adolescence*. Child Development, 53(6), 1447-1460., 1982., Diakses 27 Mei 2024

teman merasa nyaman untuk berbagi hal-hal yang sangat pribadi dan sensitif.

2) Dukungan dan bantuan

Dukungan dan bantuan mencakup segala bentuk bantuan yang diberikan teman satu sama lain, baik dalam bentuk dukungan emosional, dukungan praktis, maupun dukungan sosial. Teman-teman yang berkualitas tinggi cenderung saling membantu dalam situasi sulit, memberikan saran, dan hadir untuk satu sama lain saat dibutuhkan.

3) Kejujuran dan kepercayaan

Kejujuran dan kepercayaan adalah elemen kunci dalam persahabatan yang berkualitas. Ini berarti teman-teman dapat dipercaya untuk mengatakan yang sebenarnya dan tidak akan mengkhianati kepercayaan satu sama lain. Kepercayaan menciptakan dasar untuk hubungan yang stabil dan aman, di mana teman-teman merasa nyaman untuk berbagi rahasia dan ketakutan mereka.

4) Loyalitas dan komitmen

Loyalitas dan komitmen merujuk pada kesediaan untuk tetap bersama dan mendukung satu sama lain dalam berbagai situasi, termasuk saat menghadapi konflik atau tantangan. Persahabatan yang berkualitas ditandai oleh komitmen yang kuat untuk menjaga hubungan, bahkan ketika ada perbedaan atau kesulitan.

5) Respek dan penghargaan

Respek dan penghargaan berarti menghargai dan mengakui nilai serta kontribusi satu sama lain dalam hubungan. Ini mencakup saling

menghormati pendapat, perasaan, dan hak masing-masing sebagai individu yang terpisah. Persahabatan yang berkualitas tinggi ditandai oleh penghargaan yang mendalam dan saling menghormati.

6) Kesenangan dan kenikmatan

Kesenangan dan kenikmatan mengacu pada aspek-aspek menyenangkan dari persahabatan, termasuk berbagi waktu bersama dalam kegiatan yang menyenangkan, bercanda, dan menikmati kebersamaan. Persahabatan yang berkualitas tinggi sering kali melibatkan banyak momen bahagia dan menyenangkan yang memperkuat ikatan emosional.

c. **Faktor Kualitas Persahabatan**

Mahzad Hojjat dan Anne Moyer mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas persahabatan, yakni sebagai berikut.³³

1) Saling Mendukung dan Timbal Balik

Persahabatan berkualitas tinggi ditandai dengan sikap saling mendukung dan perilaku timbal balik, di mana teman memberikan dukungan emosional, sosial, dan praktis satu sama lain.

2) Keintiman dan Keterbukaan Diri

Tingkat keintiman dan kemauan untuk berbagi pemikiran dan perasaan pribadi (*self-disclosure*) sangat penting untuk memperdalam kualitas persahabatan.

³³ Hojjat, M., & Moyer, A. (Eds.). (2017). *The psychology of friendship*. Oxford University Press.

3) Kepercayaan dan Keandalan

Kepercayaan dan keandalan dalam menjaga kepercayaan dan dapat diandalkan merupakan komponen penting dari persahabatan yang kuat.

4) Resolusi Konflik

Keterampilan resolusi konflik yang efektif dan kemampuan mengelola perselisihan berdampak positif terhadap stabilitas dan kualitas persahabatan.

5) Minat dan Aktivitas Bersama

Kesamaan minat, aktivitas, dan pengalaman bersama memperkuat ikatan antar teman dan berkontribusi pada kualitas persahabatan.

6) Kedekatan Emosional

Kedekatan emosional dan kemampuan berempati terhadap perasaan satu sama lain berperan penting dalam meningkatkan kualitas persahabatan.

7) Komunikasi

Komunikasi yang jujur dan terbuka sangatlah penting untuk memelihara dan meningkatkan kualitas persahabatan. Kejujuran dan keterbukaan dalam komunikasi dapat membangun kepercayaan, yang merupakan fondasi utama dari hubungan persahabatan yang kokoh.

2. Kepercayaan Interpersonal

a. Definisi Kepercayaan Interpersonal

Menurut Mayer dan Rousseau, kepercayaan interpersonal merupakan suatu keadaan psikologis yang didasari oleh niat untuk menerima kerentanan pada perilaku ataupun tindakan dari orang lain berdasar pada adanya harapan bahwasannya orang lain tersebut dapat melakukan suatu tindakan, diluar pada kemampuan individu dalam memantau ataupun mengontrol orang lain. Individu tidak akan mampu bertahan kecuali jika individu tersebut memiliki kemauan dalam membangun serta mempertahankan tingkat dasar kepercayaan interpersonal. Kemudian Rottenberg juga menyampaikan pendapatnya terkait definisi kepercayaan interpersonal, menurutnya kepercayaan interpersonal merupakan sebuah ekspektasi pada individu bahwa orang lain akan bertindak dengan cara yang koheren, dapat diandalkan, dan menguntungkan bagi individu yang mempercayai mereka. Rottenberg juga menekankan bahwa kepercayaan interpersonal berkembang dan berubah sepanjang masa kanak-kanak dan remaja, dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengalaman pribadi, hubungan terhadap orang tua ataupun teman, serta konteks sosial dan budaya.³⁴

Kepercayaan sering diposisikan sebagai aspek positif dari hubungan interpersonal serta modal sosial. Namun ada kekhawatiran bahwa kepercayaan justru bisa menjadi aspek negatif bila disalahgunakan oleh pihak yang dipercaya. Melihat hal tersebut, Yamagishi dan Kikuchi

³⁴ Rotenberg, K. J. (Ed.). (2010). *Interpersonal trust during childhood and adolescence*. Cambridge University Press.

mengembangkan konsep kehati-hatian untuk menjelaskan dinamika kepercayaan yang konstruktif dilihat dari sisi pemberi kepercayaan. Berdasarkan penelitian mereka disimpulkan bahwa kepercayaan dan kehati-hatian adalah konsep yang berbeda tetapi bekerja pada sistem paralel. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Yamagishi dan Kikuchi tersebut menunjukkan bahwasannya saat seseorang mempunyai tingkat kepercayaan interpersonal yang tinggi, ia masih memiliki sikap yang disebut kehati-hatian.

Di Asia Timur sendiri, selain dinilai sebagai konsep individual, kepercayaan juga dinilai sebagai konsep relasional. Kepercayaan tidak melayani keegoisan seseorang dan berorientasi untuk memaksimalkan keuntungan pribadi. Choi dan Kim menyatakan bahwasannya kepercayaan adalah konsep relasional yang memberikan keamanan, harmoni dan kesejahteraan psikologis bagi individu dan masyarakat secara umum. Secara umum, kepercayaan pertama kali berkembang dalam keluarga, di mana hubungan orang tua anak yang kuat dan intim terjalin. Kepercayaan tersebut kemudian diperluas kepada anggota keluarga lainnya, teman dekat, tetangga, guru, dan teman-teman. Penelitian lebih jauh mengeksplorasi alasan menempatkan kepercayaan dalam hubungan dekat, yang meliputi hubungan antara anak dengan ibu, ayah, teman dekat, dan guru. Menurut Rus dan Iglie, kedekatan hubungan antara dua orang diasumsikan menentukan kualitas kepercayaan. Artinya, kepercayaan akan meningkat ketika trustor dan trustee memiliki hubungan yang erat.³⁵

³⁵ Faturochman. 2023. *Kepercayaan Interpersonal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Hal. 63

Dari uraian terkait kepercayaan interpersonal diatas dapat disimpulkan bahwasannya, kepercayaan interpersonal merupakan sebuah kondisi psikologis pada individu yang mencakup keinginan dalam menerima kemungkinan apapun yang terjadi pada tindakan orang lain dengan didasarkan pada keyakinan bahwasannya mereka mampu bertindak sesuai harapan, meskipun tanpa pengawasan atau kontrol. Kepercayaan ini berkaitan dengan kondisi fisik, fungsi kognitif dan sosial, serta pembentukan dan cara individu dalam menjaga hubungannya dengan orang lain agar tetap baik dan dekat. Kepercayaan dapat meningkat dengan eratnya hubungan antara pemberi kepercayaan (trustor) dan yang dipercaya (trustee). Namun, ada pandangan bahwa kepercayaan dapat berdampak negatif jika disalahgunakan. Konsep kehati-hatian dikembangkan untuk menjelaskan dinamika konstruktif kepercayaan dari perspektif pemberi kepercayaan, menunjukkan bahwa kepercayaan dan kehati-hatian berjalan beriringan. Orang dengan tingkat kepercayaan tinggi tetap memiliki sikap hati-hati.

b. Mekanisme Pembentuk Kepercayaan

Berdasarkan melihat pada beberapa kemungkinan terbentuknya kepercayaan, Creed & Miles menyatakan tiga mekanisme dasar pembentukan kepercayaan, yakni:³⁶

1) Kepercayaan berbasis karakter (*characteristic-based trust*),

Dalam bidang psikologi, kepercayaan yang berbasis karakter sudah lama dikenal karena konsep dasarnya menghubungkan

³⁶ Faturochman. 2023. *Kepercayaan Interpersonal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Hal. 63

kepercayaan dengan latar belakang individu serta berbagai stereotipe yang ada. Pendapat-pendapat bahwa kelompok tertentu, baik berdasarkan etnis, sosial, ekonomi, maupun demografi, dianggap lebih atau kurang dapat dipercaya selalu hadir dalam kehidupan sosial. Proses pembentukan kepercayaan berdasarkan karakteristik ini tampaknya berlangsung secara bertahap dan mungkin telah menjadi bagian dari sejarah kehidupan sosial. Di sisi lain, dalam perkembangan teori psikologi, selalu ada upaya untuk mengaitkan karakteristik tertentu dengan kinerja individu. Oleh karena itu, manajemen impresi menjadi penting untuk membangun kepercayaan dan memberikan kesan positif kepada orang lain.

2) Kepercayaan berbasis proses (*process-based trust*),

Pengalaman seseorang dalam berbagai interaksi sosial, seperti berdagang, memberi hadiah, dan membuat kontrak kerja, merupakan faktor penting dalam perkembangan kepercayaan. Konsep dasarnya adalah resiprositas atau pertukaran yang adil. Pembentukan kepercayaan ini tentu memerlukan waktu yang panjang dan sering kali tidak cukup hanya dengan satu kali interaksi sosial. Selama proses ini, jaminan dan stabilitas dalam hubungan yang resiprokal menjadi faktor penting yang memperkuat tingkat kepercayaan. Hubungan yang konsisten dan dapat diandalkan berperan sebagai perekat dalam membangun kepercayaan yang kuat.

3) Kepercayaan berbasis kelembagaan (*institutional-based trust*),

Kepercayaan berbasis kelembagaan sering disebut sebagai kepercayaan formal. Ini disebut demikian karena kepercayaan dibangun berdasarkan atribut resmi seperti ijazah, sertifikat, surat pernyataan, dan akreditasi. Misalnya, ketika seorang pengacara, akuntan, dokter, atau psikolog memiliki surat keterangan, ijazah, atau sertifikat yang membuktikan keahliannya, orang lain akan segera mempercayainya. Selain itu, akreditasi dari lembaga pendidikan juga merupakan bagian dari mekanisme ini, yang membantu memperkuat kepercayaan formal dalam berbagai profesi dan bidang.

c. **Aspek Kepercayaan Interpersonal**

Terdapat tiga aspek kepercayaan interpersonal menurut Rottenberg, yaitu:³⁷

- 1) Keterandalan (*Reliability*) : Aspek keterandalan menfokus pada sikap seseorang yang menepati janji dan ucapannya.
- 2) Emosi (*Emotional*) : Aspek emosi melibatkan kemampuan seseorang untuk memelihara perasaan orang lain, seperti dengan menjadi tempat curahan hati, menjaga kerahasiaan tentang diri sendiri, menahan diri dari kritik, dan menghindari tindakan yang dapat menimbulkan malu.
- 3) Kejujuran (*honesty*) : Aspek kejujuran merujuk pada kemampuan seseorang untuk menceritakan keadaan sebenarnya dan mengelola perilaku dengan motivasi yang baik daripada buruk, serta menggunakan cara yang tulus daripada manipulatif.

³⁷ Rottenberg, K. J. (2010). *Interpersonal trust during childhood and adolescence*. USA: Cambridge University Press, 2010. Dikutip pada 3 Mei 2022

d. Faktor Kepercayaan Interpersonal

Mayer dkk. mengungkapkan terdapat ada tiga kriteria yang menjadi faktor tumbuhnya kepercayaan pada seseorang, yaitu kemampuan seseorang, integritas, dan kebaikan hati.³⁸

1) Kemampuan

Individu memerlukan sebuah keyakinan tentang sebaik apa seseorang menunjukkan performa diri mereka. Kemampuan yang dimaksud meliputi kompetensi, pengalaman serta kemampuan pada ilmu pengetahuan.

2) Integritas

Kepercayaan seseorang dapat dilihat dari kesesuaian antara kata-kata dan tindakan mereka dengan nilai-nilai yang mereka anut tentang diri sendiri. Integritas membutuhkan keikhlasan hati untuk mendapatkan tekanan, hal ini dikarenakan jika kejujuran saja tentunya tidak cukup untuk menjelaskan terkait integritas.

3) Kebaikan hati

Kebaikan hati terkait erat dengan niat. Individu yang merasa terhubung dengan dirinya sendiri saat berinteraksi dengan orang lain cenderung memperhatikan kebutuhan orang tersebut dan mempercayai mereka.

³⁸ Faturochman,. *Kepercayaan Interpersonal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Hal. 63

3. Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

a. Definisi Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

Keterbukaan diri menyangkut informasi yang biasanya dan secara aktif disembunyikan, Shertzer dan Stone mendefinisikan pengungkapan atau keterbukaan diri sebagai perasaan sikap dan kepercayaan saat ini di sini proses pengungkapan diri bergantung pada kepercayaan yang dimiliki anggota kelompok satu dengan yang lain.³⁹ Jourard memandang keterbukaan diri sebagai pertanda dan penyebab dari sehatnya kepribadian pada diri seseorang. Keterbukaan diri dapat dilihat sebagai salah satu karakteristik dari kepribadian yang cenderung stabil, serta memiliki kaitan dengan karakteristik kepribadian yang positif lainnya.

Valerian J., Derlaga dan John H. Berg menyatakan, terdapat penjelasan tiga dasar keterbukaan diri dari pendekatannya. Penjelasan pertama didasarkan pada pendekatan rasa percaya dan berpendapat bahwa menerima keterbukaan yang intim akan meningkatkan kepercayaan dan rasa suka terhadap orang yang mengungkapkan. Penerima kemudian diharapkan untuk membalas keterbukaan intim untuk menunjukkan perasaan yang sudah diterima. Sedangkan, penjelasan yang kedua lebih menekankan pada pengaruh dari norma sosial, yang mana norma-norma sosial tersebut memiliki kemiripan dengan teori keadilan. Adams, Walster, Berscheid mengatur pertukaran keterbukaan dan mewajibkan penerima masukan keterbukaan dari orang lain untuk mengungkapkan informasi yang memiliki keintiman yang sebanding. Penjelasan ketiga menyatakan bahwa sebagian

³⁹ Setianingsih, E. S., *Keterbukaan diri siswa (Self disclosure)*. Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2(2)., 2015., Dikutip pada 5 Agustus 2024

besar keterbukaan timbal balik hanyalah hasil pemodelan dengan penerima keterbukaan meniru pembicara awal.⁴⁰

Dari uraian tentang keterbukaan diri diatas dapat ditarik kesimpulan bahwasannya keterbukaan diri adalah kemampuan yang ada pada diri seseorang dalam memiliki rasa percaya dan rasa nyaman dalam mengungkapkan informasi dengan orang lain yang memiliki keintiman sebanding, serta tetap memperhatikan norma dan batasan dalam memilah informasi yang bersifat privasi.

b. Aspek Keterbukaan Diri (Self Disclosure)

Menurut Altman dan Taylor, terdapat lima aspek dalam keterbukaan diri yakni sebagai berikut:⁴¹

1) Ketepatan

Keakuratan dalam menyampaikan informasi pribadi seseorang sangat penting untuk memastikan relevansi dan keterlibatan individu dalam suatu peristiwa. *Self disclosure* atau keterbukaan diri sering kali menjadi tidak tepat atau tidak pantas jika melanggar norma-norma yang ada, terutama karena individu mungkin tidak sepenuhnya menyadari aturan tersebut. Keterbukaan diri yang sesuai bisa memicu tanggapan positif dari pendengar yang terkait. Pernyataan positif termasuk dalam kategori penghargaan, sementara pernyataan negatif umumnya terkait dengan penilaian diri yang menghakimi.

⁴⁰ Derlaga, V. J., & Berg, J. H. (Eds.). (1987). *Self-disclosure: Theory, research, and therapy*. Springer Science & Business Media.

⁴¹ Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. Holt, Rinehart & Winston.

2) Motivasi

Motivasi seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor. Motivasi ini bisa berasal dari dalam diri individu maupun dari pengaruh eksternal. Dorongan intrinsik biasanya berhubungan dengan keinginan atau tujuan pribadi seseorang untuk mengekspresikan dirinya. Sebaliknya, kurangnya motivasi untuk membuka diri sering kali dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti keluarga, lingkungan sekolah, dan tempat kerja. Faktor-faktor ini dapat memainkan peran penting dalam menentukan sejauh mana seseorang merasa nyaman dan terdorong untuk berbagi informasi pribadi dengan orang lain.

3) Waktu

Menentukan saat yang tepat adalah hal penting dalam menentukan apakah seseorang akan bisa terbuka atau tidak. Saat ingin mengungkapkan diri, individu harus memperhatikan situasi orang lain. Jika kondisi tidak mendukung, misalnya saat orang lain sedang merasa lelah atau sedih, maka keterbukaan tersebut mungkin tidak akan berhasil. Demikian pula, individu sendiri juga mungkin merasa tidak siap untuk terbuka jika sedang mengalami kelelahan atau kesedihan. Oleh karena itu, memperhatikan waktu dan situasi yang tepat sangat penting agar komunikasi dan keterbukaan bisa terjadi secara efektif dan saling menguntungkan.

4) Keintensifan

Tingkat keintensifan seseorang dalam mengungkapkan diri sangat bergantung pada siapa yang menjadi pendengar. Ketika berbicara dengan teman dekat, saudara, atau keluarga, individu cenderung lebih terbuka dan mendalam dalam berbagi informasi pribadi. Sebaliknya, dengan teman biasa atau orang yang baru dikenal, tingkat keterbukaan biasanya lebih terbatas dan lebih hati-hati. Hubungan yang lebih erat memungkinkan tingkat kepercayaan yang lebih tinggi, sehingga mendorong individu untuk berbicara lebih jujur dan terbuka. Di sisi lain, dengan orang yang baru dikenal, individu cenderung menjaga batasan dan selektif dalam berbagi informasi pribadi.

5) Kedalaman dan Keluasan

Aspek pengungkapan diri memiliki dua dimensi utama, yaitu keterbukaan yang dangkal dan yang mendalam. *Self disclosure* yang dangkal biasanya terjadi saat berinteraksi dengan seseorang yang baru dikenal. Dalam konteks ini, informasi yang dibagikan umumnya bersifat umum dan sederhana, seperti nama, asal daerah, dan alamat. Sebaliknya, *self disclosure* yang mendalam melibatkan berbagi informasi yang lebih intim dan pribadi. Hal ini dilakukan kepada individu yang sangat dipercaya dan memiliki hubungan akrab dengan kita. Kedalaman atau kedangkalan informasi yang diungkapkan sangat dipengaruhi oleh siapa lawan bicara tersebut. Semakin dekat hubungan seseorang, semakin terbuka dan mendalam informasi yang akan dibagikan. Dengan kata

lain, tingkat keakraban dalam hubungan menentukan seberapa banyak dan seberapa dalam informasi pribadi yang diungkapkan.

c. Faktor Keterbukaan Diri (Self Disclosure)

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self disclosure* adalah meliputi:⁴²

1) Penerimaan Sosial

Seseorang dapat memberikan informasi terkait diri sendiri untuk memperbesar kemungkinan diterima oleh lingkungan sosialnya serta disukai oleh orang-orang disekitarnya.

2) Pengembangan Hubungan

Berbagai informasi tentang diri sendiri serta keyakinan pribadi merupakan salah satu alternatif dalam mengawali sebuah hubungan dan bergerak menuju keintiman.

3) Ekspresi Diri

Ada kalanya seseorang butuh membicarakan tentang perasaan yang sedang dialami kepada orang lain untuk “melepaskan himpitan di dada.” Misalnya, setelah melakukan pekerjaan seharian seseorang ingin menyampaikan tentang masalah yang terjadi saat bekerja seharian tersebut kepada teman, sahabat hingga keluarga. Mengekspresikan perasaan semacam itu juga dapat menghilangkan stress.

4) Klarifikasi Diri

Ketika sedang berbagi cerita tentang perasaan ataupun pengalaman pribadi terhadap orang lain, bisa jadi seseorang mampu

⁴² Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau, David O. Sears, *Psikologi Sosial edisi kedua belas, di alih bahasakan oleh Tri Wibowo B.S* (Jakarta: Kencana, 2009) 334

lebih memahami akan apa yang dialami serta mendapatkan kesadaran yang cukup luas. Berbicara dan berbagi dengan teman terkait masalah yang dialami dapat membantu seseorang dalam memaparkan pemikiran terkait suatu situasi.

5) Kontrol Sosial

Sebagai bentuk kontrol sosial, seseorang seringkali mengungkapkan atau menyembunyikan informasi tentang dirinya.

4. Teman Dekat

a. Definisi Teman Dekat

Teman merupakan orang yang seringkali bersama dalam bekerja, berbuat sesuatu, berjalan, bercakap-cakap. Teman juga bisa diartikan sebagai orang yang menjadi pasangan atau pelengkap dalam menjalani kehidupan. Pertemanan merupakan hubungan sosial dengan tingkat keakraban yang paling tinggi yang membuat orang-orang juga mempunyai hubungan keakraban.⁴³ Penelitian ini mengangkat sampel dalam hal teman dekat di sekolah dan pondok, yang mana pertemanan yang terjalin selain menjadi teman dekat juga teman sebaya. Havighust menyatakan bahwasannya teman sebaya merupakan sekelompok orang yang berusia sama ataupun hampir sama, yang mana sekelompok orang ini cenderung berfikir dan bertindak secara bersama-sama pula. Teman sebaya adalah anak-anak yang berusia dan bertingkat kematangan yang sebanding dan

⁴³ Dr. Nufiar, M.Ag. *Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Peserta Didik*. Diakses 5 Juni 2024

cenderung berinteraksi satu sama lain, seringkali memiliki peran unik dalam kebiasaan atau budaya mereka.⁴⁴

Devi Ardiyanti & Septi Hariyani berpendapat, banyak diantara orang-orang mengalami stress dalam menjalin pertemanan. Ternyata, hal tersebut dikarenakan pertemanan yang dijalin tidak sehat, sehingga acap kali mengotori pikiran. Lantas setelahnya, seseorang dengan pertemanan yang tidak sehat itu akan menderita luka batin yang menahun karena mempertahankan pertemanan yang buruk. Sebaliknya, jika seseorang berada di lingkungan yang positif dan mendukung, maka akan terjalin pula interaksi dan komunikasi sehat yang mendorong orang-orang didalamnya untuk lebih dengan dengan Impian yang ingin dicapai serta menunjukkan relasi dan arti hidup yang sebenarnya. Maka, hubungan yang sehat datang bukan hanya dari satu arah saja, melainkan adanya timbal balik pula dari orang lain. Memilih teman dalam bergaul bukan perkara yang mudah. Akan tetapi, seseorang bisa mengendalikan berbagai hal yang ada dalam dirinya. Memilah dan memilih menjadi pokok yang penting dalam berteman. Sosok teman yang dimiliki saat ini adalah penentu bagaimana masa depan seseorang nantinya, karena hal ini juga berawal dari bagaimana cara seseorang bergaul dengan temannya.

Pergaulan yang sehat membantu tubuh merespon dengan kebaikan. Sebaliknya pergaulan yang tidak sehat hanya akan menjerumuskan pada sesuatu yang merugikan, tentu hal semacam ini sangat dihindari dalam suatu hubungan pertemanan. Maka dari itu, memilah teman dengan bijak adalah

⁴⁴ Ibid (399)

suatu hal yang krusial. Lebih baik tidak memiliki teman sama sekali daripada bersahabat dengan orang yang hanya merugikan. Karena pengaruh negatif yang diberikan teman yang buruk akan sangat mempengaruhi diri sendiri bahkan dalam jangka waktu panjang. Namun, lain halnya jika diri sendiri memilih keteguhan pendirian yang besar sehingga hati dan pikiran akan menjadi selalu tergerak melakukan hal-hal baik walaupun terus dipengaruhi oleh hal-hal negatif. Dengan begitu, justru akan menjadi orang yang memberikan pengaruh positif terhadap teman yang lain.

Seorang teman dapat dijadikan sahabat untuk menemukan jati diri, karena seorang teman mampu memberikan jawaban atas pertanyaan terhadap diri sendiri. Sederetan pertanyaan yang berkaitan dengan diri mampu ditemukan pada sahabat sejati, selain itu seseorang juga akan bisa mendapatkan gambaran terkait keresahan dan keterpurukan yang dialami dari sahabat atau teman dekatnya.⁴⁵

b. Manfaat memilih teman yang tepat untuk bergaul

Devi Ardiyanti & Septi Hariyani juga menambahkan bahwasannya, memilih dan memilih teman bergaul akan memberikan manfaat yang signifikan dalam diri seseorang. Beberapa manfaat tersebut diantaranya adalah:⁴⁶

1) Teman yang baik akan menuntun pada kepribadian yang baik.

Berteman berarti membagi dan menghabiskan waktu bersama, siap dengan segala kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki satu sama lain. Akan tetapi, tidak menjadi kendala yang berarti jika sosok

⁴⁵ Devi Ardiyanti & Septi Haryani. 2023. *Healthy Relationship*. Hal 156-161.

⁴⁶ Ibid (158)

teman yang dimiliki tidak bisa melakukan hal tertentu. Justru sebagai seorang teman yang baik, seseorang sebaiknya mulai membiasakan diri dengan segala hal yang berkaitan dengan temannya.

Teman yang berkualitas tentu akan berperilaku positif ketika bersama-sama. Mereka juga akan saling mengingatkan jika salah satu melakukan kesalahan. Tidak jarang, ketika belum melangkah dalam melakukan sesuatu saja teman dekat menjadi orang yang sering kali memberikan peringatan dan masukan, hingga kemudian keputusan tetap berada di tangan masing-masing. Teman yang baik akan tetap memberikan dukungan penuh terhadap apa yang dilakukan oleh satu sama lain. Selain itu, teman yang baik juga akan saling mengingatkan kebaikan, beribadah kepada tuhan, menghormati sesama, dan memupuk cita-cita di masa depan.

2) Menemukan hal-hal baru

Teman yang baik akan berbagi pikiran-pikiran yang positif. Perbincangan selama bersama akan menghadirkan hasil yang luar biasa. Hal tersebut lahir dari pemikiran yang tidak biasa selama ini. saling berbagi ilmu dan pengetahuan yang dimiliki, lalu melakukan sebuah eksperimen yang menantang. Dalam sebuah pertemanan, obrolan yang berbobot adalah ketika memikirkan sebuah ide kecil yang kemudian menjadi aksi besar. Bukan hanya sekedar ide tanpa aksi. Tidak mengurus hidup orang lain dan fokus kepada diri sendiri. Temuan-temuan baru tersebut dapat dihasilkan dari diskusi, riset bersama, eksperimen, dan belajar tanpa henti.

3) Menghindari perbuatan buruk

Teman yang baik senantiasa mengingatkan satu sama lain, jika kamu mempunyai teman yang baik tentu akan kecipratan baiknya. Seperti sebuah pepatah mengatakan, “Kalau kamu berteman dengan penjual minyak wangi, kamu akan kecipratan wanginya”. Hal tersebut mengandung arti bahwa siapa yang didekat kita, dia bisa menjadi cerminan diri. Meskipun, tidak semuanya mencerminkan diri sendiri. Akan tetapi, sedikitnya ada hal yang sesuai dengan diri sendiri.

Setiap individu pasti memiliki keinginan untuk berbuat baik, baik itu untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain. Hal ini berarti menanam kebaikan, dan suatu saat akan memanen kebaikan pula. Teman yang baik tentunya akan saling melarang untuk berbuat keburukan, sebab paham bahwasannya sesuatu yang dilarang tersebut kelak akan membawa kerugian bagi orang lain maupun diri sendiri.

4) Membawa pada masa depan yang baik

Dalam sebuah hubungan pertemanan yang sehat, seseorang akan saling memberikan peluang-peluang tertentu pada satu sama lain. Peluang inilah yang nanti bisa dijadikan sebagai pijakan. Relasi pertemanan yang baik juga akan mempermudah diri sendiri dalam menemukan solusi dari sebuah masalah. Misalnya, masalah memilih karier atau pekerjaan. Karena teman yang baik akan memberikan pengaruh-pengaruh positif. Seorang teman yang baik akan membantu dalam menemukan suatu pekerjaan yang cocok untuk masa depan.

c. **Dampak Tidak Mau Berteman**

Berdasarkan penjelasan pada buku yang ditulis oleh Devi Ardiyanti & Septi Hariyani juga, hingga saat ini masih banyak ditemui orang-orang yang sengaja tidak ingin memiliki teman. Padahal mungkin saja sebenarnya orang lain sudah memberikan yang terbaik, berusaha memberikan apa yang diinginkan oleh orang yang tidak ingin berteman tersebut. Namun, tidak selamanya perasaan yang baik menurut persepsi diri sendiri, juga baik menurut orang lain. Seseorang tidak akan bisa mengendalikan apa yang menjadi tindakan orang lain, tidak bisa juga memaksa orang lain untuk satu persepsi dengan diri sendiri.

Kemungkinan-kemungkinan yang terjadi saat seseorang tidak mau berteman diantaranya, yakni:⁴⁷

- 1) Kurang menghormati keputusan dari orang lain
- 2) Terlalu egois
- 3) Tidak mau mengeluarkan uang melakukan kegiatan yang melibatkan orang lain
- 4) Tidak disiplin saat bertemu atau membuat janji dengan orang lain
- 5) Selalu menggantungkan diri kepada orang lain

B. Kerangka Teoritis

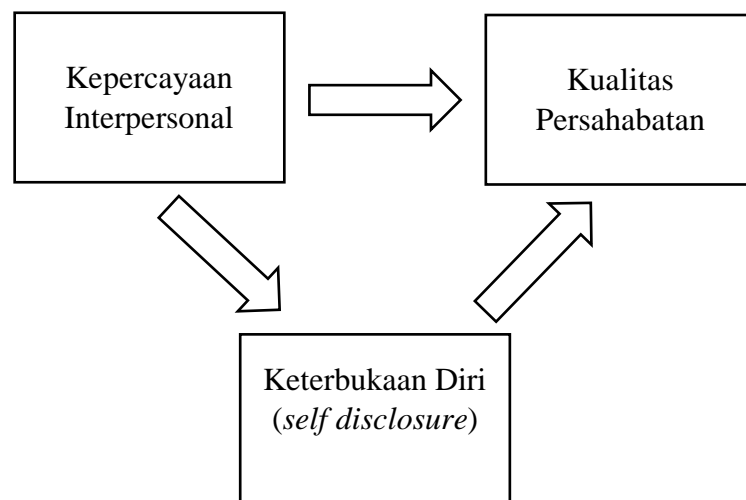
Kerangka teoritis adalah gambaran atau ringkasan dari berbagai konsep, teori, dan literatur yang dimanfaatkan oleh peneliti. Penetapan kerangka teori harus sesuai dengan topik atau isu penelitian serta tujuan penelitian itu sendiri. Tidak terdapat perbedaan yang mencolok dalam pengembangan kerangka teori antara

⁴⁷ Devi Ardiyanti & Septi Haryani. 2023. *Healthy Relationship*. Hal 161.

penelitian kualitatif dan kuantitatif. Kedua jenis penelitian tersebut mengikuti pedoman dan prinsip yang sama dalam pengembangan kerangka teori.⁴⁸

Adapun dalam penelitian ini memiliki asumsi bahwa kepercayaan interpersonal yang baik pada teman dekat akan memunculkan keterbukaan diri yang semakin baik dengan teman dekatnya tersebut, yang dari semakin baiknya keterbukaan diri tersebut akan memunculkan kualitas persahabatan yang tinggi.

Gambar 2.1 : Keterkaitan Antara Variabel X,Y dan Z



Ket : Hubungan antara kepercayaan interpersonal dengan kualitas persahabatan yang dimediasi keterbukaan diri (*self disclosure*).

C. Hipotesis Penelitian

Ketut menyatakan bahwasannya hipotesis penelitian merupakan pernyataan peneliti yang merupakan dugaan jawaban sementara atas rumusan masalah dengan didasari oleh beberapa teori serta temuan terdahulu yang tentunya berkaitan dengan penelitian. Dantes juga menyatakan bahwa hipotesis merupakan dugaan peneliti yang harus diuji dengan menggunakan data yang didapat dengan

⁴⁸ Heryana, A., St, S., & KM, M. *Kerangka Teori, Konsep, dan Definisi Operasional.*, 2019., Dikutip pada 10 Maret 2024

penelitian yang dilakukan. Jadi, dikarenakan hipotesis masih bersifat dugaan, maka hipotesis ini nantinya juga harus di uji.⁴⁹ Penelitian ini merumuskan hipotesis berikut ini:

1. Ha₁: Terdapat signifikan hubungan yang positif antara kepercayaan interpersonal dengan kualitas persahabatan pada murid SMK dan MA Yayasan Al-Amien yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Amien Ngasinan Kediri.

Ho₁: Tidak signifikan hubungan negatif signifikan antara kepercayaan interpersonal dengan kualitas persahabatan pada murid SMK dan MA Yayasan Al-Amien yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Amien Ngasinan Kediri.

2. Ha₂: Kepercayaan interpersonal dan keterbukaan diri signifikan terhadap kualitas persahabatan pada murid SMK dan MA Yayasan Al-Amien yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Amien Ngasinan Kediri.

Ho₂: Kepercayaan interpersonal dan keterbukaan diri tidak signifikan terhadap kualitas persahabatan pada murid SMK dan MA Yayasan Al-Amien yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Amien Ngasinan Kediri.

⁴⁹ Zaki, M., & Saiman, S., *Kajian tentang Perumusan Hipotesis Statistik Dalam Pengujian Hipotesis Penelitian*. JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 4(2), 115-118., 2021., Diakses 12 Maret 2024