

# KETERBUKAAN DIRI DAN KEPUASAN PERKAWINAN PADA PRIA DEWASA AWAL

*Quroyzhin Kartika Rini<sup>1</sup>*  
*Retnaningsih<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma  
Jl. Margonda Raya No. 100 Depok 16424, Jawa Barat

## Abstrak

*Pernikahan dan kehidupan berkeluarga penting bagi setiap manusia karena dari keluarga, seorang individu membentuk dirinya dan dari keluarga, individu belajar untuk berinteraksi dengan lingkungan luar. Setiap individu tentunya menginginkan perkawinan yang sukses dan sekali seumur hidupnya. Salah satu kriteria yang dapat mempengaruhi kesuksesan dalam perkawinan adalah kepuasan. Kemudian, salah satu kunci utama komunikasi yang dapat membantu membuat kepuasan perkawinan adalah self-disclosure. Namun, dalam kehidupan sehari-hari wanita yang lebih banyak melakukan self-disclosure dibandingkan dengan pria dikarenakan pria tidak dapat mengartikulasikan perasaan dan masalahnya secara verbal karena merasa kurang nyaman. Padahal pria yang dapat lebih jujur dan terbuka mengenai dirinya dalam berkomunikasi dengan pasangan akan dapat meningkatkan kepuasan perkawinannya. Tujuan dari studi ini adalah untuk mengetahui kontribusi self-disclosure pada kepuasan perkawinan pria dewasa. Hasil studi menunjukkan bahwa terdapat kontribusi self-disclosure secara signifikan terhadap kepuasan perkawinan pria dewasa awal, dan kontribusi tersebut sebesar 56.9%, sedangkan 43.1% lainnya kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti equalitarian, seks, kehidupan sosial, tempat tinggal dan penghasilan. Selain itu, subjek dalam penelitian ini memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi dengan self-disclosure yang tergolong rata-rata.*

**Kata Kunci:** *self-disclosure, kepuasan perkawinan, pria dewasa awal*

## SELF-DISCLOSURE AND MARITAL SATISFACTION IN MALE YOUNG ADULT

### Abstract

*Marriage and family life is very important for human being because from them, he/she will shape his/her own life, and from the family he/she learns to interact with surroundings. Each person wants to have a one-in-a-lifetime-happines-marriage. One of the criteria that affect marriage is the marital satisfaction. Thus, self-disclosure is mentioned as one thing that affecting marital communication to make a real marital satisfaction. In daily life, women has better self-disclosure than men to articulate the feelings verbally. This facts is important to be known because men is more honest and open about himself in make a marital communication to have more marital satisfaction with his wife. The aim of this study is to know the contribution of self-disclosure to marital satisfaction in men. The results shows that self-disclosure has contribution around 56,9%, and the rest are another factors such as the equalitarian, sex, social life, region, and income. Beside that, the participants of this study has high score in marital satisfaction, and moderate score in self-disclosure.*

**Key Words:** *marital satisfaction, self-disclosure, men*

## PENDAHULUAN

Perkawinan didefinisikan sebagai hubungan yang diakui secara sosial antara pria dan wanita yang didalamnya terdapat hubungan seksual, hak membesarkan anak secara legal dan membangun suatu divisi pekerjaan dengan pasangan. Setiap individu tentunya menginginkan perkawinan yang sukses dan sekali seumur hidupnya. Salah satu kriteria yang dapat mempengaruhi kesuksesan dalam perkawinan adalah kepuasan. Kepuasan perkawinan adalah suatu pengalaman subjektif, suatu perasaan yang berlaku dan suatu sikap, dimana semua itu didasarkan pada faktor dalam diri individu yang mempengaruhi kualitas yang dirasakan dari interaksi dalam perkawinan (Pinsof dan Lebow 2005). Mackey and O'Brien (dalam Haseley, 2006) menemukan lima komponen penting dalam kepuasan perkawinan yaitu *level of conflict*, *decision making*, *communication*, *relational value* dan *intimacy*. Kepuasan perkawinan itu sendiri penting karena tidak adanya kepuasan perkawinan dapat menyebabkan perceraian, konflik dan lain-lain. Kemudian, salah satu dari kualitas yang dapat membangun kepuasan perkawinan adalah *self-disclosure*.

*Self-disclosure* merupakan salah satu kunci utama komunikasi yang dapat membantu membuat kepuasan perkawinan. *Self-disclosure* adalah memberitahukan pasangan mengenai sesuatu tentang diri sendiri baik pikiran maupun perasaan. Hal ini juga diperkuat dengan penelitian Hendrick (1981) yang menyebutkan salah satu variabel yang berhubungan dengan kepuasan perkawinan adalah *self-disclosure*.

Menurut Pearson (1983), dimensi *self-disclosure* meliputi jumlah informasi yang diungkapkan, *positif/negatif nature*, kedalaman informasi, waktu untuk mengungkapkan informasi dan lawan bicara. Selanjutnya, Pearson (1983) juga menjelaskan terdapat beberapa keuntungan

yang didapat langsung dari *self-disclosure*, keuntungan tersebut antara lain adalah seseorang akan lebih dapat memahami dan menerima dirinya sendiri, juga lebih dapat menerima dan memahami orang lain sehingga dapat mengembangkan hubungan yang lebih mendalam dan berarti. Rendahnya *self-disclosure* dapat menyebabkan ketidakpuasan dalam perkawinan yang pada akhirnya mengakibatkan perceraian.

Melihat dalam kehidupan sehari-hari dimana wanita terlihat lebih terbuka secara konsisten dibandingkan pria, sehingga menimbulkan prasangka mengenai *self-disclosure* bahwa *self-disclosure* itu lebih menunjukkan kepuasan pada wanita dibandingkan kepuasan pada pria. Namun, hal ini tidak didukung oleh literatur yang ada. Banyak penelitian yang menemukan bahwa *self-disclosure* berhubungan secara signifikan terhadap kepuasan hubungan, baik untuk pria maupun wanita (Billeter, 2002). Namun memang terdapat perbedaan bagaimana *self-disclosure* tersebut dapat mempengaruhi kepuasan pada pria dan wanita dalam suatu hubungan.

Pria yang dapat lebih jujur dan terbuka mengenai dirinya dalam komunikasi dengan pasangan akan dapat meningkatkan kepuasan perkawinannya, karena membuat pasangan lebih memahami mengenai perkawinannya dan membuat hubungan tersebut lebih kokoh terhadap stressor yang datang (Fitzpatrick dalam Seccombe dan Warner, 2004). Vera dan Betz (dalam Billeter, 2002) menemukan bahwa wanita lebih signifikan dalam melakukan *self-disclosure* secara emosional dibandingkan pria. Tetapi yang menarik, dalam penelitian Vera dan Betz (dalam Billeter, 2002) *self-disclosure* ternyata lebih signifikan sebagai prediktor dalam kepuasan hubungan untuk pria saja dibandingkan dengan wanita. Karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui kontribusi *self-disclosure* pada kepuasan perkawinan pria dewasa awal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *self-disclosure* pada kepuasan perkawinan pria dewasa awal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat kontribusi. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 75 subjek. Karakteristik subjek yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah pria dewasa awal yang berumur 18 sampai 40 tahun dan telah menikah minimal 1 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*.

Pada penelitian ini pengumpulan data menggunakan alat pengumpul data yaitu angket atau kuesioner untuk kedua variabel. Pengumpulan data yang digunakan mengukur Skala *Self-disclosure* disusun berdasarkan dimensi *self-disclosure* (Pearson, 1983) yang terdiri dari tiga dimensi, yaitu jumlah, *positive/negative nature* dan kedalaman. Sedangkan untuk skala kepuasan perkawinan disusun berdasarkan komponen kepuasan perkawinan seperti yang tercantum dalam definisi operasional, yaitu *level of conflict, decision making, communication, relational* Menurut Azwar (2006) koefisien validitas dapat dianggap memuaskan apabila melebihi  $r_{xy} = 0.30$  sehingga hanya item-item yang mempunyai total korelasi lebih dari  $r^{xy} = 0.30$  yang dianggap valid. Pada skala kepuasan perkawinan, dari 52 item yang dianalisis diperoleh 44 item yang valid, sementara 8 item lainnya dinyatakan gugur. Korelasi skor total pada item-item valid bergerak antara 0.300 sampai 0.667. Menurut Azwar (2006) secara teoritik besarnya koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai dengan 1.00. koefisien reliabilitas yang sempurna mempunyai nilai koefisien sebesar 1.00. dalam penelitian ini uji reliabilitas dilakukan dengan teknik *Alpha Cronbach* diperoleh angka koefisien reliabilitas sebesar 0.942 berarti alat

ukur tersebut mendekati sempurna tingkat kepercayaannya.

Pada Skala *Self-Disclosure*, dari 36 item yang dianalisis diperoleh 28 item yang valid, sementara 8 item lainnya dinyatakan gugur. Korelasi skor total pada item-item valid bergerak antara 0.344 sampai 0.698. Kemudian dalam penelitian ini, uji reliabilitas pada Skala *Self-Disclosure* dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Diperoleh angka koefisien reliabilitas sebesar 0.899 yang berarti alat ukur tersebut mendekati sempurna tingkat kepercayaannya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji kontribusi *self-disclosure* pada kepuasan perkawinan pria dewasa awal. Berdasarkan hasil uji regresi sederhana yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat kontribusi *self-disclosure* secara signifikan terhadap kepuasan perkawinan pria dewasa awal, dan kontribusi tersebut sebesar 56.9%, sedangkan 43.1% lainnya kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti *equalitarian*, seks, kehidupan sosial, tempat tinggal dan penghasilan. *self-disclosure* dapat mempengaruhi kepuasan perkawinan pria karena pria yang dapat lebih jujur dan terbuka mengenai dirinya dalam komunikasi dengan pasangan dapat membuat pasangan lebih memahami mengenai perkawinannya. Derlega, Metts, Petrinoi dan Margulis (dalam Seccombe dan Warner, 2004) mengatakan bahwa *self-disclosure* dapat meningkatkan komunikasi dan hubungan yang baik, meningkatkan kepercayaan terhadap pasangan serta keintiman yang memiliki peranan besar dalam meningkatkan kepuasan perkawinan. Selain itu, Mackey dan O'Brien (dalam Haseley, 2006) juga menyebutkan salah satu komponen kepuasan perkawinan adalah komunikasi dimana pasangan yang memiliki komunikasi yang positif dan

dapat membicarakan berbagai persoalan dengan pasangannya sehingga memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi. Hal ini diperkuat oleh Halonen dan Santrock (1999) yang menyatakan pasangan yang mengalami kepuasan yang tinggi dalam perkawinannya memiliki rating tinggi dalam *self-disclosure* serta mengekspresikan cinta, dukungan dan perasaan.

Berdasarkan perhitungan pada skala kepuasan perkawinan di mana rerata empirik memiliki nilai skor sebesar 149.35 lebih besar dari rerata hipotetik ditambah satu standar deviasi ( $110+22$ ), hal ini berarti dapat dikatakan kepuasan perkawinan subjek penelitian tergolong tinggi. Tingginya kepuasan perkawinan yang dimiliki subjek penelitian mungkin disebabkan oleh rata-rata subjek memiliki tempat tinggal yang menetap baik itu di rumah sendiri maupun orangtua sehingga tidak perlu lagi memusingkan masalah tempat tinggal dan mengurangi hal yang dapat meningkatkan kecenderungan terjadinya konflik.

Hal ini sesuai seperti yang dikatakan Duvall dan Miller (1985) bahwa pasangan yang memiliki tempat tinggal yang relatif menetap dan tidak selalu berpindah-pindah merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan perkawinan. Selain tempat tinggal, hal yang dapat membuat kepuasan perkawinan subjek penelitian tinggi dikarenakan subjek memiliki seks yang menyenangkan, saling terbuka dalam mengekspresikan perasaan satu sama lain, keputusan dalam rumah tangga diambil bersama-sama dan komunikasi yang positif dimana menurut Duvall dan Miller (1985) hal tersebut termasuk dalam faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan perkawinan seseorang.

Berdasarkan perhitungan dengan melihat skor skala *self-disclosure* memiliki rerata empirik sebesar 82,84 yang berada diantara  $MH - SDH < x \leq MH + SDH$  ( $56 < x \leq 84$ ). Hal ini berarti secara umum subjek penelitian memiliki *self-*

*disclosure* yang rata-rata. Hal ini mungkin dikarenakan lama perkawinan rata-rata subjek berada pada rentang pertengahan hubungan antara 5 tahun–15 tahun, sehingga *self-disclosure* lebih sedikit terjadi dibandingkan dengan subjek yang lama perkawinannya berada di bawah 5 tahun maupun lebih dari 15 tahun. Seperti yang dikatakan oleh Pearson (1983) bahwa *self-disclosure* lebih sedikit terjadi pada pertengahan hubungan, sedangkan *self-disclosure* yang baik terjadi pada awal hubungan dan *self-disclosure* meningkat pada waktu hubungan tersebut juga meningkat.

Pasangan yang menikah di bawah lima tahun memiliki kepuasan perkawinan yang lebih tinggi dibandingkan yang lain. Hal ini mungkin disebabkan pasangan ini masih berada pada tahap awal perkawinan dimana pasangan akan lebih banyak menghabiskan waktu bersama pasangannya. Sesuai dengan teori *curvilinear* yang menyebutkan bahwa pasangan merasakan kepuasan perkawinan yang tinggi di awal-awal perkawinannya (DeGenova, 2008). Selain itu, Benokraitis (1996) juga menyatakan bahwa pasangan yang berada pada tahap awal perkawinan menjaga keromantisannya dengan sering bercinta, berbicara secara terbuka dan menghabiskan sebanyak mungkin waktu untuk bersama.

Subjek yang berpenghasilan Rp 3,000,000 sampai Rp 6,000,000 memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi dibandingkan dengan yang lain. Hal ini mungkin disebabkan pasangan yang berpenghasilan Rp 3,000,000 sampai Rp. 6,000,000 memadai dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga sehingga mengurangi hal yang dapat menimbulkan terjadinya konflik dalam perkawinan. Sesuai dengan pendapat dari Duvall dan Miller (1985) yang menyatakan bahwa penghasilan yang memadai dapat mendukung untuk tercapainya kepuasan dalam perkawinan, sebaliknya penghasilan yang tidak memadai dalam perkawinan tersebut

dapat menyebabkan tekanan emosi yang sangat berat bagi masing-masing pasangan dan meningkatkan kecenderungan terjadinya konflik.

Namun, penghasilan bukanlah faktor yang utama dalam mempengaruhi kepuasan perkawinan dikarenakan data yang didapat oleh peneliti yaitu rata-rata subjek penelitian memiliki penghasilan dibawah Rp 1,000,000 dan rata-rata yang kepuasan perkawinan yang dimiliki subjek tinggi. Sehingga diperkirakan terdapat faktor-faktor lain yang lebih mempengaruhi kepuasan perkawinan seperti tempat tinggal, *affection*, *equalitarian*, komunikasi dan seks.

Selanjutnya, subjek yang tidak memiliki anak kepuasan perkawinannya tinggi dibandingkan dengan yang lain. Hal ini mungkin disebabkan pasangan yang tidak memiliki anak dapat menghabiskan banyak waktu bersama, melakukan aktivitas bersama dan menikmati waktu bersama, sedangkan pasangan yang memiliki anak akan lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengurus anak dibandingkan menghabiskan waktu berdua dengan pasangannya (Kito, 2005). Sesuai dengan pendapat Acock dan Demo (dalam Benokraitis, 1996) yang mengatakan bahwa pasangan yang memiliki anak akan lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengajarkan berbagai nilai-nilai yang ada, menunjukkan kepada anak bagaimana hidup sesuai dengan harapan sosial, mengikuti aturan, menjadi baik, bertanggungjawab dan berhubungan baik dengan orang lain yang membutuhkan banyak waktu dan tenaga sehingga pasangan tersebut akan kekurangan waktu untuk bersama, bermain dan hanya menghabiskan sedikit waktu untuk saling berkomunikasi yang dapat menurunkan kepuasan dalam perkawinannya.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa terdapat kontribusi *self-*

*disclosure* yang signifikan pada kepuasan perkawinan pria dewasa awal. Kontribusi yang diberikan sebesar 56.9% sedangkan 43.1% kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti *equalitarian*, sex, kehidupan sosial, tempat tinggal dan penghasilan. Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa subjek memiliki *self-disclosure* yang tergolong rata-rata dan kepuasan perkawinan yang tinggi. Di samping itu, diketahui dari hasil analisis tambahan bahwa pasangan yang menikah di bawah 5 tahun memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi dibandingkan dengan pasangan yang telah menikah selama 5-15 tahun dan di atas 15 tahun. Pasangan yang memiliki penghasilan Rp 3,000,000 – Rp 6,000,000 juga memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi dibandingkan dengan pasangan yang memiliki penghasilan Rp 1,000,000 – Rp 3,000,000 dan di bawah Rp 1,000,000. Selain itu, pasangan yang tidak memiliki anak memiliki kepuasan perkawinan yang tinggi pula dibandingkan dengan pasangan yang memiliki 1 anak, 2 anak, 3 anak dan lebih dari 3 anak.

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut (1) masukan bagi para konselor perkawinan agar dalam konseling perkawinan dapat mempertimbangkan *self-disclosure* karena dapat berpengaruh pada kepuasan perkawinan pria dewasa awal, dan (2) bagi penelitian-penelitian selanjutnya, yang tertarik untuk meneliti kepuasan perkawinan diharapkan dapat menggali lebih jauh mengenai variabel-variabel yang dapat mempengaruhi kepuasan perkawinan seperti penghasilan, anak, lama perkawinan dan lain sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2006 *Penyusunan skala psikologi* Pustaka Pelajar Yogyakarta.  
Benokraitis, N.V. 1996 *Marriage and family* Prentice Hall, Inc New Jersey

- Billeter, C.B. 2002 An exploration of eight dimensions of self-disclosure with relationship satisfaction. *Thesis*. VFaculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University Virginia.
- DeGenova, M.K. 2008 *Intimate relationships, marriage & families (7<sup>th</sup> ed)* McGraw-Hill, Inc New York.
- Duvall, E.M., and Miller, B.C. 1985 *Marriage and family development* Harper and Row New York.
- Halonen, J.S., and Santrock, J.W. 1999 *Human adjustment (second edition)* Brown & Benchmark Publisher New York.
- Haseley, J.L. 2006 Marital satisfaction among newly married couples: Associations with religiosity and romantic attachment style *Dissertation* University of North Texas
- Hendrick, S.S. 1981 "Self-disclosure and marital satisfaction" *Journal of Personality and Social Psychology* vol 40 pp1150-1159.
- Kito, M. 2005 "Self-disclosure in romantic relationships and friendships among American and Japanese college students" *The Journal of Social Psychology* vol 145 pp 127-140.
- Pearson, J.C. 1983 *Interpersonal communication: Clarity, confidence, concern*. Scott, Foresman and Company Illinois.
- Seccombe, K., and Rebecca, L.W. 2004 *Marriage and families: Relationships in social context* Thomson Learning Inc. Ottawa.