

HUBUNGAN KETERBUKAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA RIAU DI YOGYAKARTA

RELATIONSHIP OF SELF-DISCLOSURE WITH SELF-ADJUSTMENT OF RIAU STUDENT IN YOGYAKARTA

Oleh: Septri Sukma Lestari, Universitas Negeri Yogyakarta
septrisukmalestari@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui: 1) keterbukaan diri mahasiswa Riau di Yogyakarta, 2) penyesuaian diri pada mahasiswa Riau di Yogyakarta, 3) hubungan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Riau yang berkuliah di Yogyakarta sebanyak 85 mahasiswa. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *cluster quota random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala keterbukaan diri dan skala penyesuaian diri. Teknis analisis data yang digunakan yakni uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Pengujian hipotesis menggunakan korelasi *product moment* untuk menguji hubungan variabel dengan tingkat signifikansi hasil analisis ditentukan sebesar 5%. Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut, 1) mahasiswa Riau di Yogyakarta yang memiliki keterbukaan diri dengan kategori tinggi sebanyak 7 mahasiswa (8.2%), kategori sedang sebanyak 78 mahasiswa (91.8%), dan kategori rendah tidak ada. Jadi Subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki keterbukaan diri sedang sebanyak 78 mahasiswa (91.8%). 2) mahasiswa Riau di Yogyakarta yang memiliki penyesuaian diri dengan kategori tinggi tidak ada, kategori sedang sebanyak 79 mahasiswa (92.9%), dan pada kategori rendah sebanyak 6 mahasiswa (7.1%). Jadi subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki penyesuaian diri sedang sebanyak 79 mahasiswa (92.9%). 3) terdapat hubungan positif dan signifikan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat keterbukaan diri mahasiswa Riau di Yogyakarta, maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya.

Kata kunci: *keterbukaan diri, penyesuaian diri*

Abstract

This research aims to determine: 1) self-disclosure of Riau student in Yogyakarta, 2) the self-adjustment of Riau student in Yogyakarta, 3) the relationship between self-disclosure and self-adjustment of Riau student in Yogyakarta. This research is a correlational study with quantitative method. Subject on this research is 85 Riau students who are studying in Yogyakarta. The sampling was done by cluster quota random sampling method. Data collected by using self-disclosure scale and self-adjustment scale method. Data analysed by using prerequisite test which are normality test and linearity test. Hypothesis testing by using product moment correlation, to examine the relationship of variables with a significance level of analysis results is set at 5 %. Based on the result of this research, the conclusion are, 1) 7 Riau students in Yogyakarta have high category of self-disclosure (8.2%). 78 Riau students in Yogyakarta have medium category of self-disclosure (91.8%) and no one has low category of self-disclosure. Therefore most of the subject of this research have medium category of self-disclosure (91.8%). 2) no one of Riau student has high category of self-adjustment, 79 Riau students have medium category of self-adjustment (92.9%) and 6 Riau students have low category of self-adjustment (7.1%). Therefore most of the subject of this research have medium category of self-adjustment (92.9%). 3) there were a positive and significant relationship between self-disclosure and self-adjustment of Riau student in Yogyakarta. According to the result of this research, the higher level of self adjustment of Riau student.

Keywords: *self-disclosure, self-adjustment*

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia dengan jumlah pulau sebanyak 17.504 pulau, masing-masing pulau memiliki pendidikan formal seperti sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas dan perguruan tinggi. Setiap pulau mempunyai instansi pendidikan formal yang berkompeten untuk mencerdaskan dan memandirikan sumber daya manusia di Indonesia. Seperti halnya kota Yogyakarta yang selama ini berpredikat sebagai kota pendidikan berkualitas dengan keberadaan instansi pendidikan formal dalam hal ini perguruan tinggi negeri maupun perguruan tinggi swasta yang berkualitas untuk menciptakan lulusan terbaik dalam bidang studinya. Dengan kondisi yang potensial di atas telah menarik minat para pelajar dan mahasiswa dari luar daerah yang datang untuk menuntut ilmu di kota Yogyakarta (Peraturan walikota Yogyakarta Nomor 17, 2007: 1). Adapun salah satunya adalah provinsi Riau yang banyak merantau ke pulau seberang yaitu pulau Jawa. Persebaran perantauan orang riau di Jawa mahasiswa asal Riau yang menuntut ilmu di Kota Yogyakarta menjadi yang terbanyak ke dua di luar pulau Jawa dengan menempatkan 14.221 orang yang tersebar di berbagai perguruan tinggi negeri dan swasta. Hasil survei yang dilakukan oleh salah satu perguruan tinggi di Yogyakarta menyebutkan bahwa 87 persen pelajar memilih Yogyakarta sebagai pilihan untuk melanjutkan studi karena mutu

pendidikan yang berkualitas baik di dalam kampus maupun di luar kampus (Antarariau.com, 2014). Berdasarkan hasil survei menunjukkan banyaknya individu yang bermigrasi atau merantau ke kota Yogyakarta, oleh karena itu setiap individu membutuhkan penyesuaian diri di lingkungan baru yang berbeda dengan tempat asal individu tinggal. Lingkungan adalah suatu wadah penting untuk bersosialisasi kepada orang lain. Menurut Woodworth (dalam Gerungan, 2004: 59) pada dasarnya terdapat empat jenis hubungan antara individu dengan lingkungannya, individu dapat bertentangan dengan lingkungan, individu dapat menggunakan lingkungannya, individu dapat berpartisipasi dengan lingkungannya, dan individu dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Tentunya dibutuhkan interaksi antara individu dengan lingkungan baru untuk mendapatkan kenyamanan dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru, kenyamanan dapat diciptakan dari individu bergaul dengan individu yang lain dalam lingkungan baru tersebut. Dalam pergaulan individu sangat membutuhkan keterbukaan diri terhadap lawan bicaranya agar terjalinnya keakraban. Konsep yang lebih jelas dikemukakan oleh (Devito 2011: 64), yang mengartikan keterbukaan diri (*self disclosure*) sebagai salah satu tipe komunikasi dimana, informasi tentang diri yang biasa dirahasiakan diberitahu kepada orang lain. Pada saat kerabat kita mulai membuka diri dan menyampaikan informasi yang diutarakan

tersebut haruslah merahasiakan informasi tersebut.

Menurut Arif Romdhon dan Hepi Wahyuningsih (2013: 143) keterbukaan diri (*self-disclosure*) merupakan salah satu ketrampilan komunikasi yang penting bagi individu ketika berhubungan dan menjalin interaksi dengan individu lainnya. Komunikasi sangat penting dalam berinteraksi agar dapat bergaul dengan akrab sehingga menciptakan hubungan yang baik antar individu satu dengan individu yang lainnya. Lebih lanjut menurut Baumeister dan Vohs (dalam Arif Romdhon dan Hepi Wahyuningsih 2013: 143) menjelaskan keterbukaan diri merupakan cara seseorang untuk mengekspresikan perasaannya tentang situasi, untuk menyampaikan pikiran dan pendapatnya tentang suatu topik, untuk mendapatkan kepastian tentang perasaannya, atau untuk mendapatkan suatu saran atau nasihat. Setiap individu memiliki cara masing-masing untuk mengungkapkan perasaannya sehingga sebagai pendengar yang baik dapat berempati serta memberikan suatu jalan keluar.

Adapun dimensi keterbukaan diri Menurut Pearson (Ruth Permatasari Novianna, 2012: 4) dimensi keterbukaan diri yaitu:

a. Jumlah informasi yang diungkapkan.

Keterbukaan diri dan jumlah informasi berkaitan dengan seberapa banyak informasi yang diungkapkan oleh individu.

b. Sifat dasar yang positif dan negative

Sifat dasar yang positif dan negatif menyangkut bagaimana individu mengungkapkan diri mengenai hal-hal positif dan negative mengenai dirinya karena individu dapat memuji atau bahkan menjelek-jelekan dirinya sendiri.

c. Dalamnya suatu pengungkapan diri

Dalamnya pengungkapan diri, menyangkut seberapa banyak dan detail informasi yang diungkapkan oleh individu karena individu dapat mengungkapkan dirinya secara umum maupun secara mendetail.

d. Waktu pengungkapan diri

waktu pengungkapan diri berhubungan dengan berapa lama waktu yang relatif lama. Selain itu, kondisi yang sepi atau ramai dapat mempengaruhi individu dalam membuka diri.

e. Lawan bicara

Lawan bicara merupakan individu yang akan dituju untuk melakukan keterbukaan diri. Biasanya orang-orang yang terdekat seperti kepada orangtua, teman, pacar, sahabat, keluarga dan guru. Selain itu jenis kelamin terhadap lawan bicara juga mempengaruhi keterbukaan individu.

Seperti halnya, banyak permasalahan yang timbul karena kurangnya keterbukaan diri (*self disclosure*) sehingga menjadikan individu sulit beradaptasi dengan lingkungan baru, maka dari itu penyesuaian diri berperan penting dalam adaptasi dengan lingkungan baru, seperti halnya menurut (Rani Fitriani,

2008: 57) sering kali timbul permasalahan mahasiswa perantauan yang sulit dalam menyesuaikan diri, ada yang menyesuaikan diri secara cepat tetapi ada juga yang memiliki kesulitan yang disebabkan karena perbedaan sifat di SLTA-perguruan tinggi atau akademi (kurikulum, disiplin, hubungan dosen-mahasiswa) hubungan sosial, masalah ekonomi, pemilihan bidang studi-jurusan.

Mahasiswa pada umumnya berusia antara 17 sampai 20 tahun. Rentang usia tersebut menurut Sarwono (dalam Retno Puspito Sari dkk, 2006: 2) masih termasuk kategori remaja. Remaja digambarkan oleh Hurlock (dalam Retno Puspito Sari, 2006: 2) sebagai masa yang penuh masalah dan membutuhkan banyak penyesuaian diri yang disebabkan karena terjadinya perubahan harapan sosial, peran, dan perilaku. Sementara itu penyesuaian diri adalah mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan atau keinginan diri. Menurut (Gerungan 2004: 60) penyesuaian diri yang pertama disebut juga dengan penyesuaian diri yang *autoplastis* yaitu dibentuk sendiri sedangkan penyesuaian diri yang kedua disebut penyesuaian diri yang *aloplastis* yaitu yang lain.

Sementara itu menurut Fahmy (dalam Yuyuk Neni Yuniarti 2009: 31) mengungkapkan bahwa ada dua dimensi penyesuaian diri yaitu sebagai berikut.

a. Penyesuaian pribadi

Kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut.

b. Penyesuaian sosial

Setiap individu hidup di dalam masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelesaian bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari.

Dalam bidang ilmu psikologi sosial, proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas secara umum. Pada dasarnya manusia itu tidak sanggup hidup sendiri pasti memerlukan orang lain, dalam kehidupan sehari-hari manusia dapat berkomunikasi dengan baik terhadap lingkungan individu tinggal.

Sejalan dengan penjelasan diatas menurut Fatimah (dalam Devita Sary, dkk :47) mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Setiap individu memiliki sifat alami dalam menyesuaikan diri oleh lingkungannya agar dapat bersosialisasi dan beradaptasi.

Khususnya mahasiswa, Menurut Erikson (1999: 23) Mahasiswa adalah sekelompok individu yang telah menyelesaikan SMU dan memasuki perguruan tinggi. Mahasiswa memasuki akhir dari tahap perkembangan remaja akhir dan memasuki awal dari tahap perkembangan remaja akhir dan memasuki awal dari tahap perkembangan dewasa awal. Selanjutnya, menurut Winkel (1997: 37), mahasiswa sebagai dewasa awal sebagian besar berada pada rentang umur dari 18 sampai 24 atau 25 tahun. Pada masa dewasa dini terdapat berbagai macam penyesuaian dan konflik yang terjadi, hal ini disebabkan karena masa dewasa dini merupakan masa peralihan individu dari masa remaja ke masa dewasa terhadap pola-pola kehidupan baru serta harapan sosial. Tentu dalam proses ini seorang individu dituntut untuk melakukan berbagai penyesuaian terkait dengan masa pengaturan, usia reproduktif, masa bermasalah, masa ketegangan emosi, masa keterasingan sosial, masa komitmen, masa ketergantungan, masa perubahan nilai, masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan masa kreatif.

Selain itu pada masa dewasa dini tersebut membutuhkan orang lain agar dapat tetap berkomunikasi, apabila seorang individu berada di suatu lingkungan baru maka individu tersebut harus mampu bersosialisasi atau berbaur satu sama lain. Oleh sebab itu sebelum terjadi komunikasi maka individu tersebut harus membuka diri agar dapat berinteraksi sehingga dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru. Banyak hal yang akan timbul akibat dari kurangnya keterbukaan diri dan penyesuaian diri, seperti fenomena yang terjadi pada mahasiswa Riau di Yogyakarta yaitu masih terbiasa dengan budaya asal sehingga untuk membuka diri di lingkungan baru mengalami kesulitan dan membutuhkan waktu untuk membiasakan diri baik dari komunikasi, tingkah laku, kebiasaan maupun budaya di kota Yogyakarta.

Seperti halnya penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kornelia Tantri Yulia (2012) menunjukkan bahwa adanya beragam respon psikologis yang berbeda dialami oleh mahasiswa Dayak dalam menyesuaikan diri terhadap budaya Yogyakarta.

Dalam aspek kognitif subyek telah berusaha menyesuaikan diri dengan budaya Yogyakarta serta secara individu subyek mendekati diri dengan warga sekitar dan berteman dengan penduduk asli Yogyakarta. Sedangkan dalam faktor afektif adanya perubahan perasaan yang dialami mahasiswa Dayak Kanayatn terhadap budaya Yogyakarta, dari yang mulanya merasa asing namun lama

kelamaan merasa nyaman berada di Yogyakarta.

Penyesuaian diri dalam aspek sosial dapat dilihat dari interaksi sosial bersama warga sekitar mahasiswa Dayak Kanayatn bertegur sapa dan berkomunikasi, meskipun intensitasnya berbeda-beda selain itu mengikuti kegiatan bergotong royong yang diadakan oleh warga sekitar. Kemudian penelitian dari Ririen (2007: 8) yang berjudul Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Menantu Perempuan Terhadap Ibu Mertua, hasil dari penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri menantu perempuan terhadap ibu mertuanya.

Banyaknya mahasiswa perantauan di Yogyakarta agar terjalin hubungan terhadap diri dan hubungan sosial maka mahasiswa perantauan dapat membuka diri dan menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Khususnya mahasiswa Riau yang terbanyak ke dua di luar pulau Jawa dengan menempatkan 14.221 orang yang tersebar di berbagai perguruan tinggi negeri dan swasta. Hasil survei yang dilakukan oleh salah satu perguruan tinggi di Yogyakarta menyebutkan bahwa 87 persen pelajar memilih Yogyakarta sebagai pilihan untuk melanjutkan studi karena mutu pendidikan yang berkualitas baik di dalam kampus maupun di luar kampus (Antarariau.com, 2014).

Hal ini yang menjadikan dasar peneliti dalam melakukan penelitian terkait

keterbukaan diri dengan penyesuaian diri dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana keterbukaan diri dan penyesuaian diri.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Asrama Putra Riau yang beralamat di Jalan Bintaran tengah Nomor 02 Yogyakarta dan Asrama Putri Riau beralamat di Jalan Wolter Monginsidi Nomor 10 RT 037/10 Yogyakarta pada bulan Januari 2016.

Subyek Penelitian

Subyek penelitian ialah mahasiswa Riau di Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 848 dari 12 kota. Penentuan sampel menggunakan metode *cluster quota random sampling* sehingga didapat 85 subyek dari 5 kota/kabupaten dengan pertimbangan banyaknya jumlah mahasiswa pada masing-masing kota/kabupaten tersebut dan diambil secara acak dari keseluruhan populasi.

Prosedur

Peneliti melaksanakan penelitian yang terdiri dari rangkaian kegiatan berupa observasi dan wawancara pra-penelitian. Peneliti kemudian melakukan uji coba instrument dengan membagi instrumen berupa skala keterbukaan diri dan skala penyesuaian

diri berfokus masalah untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen. Setelah melakukan uji coba, peneliti melakukan pengambilan data pada sampel yang telah ditentukan. Data kemudian dianalisis menggunakan program SPSS *for windows* versi 22.0.

Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala keterbukaan diri dan skala penyesuaian diri. Dalam penelitian ini pengujian instrument menggunakan uji validitas isi melalui *expert judgement* dan uji coba instrumen sebanyak 30 mahasiswa Riau. Memiliki skor validitas keterbukaan diri sebesar 0.336 sampai dengan 0.685, dan skor validitas penyesuaian diri sebesar 0.315 sampai dengan 0.864.

Dalam pengujian reliabilitas instrumen menggunakan bantuan SPSS versi 22.00 *for windows* dengan memperoleh koefisien reliabilitas pada skala keterbukaan diri sebesar 0.896 dan koefisien reliabilitas penyesuaian diri sebesar 0.924.

Teknik Analisis Data

Untuk menguji hipotesis penelitian dilakukan analisis data menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS versi 22.00 *for windows*.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Karakteristik subyek dalam penelitian ini apabila ditinjau dari jenis kelamin laki-laki

sebanyak 56 mahasiswa (65.9%), dan subyek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 mahasiswa (34.1%). Secara umum, mahasiswa Riau di Yogyakarta berjenis kelamin laki-laki dari pada berjenis kelamin perempuan. Selain itu, subyek penelitian yakni mahasiswa yang berusia 17-20 tahun berjumlah 44 mahasiswa (51.9%), subyek yang berusia 21-24 tahun berjumlah 37 mahasiswa (43.6%), subyek yang berusia 25-27 tahun berjumlah 4 mahasiswa (4.8%). Dalam penelitian ini mahasiswa Riau cenderung usia 17-20 tahun usia tersebut merupakan usia individu berada pada perguruan tinggi.

Mahasiswa Riau di Yogyakarta berasal dari berbagai daerah yaitu Bengkalis sebanyak 17 mahasiswa (20.0%), daerah asal Dumai sebanyak 17 mahasiswa (20.0%), daerah asal Kuantan Singingi sebanyak 17 mahasiswa (20.0%), daerah asal Pekanbaru sebanyak 17 mahasiswa (20.0%) dan daerah asal Siak sebanyak 17 mahasiswa (20.0%), dalam penelitian ini terdapat lima kota yang telah diteliti sebagian besar sebanyak 17 mahasiswa.

Hasil penelitian ini diperoleh distribusi kecenderungan keterbukaan diri mahasiswa Riau di Yogyakarta sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Kecenderungan Variabel Keterbukaan Diri.

No	Skor	Frekuensi		Kategori
		Frekuensi	Persentase	
1.	78 – 104	78	91.8 %	Tinggi
2.	52 – 78	7	8.2 %	Sedang
3.	26 – 52	-	-	Rendah

Dari 85 mahasiswa, sejumlah 78 mahasiswa (91.8%) yang memiliki keterbukaan diri dengan kategori tinggi dan sejumlah 7 mahasiswa yang tergolong dalam kategori sedang. Tinggi, sedang dan rendahnya keterbukaan diri yang dimiliki individu dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yakni kepercayaan terhadap lawan bicara, hubungan individu sesama teman, masalah pribadi yang bersifat pribadi atau rahasia, minat atau ketertarikan dalam suatu pengungkapan dan perasaan yang intim yang dirasakan oleh orang tersebut (Magno, Causon, dan Figuero dalam Atfianti Fajar Jayanti, 2010:24)

Hasil penelitian ini diperoleh distribusi kecenderungan penyesuaian diri pada mahasiswa Riau di Yogyakarta sebagai berikut.

Tabel 2. Distribusi Kecenderungan Variabel Penyesuaian diri.

No	Skor	Frekuensi		Kategori
		Frekuensi	Persentase	
1.	102 – 136	-	-	Tinggi
2.	68 - 102	79	92.9%	Sedang
3.	34 - 68	6	7.1%	Rendah

Kecenderungan keterbukaan diri mahasiswa Riau di Yogyakarta pada kategori tinggi tidak ada, kategori sedang sejumlah 79 mahasiswa (92.9%) dan kategori rendah tidak ada. Berdasarkan hasil perhitungan Untuk menguji hipotesis dilakukan dengan analisis korelasi *product moment*. Dengan membandingkan r hitung dengan r tabel dan taraf signifikansinya 0.05. Apabila r hitung lebih besar dari r tabel, maka signifikan,

sebaliknya bila r hitung lebih kecil dari r tabel maka tidak signifikan.

Dengan demikian dapat diketahui signifikansi 0.014 yang berarti kurang dari 0.05 ($0.014 < 0.05$), sedangkan hasil nilai r 0.267.

Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil analisis korelasi *product moment* menunjukkan terdapat hubungan positif antara keterbukaan diri dan penyesuaian diri, artinya semakin tinggi keterbukaan diri maka semakin tinggi penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswa Riau di Yogyakarta, sebaliknya apabila semakin rendah keterbukaan diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah pula penyesuaian diri.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan teori Keterbukaan diri merupakan salah satu ketrampilan komunikasi yang penting bagi individu ketika berhubungan dan menjalin interaksi dengan individu lainnya (Arif Romdhon, Hepi Wahyuningsing 2013: 145). Seseorang yang memiliki keterbukaan diri yang baik senantiasa dapat mengungkapkan informasi yang terdapat dalam diri orang tersebut seperti sikap, perilaku, perasaan dan keinginan yang kemudian disampaikan melalui informasi kepada lawan bicara. Demikian pula dengan mahasiswa yang memiliki tingkat keterbukaan diri yang baik dapat menceritakan tentang diri sendiri dengan orang lain sehingga terjalin keakraban.

Penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk mencapai hubungan yang

harmonis pada diri sendiri dan lingkungannya sehingga membuat hidup bahagia. Demikian pula dengan mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungannya maka mahasiswa tersebut dapat beradaptasi dengan baik. Untuk mengetahui penyesuaian diri individu dapat diungkap melalui dimensi penyesuaian diri yakni penyesuaian diri pribadi, penyesuaian diri sosial Fahmy (dalam Yuyuk Neni Yuniarti 2009: 31).

Hasil penelitian pada mahasiswa Riau di Yogyakarta juga menunjukkan sebagian besar berada pada kategori sedang. Dalam penelitian ini telah dibuktikan bahwa keterbukaan diri memberikan sumbangan terhadap penyesuaian diri. Keterbukaan diri juga memiliki hubungan positif dengan penyesuaian diri yang berarti semakin tinggi keterbukaan diri semakin tinggi pula penyesuaian diri, semakin tinggi penyesuaian diri, begitupun sebaliknya. Penelitian ini menunjukkan keterbukaan diri mahasiswa Riau di Yogyakarta dalam kategori sedang, sehingga hal tersebut menjadi salah satu faktor yang membuat penyesuaian diri juga dalam kategori sedang.

Penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta dapat dipengaruhi oleh faktor. Menurut Schneiders (Noviakarisma Wijaya, 2007: 22) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri meliputi keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, psikologis, lingkungan, serta religiusitas dan kebudayaan. Keadaan fisik pada sistem-sistem tubuh yang baik syarat terciptanya penyesuaian diri sebagai yang utama dalam kesehatan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta. Hal ini ditegaskan bahwa semakin tinggi tingkat keterbukaan diri seseorang maka kecenderungan penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta juga semakin tinggi, sedangkan semakin rendah tingkat keterbukaan diri seseorang maka semakin rendah pula penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Mahasiswa Riau di Yogyakarta yang memiliki keterbukaan diri dengan kategori tinggi sebanyak 7 mahasiswa (8.2%), kategori sedang sebanyak 78 mahasiswa (91.8%), dan kategori rendah tidak ada. Jadi Subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki keterbukaan diri sedang sebanyak 78 mahasiswa (91.8%).
2. Mahasiswa Riau di Yogyakarta yang memiliki penyesuaian diri dengan kategori tinggi tidak ada, kategori sedang sebanyak 79 mahasiswa (92.9%), dan pada kategori rendah sebanyak 6 mahasiswa (7.1%). Jadi subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki penyesuaian diri sedang sebanyak 79 mahasiswa (92.9%).
3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara keterbukaan diri dengan

penyesuaian diri mahasiswa Riau di Yogyakarta, hal ini dibuktikan dari nilai r hitung lebih besar dari r tabel. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat keterbukaan diri mahasiswa Riau di Yogyakarta, maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan maka ada beberapa pandangan yang dapat dijadikan saran sebagai berikut.

1. Pembina/koordinator mahasiswa Provinsi Riau

Agar dilakukan pembekalan untuk mahasiswa yang akan berkuliah ke Yogyakarta dengan mengadakan pelatihan atau seminar terkait arti penting keterbukaan diri dan penyesuaian diri agar tidak mengalami *culture shock*.

2. Mahasiswa Riau

Berdasarkan hasil penelitian, keterbukaan diri yang sedang sebaiknya ditingkatkan dengan mengikuti bakti sosial dan studi banding antar asrama yang berbeda provinsi misalnya asrama Sumatra Barat.

Untuk penyesuaian diri mahasiswa yang rendah ditingkatkan dengan mengikuti secara aktif kegiatan asrama. Sedangkan untuk penyesuaian diri mahasiswa Riau yang sedang ditingkatkan dengan bersosialisasi kepada kabupaten/kota yang lain.

3. Peneliti Selanjutnya

Untuk mengembangkan penelitian selanjutnya perlu dilakukan penelitian

yang berbasis treatment misalnya penelitian eksperimen atau penelitian tindakan misalnya peningkatan keterbukaan diri atau penyesuaian diri mahasiswa pendatang di Yogyakarta dengan metode tertentu, pembekalan konseling sebaya, konseling berbasis budaya dan lain-lain. Selain itu sumbangan keterbukaan diri dengan penyesuaian diri hanya 7.1% dengan demikian masih terdapat 92.9% dari faktor lain yang mempengaruhi.

DAFTAR PUSTAKA

- Antara Riau (2014). Diakses pada Selasa 19 mei 2015 12:10.
<http://antarariau.com/berita/42711/mahasiswa-asal-riau-terbanyak-kedua-di-yogyakarta>
- Arif Romdhon, Hepi W & Sabiqotul H. (2013). Hubungan antara Pengungkapan Diri dan Kepuasan Pernikahan dengan Dimediasi oleh Intimasi. *Jurnal Psikologika*. Universitas Islam Indonesia. Vol. 18, No. 1 Hlm.95
- Peraturan Walikota Yogyakarta tentang RPJMD.(2007).
- Gerungan. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: Refikaditama
- Rany Fitriany. (2008). Hubungan Adversity Quotient dengan Penyesuaian Diri Sosial pada Mahasiswa Perantauan di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Retno Puspito Sari, dkk. (2006). Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*

Universitas Diponegoro. Vol. 3, No. 2. Hlm. 11.

- Yuyuk Neni Yuniarti. (2009). Hubungan Persepsi Efektivitas Komunikasi Interpersonal Orang Tua dan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Siswa SMAN 1 Polanharjo. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Erikson. (1999). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Kornelia Tantri Yulia. (2012). Penyesuaian Diri Mahasiswa Kalimantan Barat (Dayak Kanayatn) Terhadap Budaya Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Winkel, W.S. (1997). *Bimbingan dan Konseling di institusi pendidikan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Ririen. (2007). Hubungan antara Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Menantu Perempuan Terhadap Ibu Mertua. *Skripsi*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Arfianti Fajar Jayanti R. (2010). Self-Disclosure pada Remaja yang Mengalami Ketunadaksaan Karena Kecelakaan. *Jurnal*. Universitas Gunadarma.
- Noviakarisma Wijaya. (2007). Hubungan antara Keyakinan Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Siswa Pertama Sekolah Asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan. *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro.