

SKRIPSI

PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *SELF CONFIDENCE* TERHADAP *SELF DISCLOSURE* PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL



OLEH

NURFADILA

NIM : 2120203870232008

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PAREPARE**

2026

PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *SELF CONFIDENCE* TERHADAP *SELF DISCLOSURE* PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL



OLEH

NURFADILA

NIM : 2120203870232008

Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Lulus untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S.Sos)
Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Parepare

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PAREPARE**

2026

PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* Terhadap
Self disclosure Mahasiswa di Media Sosial

Nama Mahasiswa : Nurfadila

Nim : 2120203870232008

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Nomor: B-3415/In.39/FUAD.03/PP.00.9/10/2024

Disetujui oleh:

Pembimbing : Nur Afiah, MA
NIP : 198808102023212052



Mengetahui:

Dekan,
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. A. Nurkicam, M.Hum
NIP. 19641231 1992031 045

PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Skripsi : Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* Terhadap
Self disclosure Mahasiswa di Media Sosial

Nama Mahasiswa : Nurfadila

Nomor Induk Mahasiswa : 2120203870232008

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Nomor: B-3415/In.39/FUAD.03/PP.00.9/10/2024

Tanggal kelulusan : 11 Desember 2025

Disahkan oleh Komisi Penguji:

Nur Afiah, MA

(Ketua)



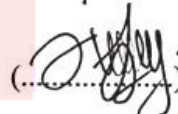
Astinah, M.Psi.,

(Anggota)



Nurul Fajriani, S.Psi, M.Si.,

(Anggota)



Mengetahui:

Dekan,
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. A. Nurhidam, M.Hum

NIP. 19641231 1992031 045

KATA PENGANTAR

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَمَّا بَعْدُ

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah swt. Yang telah memberikan hidayah dan kekuatan serta kesabaran, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Tulisan ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad saw. yang telah mengantar umat manusia kepada jalan yang benar dan lurus menuju keselamatan di dunia dan akhirat.

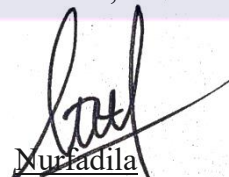
Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan kesalahan. Namun berkat bimbingan, motivasi dan doa dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu, saya ucapkan terimakasih sebesar-besarnya dan apresiasi setinggi-tingginya kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penyelesaian skripsi ini. Kepada Ayahanda Baharuddin dan Ibunda Miati yang selalu memberikan doa, dukungan serta pengorbanan yang tiada henti. Setiap pencapaian yang penulis raih tidak terlepas dari doa dan restu yang selalu menyertai setiap langkah penulis. Seluruh keluarga terkasih yang selalu mengaminkan setiap doa, harapan, dan mimpi-mimpi penulis, terima kasih penuh sayang penulis sampaikan. Selanjutnya penulis juga menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hannani, M.Ag., sebagai Rektor Institut Agama Islam Negeri Parepare.
2. Bapak Dr. A. Nurkidam, M.Hum., sebagai dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare .
3. Ibu NurAfiah, MA, selaku pembimbing dengan penuh kesabaran dan keteladanan.

4. Ibu Astinah, M.Psi., dan Ibu Nurul Fajriani, S.Psi, M.Si., selaku Dosen Penguji saya, yang telah meluangkan banyak waktunya dan memberikan saran serta bimbingan kepada penulis.
5. Ibu Emilia Mustary M.Psi. sebagai ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.
6. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan kepada penulis selama menempuh perkuliahan.
7. Kepala perpustakaan IAIN Parepare beserta seluruh jajarannya.
8. Jajaran staf administrasi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah serta staf akademik. yang telah membantu mulai dari awal menjadi mahasiswa baru hingga pengurusan berkas ujian penyelesaian studi.
9. Segenap guruku tercinta yang telah mendidiku dari TK, SD, MTs, dan MA. Teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2021 yang selalu menjadi teman belajar dan diskusi dalam kelas selama penulis menuntut ilmu di IAIN Parepare.
10. Kepada sahabat dan teman-teman penulis Nur Halisa, Nurindah Sari Safitri, Nur Hikmah, Diandra Sulastris dan teman-teman KKN posko 19, serta teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu.
11. Kampus tercinta IAIN Parepare telah menjadi tempat penulis belajar, dan berproses juga membentuk nilai-nilai karakter, moral, dan spiritual.

Parepare, 06 Oktober 2025 M
14 Rabi'ul Akhir 1447 H

Penulis,



Nurradila
NIM. 2120203870232008

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

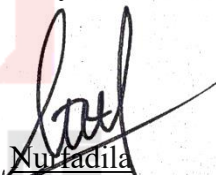
Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Nurfadila
NIM : 2120203870232008
Tempat/Tgl. Lahir : Kanang, 24 juli 2003
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Judul Skripsi : Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* Terhadap *Self disclosure* pada Mahasiswa di Media Sosial

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Parepare, 06 Oktober 2025 M

Penyusun,



Nurfadila
NIM. 2120203870232008

ABSTRAK

Nurfadila. *Pengaruh Self efficacy dan Self confidence terhadap Self disclosure pada mahasiswa di media sosial.* (Dibimbing oleh ibu Nur Afiah, MA.)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* terhadap *Self disclosure* pada mahasiswa di media sosial. Fokus penelitian ini tertuju pada seluruh mahasiswa yang memenuhi kriteria berjumlah 118 responden.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angket yang disusun berdasarkan indikator dari masing-masing variabel, yang sebelumnya telah diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan kualitas instrumen penelitian. Setelah data terkumpul, dilakukan uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat analisis data lebih lanjut. Kemudian, dilakukan pengujian hipotesis menggunakan regresi linear berganda untuk mengukur pengaruh simultan dan parsial antara variabel bebas (*self efficacy* dan *self confidence*) terhadap variabel terikat (*self disclosure*).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* dan *self confidence* berpengaruh signifikan terhadap *self disclosure*, dengan nilai Fhitung sebesar 54,141 dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Secara parsial, *self efficacy* tidak berpengaruh signifikan terhadap *self disclosure* (sig. $0,723 > 0,05$), sedangkan *self confidence* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self disclosure* (sig. $0,000 < 0,05$). Dengan demikian, *self confidence* memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap keterbukaan diri mahasiswa di media sosial dibandingkan dengan *self efficacy*. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat keterbukaan diri mereka dalam berinteraksi di media sosial. Sebaliknya, *self efficacy* tidak selalu menentukan tingkat *self disclosure* seseorang di ranah daring.

Kata Kunci: *Self Efficacy, Self Confidence, Self disclosure, Mahasiswa, Media Sosial.*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN KOMISI PENGUJI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Tinjauan Penelitian Relevan.....	13
B. Tinjauan Teori	21
1. Self Efficacy	21
2. Self Confidence.....	23
3. Self disclosure	25
C. Media Sosial	29
D. Keterkaitan Antara Variabel.....	30
E. Kerangka Pikir	31
F. Hipotesis	32

BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	33
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
C. Populasi dan Sampel	34
D. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	35
E. Definisi Operasional Variabel	37
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Teknik Analisis Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Deskripsi Hasil Penelitian	53
B. Pengujian persyaratan Analisis Data.....	59
C. Pembahasan Hasil Penelitian	65
BAB V PENUTUP.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	I
LAMPIRAN.....	VIII
BIODATA PENULIS	XXXVIII

DAFTAR TABEL

No. Tabel	Judul Tabel	Halaman
3.1	Skala	37
3.2	Kisi-kisi Instrument Variabel X1	41
3.3	Kisi-kisi Instrument Variable X1 (Valid)	42
3.4	Kiai-Kisi Instrument Variabel X2 (Valid)	43
3.5	Kisi-kisi Instrument Variabel Y (Valid)	44
3.6	Validitas Instrumen Variabel X1	46
3.7	Validitas Instrumen Variabel X2	47
3.8	Validitas Instrumen Variabel Y	48
3.9	Uji Reliabilitas Instrumen	50
3.10	Reliabilty Statistics Instrumen	50
3.11	Uji Reliabilitas Instrumen	51
3.12	Reliability Statistics Instrumen	52
3.13	Uji Reliabilitas Instrumen	52
3.14	Realibility Statistics Instrumen	53
4.1	Karakteristik responden berdasarkan jenin kelamin	56
4.2	Karakteristik responden berdasarkan usia	57
4.3	Karakteristik responden berdasarkan semester	58

4.4	Hasil uji deskripsi variabel self efficacy	59
4.5	Hasil uji deskripsi variabel self confidence	59
4.6	Hasil uji deskripsi variabel <i>self disclosure</i>	60



DAFTAR GAMBAR

No. Gambar	Judul Gambar	Halaman
2.1	Kerangka pikir	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lamp	Judul Lampiran	Halaman
1	Instrumen penelitian	IX
2	Data responden	XIX
3	Surat penetapan pembimbing	XXIII
4	Surat izin penelitian ke dinas penanaman modal Parepare	XXIV
5	Surat izin penelitian dinas penanaman modal Parepare	XXV
6	Surat keterangan selesai meneliti	XXVII
7	Tabulasi data variabel X1	XXVIII
8	Tabulasi data variabel X2	XXIX
9	Tabulasi data variabel Y	XXX
10	Uji validitas X1	XXXI
11	Uji validitas X2	XXXI
12	Uji validitas Y	XXXII
13	Uji reliabilitas X1	XXXII
14	Uji reliabilitas X2	XXXII
15	Uji reliabilitas Y	XXXIII
16	Uji normalitas	XXXIII
17	Uji multikolineritas	XXXII
18	Uji heteroskedastisitas	XXXIV
19	Uji regresi linear berganda	XXXIV
20	Uji koefisien determinasi	XXXIV
21	Uji F (Simultan)	XXXV
22	Uji T (Parsial)	XXXV

23	Bukti angket melalui google form	XXXVI
24	Hasil turnitin	XXXVII
25	Biodata penulis	XXXVIII



PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

1. Transliterasi

a. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda.

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	<i>Alif</i>	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	<i>Ba</i>	B	Be
ت	<i>Ta</i>	T	Te
ث	<i>Ṣa</i>	Ṣ	Es (dengan titik diatas)
ج	<i>Jim</i>	J	Je
ح	<i>Ḥa</i>	Ḥ	Ha (dengan titik dibawah)
خ	<i>Kha</i>	Kh	Ka dan Ha
د	<i>Dal</i>	D	De
ذ	<i>Dhal</i>	Dh	De dan Ha
ر	<i>Ra</i>	R	Er
ز	<i>Zai</i>	Z	Zet

س	<i>Sin</i>	N	Es
ش	<i>Syin</i>	Sy	Es dan Ye
ص	<i>Ṣad</i>	Ṣ	Es (dengan titik dibawah)
ض	<i>Ḍad</i>	Ḍ	De (dengan titik dibawah)
ط	<i>Ṭa</i>	Ṭ	Te (dengan titik dibawah)
ظ	<i>Ẓa</i>	Ẓ	Zet (dengan titik dibawah)
ع	<i>‘Ain</i>	‘ —	Koma Terbalik Keatas
غ	<i>Gain</i>	G	Ge
ف	<i>Fa</i>	F	Ef
ق	<i>Qof</i>	Q	Qi
ك	<i>Kaf</i>	K	Ka
ل	<i>Lam</i>	L	El
م	<i>Mim</i>	M	Em
ن	<i>Nun</i>	N	En
و	<i>Wau</i>	W	We
ه	<i>Ha</i>	H	Ha

ء	<i>Hamzah</i>	—'	Apostrof
ي	<i>Ya</i>	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak diawal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak ditengah atau diakhir, maka ditulis dengan tanda (').

b. Vokal

- 1) Vokal tunggal (*monoftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	<i>Fathah</i>	A	A
إ	<i>Kasrah</i>	I	I
أ	<i>Dammah</i>	U	U

- 2) Vokal rangkap (*diftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أِي	<i>Fathah dan Ya</i>	Ai	a dan i
أُو	<i>Fathah dan Wau</i>	Au	a dan u

Contoh:

كَيْفَ: *kaifa*

حَوْلَ: *haula*

c. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
آي/ـَ	<i>Fathah</i> dan <i>Alif</i> atau <i>Ya</i>	Ā	a dan garis diatas
ـِـي	<i>Kasrah</i> dan <i>Ya</i>	Ī	i dan garis diatas
ـُـو	<i>Dammah</i> dan <i>Wau</i>	Ū	u dan garis diatas

Contoh:

مَاتَ : *Māta*

رَمَى : *Ramā*

قِيلَ : *Qīla*

يَمُوتُ : *yamūtu*

d. Ta Marbutah

Transliterasi untuk *ta marbutah* ada dua:

- 1) *Ta marbutah* yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah [t]
- 2) *Ta marbutah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah [h].
- 3) Kalau pada kata yang terakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbutah* itu ditransliterasikan dengan *ha (h)*.

Contoh:

رَوْضَةُ الْجَنَّةِ: *Raudah al-jannah* atau *Raudatul jannah*

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ: *Al-madīnah al-fādilah* atau *Al-madīnatul fādilah*

الْحِكْمَةُ : *Al-hikmah*

e. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda tasydid (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda syaddah.

Contoh:

رَبَّنَا : *Rabbanā*

نَجَّيْنَا : *Najjainā*

الْحَقُّ : *Al-Haqq*

الْحَجُّ : *Al-Hajj*

نُعِمْ : *Nu'ima*

عُدُّو : *'Aduwwun*

Jika huruf bertasydid diakhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah (يَ), maka ia ditransliterasi seperti huruf *maddah* (i).

Contoh:

عَرَبِيٌّ : 'Arabi (bukan 'Arabiyy atau 'Araby)

عَلِيٌّ : 'Ali (bukan 'Alyy atau 'Aly)

f. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf لا (*alif lam ma'rifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang

ditransliterasikan seperti biasa, *al-*, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiah* maupun huruf *qamariah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari katayang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-). Contoh:

الشَّمْسُ	: <i>al-syamsu</i> (bukan <i>asy-syamsu</i>)
الزَّلْزَلَةُ	: <i>al-zalزالah</i> (bukan <i>az-zalزالah</i>)
الْفَلْسَفَةُ	: <i>al-falsafah</i>
الْبِلَادُ	: <i>al-biladu</i>

g. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan arab ia berupa alif.

Contoh:

تَأْمُرُونَ	: <i>ta'muruna</i>
النَّوْءُ	: <i>al-nau'</i>
شَيْءٌ	: <i>syai'un</i>
أُمِرْتُ	: <i>umirtu</i>

h. Kata arab yang lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau

kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari pembendaharaan bahasa Indonesia, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya kata *Al-Qur'an* (dar *Qur'an*), *Sunnah*.

Namun bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab maka mereka harus ditransliterasi secara utuh. Contoh:

Fi zilal al-qur'an

Al-sunnah qabl al-tadwin

Al-ibarat bi 'umum al-lafz la bi khusus al-sabab

i. Lafz al-jalalah (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf jar dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudaf ilahi* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah. Contoh:

دَيْنُ اللَّهِ : *dinullah*

بِاللَّهِ : *billah*

Adapun *ta marbutah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafz al-jalalah*, ditransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ : *hum fi rahmmatillah*

j. Huruf kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga berdasarkan kepada pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (*al-*), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (*Al-*). Contoh:

Wa ma Muhammadun illa rasul

Inna awwala baitin wudi'a linnasi lalladhi bi Bakkata mubarakan

Syahru Ramadan al-ladhi unzila fih al-Qur'an

Nasir al-Din al-Tusi

Abu Nasr al-Farabi

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata *Ibnu* (anak dari) dan *Abu* (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi. Contoh:

Abu al-Walid Muhammad ibnu Rusyd, ditulis menjadi: *Ibnu Rusyd*,
Abu al-Walid Muhammad (bukan: *Rusyd*, *Abu al-Walid Muhammad*
Ibnu)

Nasr Hamid Abu Zaid, ditulis menjadi *Abu Zaid*, *Nasr Hamid*
 (bukan: *Zaid*, *Nasr Hamid Abu*)

1. Singkatan

Beberapa singkatan yang di bakukan adalah:

swt.	=	<i>subhanahu wa ta 'ala</i>	
saw.	=	<i>sallallahu 'alaihi wa sallam</i>	
a.s.	=	<i>'alaihi al-sallam</i>	
H	=	Hijriah	
M	=	Masehi	
SM	=	Sebelum Masehi	
l.	=	Lahir Tahun	
w.	=	Wafat Tahun	
Q.S. ../...: 4	=	Q.S. Al-Baqarah/2:187	atau Q.S.
Ibrahim/..., ayat 4			
HR	=	Hadis Riwayat	

Beberapa singkatan dalam bahasa Arab

ص	=	صفحة
دم	=	بدون مكان
صلعم	=	صلی اللہ علیہ وسلم

ط	= طبعة
دن	= بدون ناشر
الخ	= إلى آخره/إلى آخرها
ج	= جزء

Beberapa singkatan yang digunakan secara khusus dalam teks referensi perlu di jelaskan kepanjanagannya, diantaranya sebagai berikut:

- ed. : Editor (atau, eds. [dari kata editors] jika lebih dari satu orang editor). Karena dalam Bahasa Indonesia kata “editor” berlaku baik untuk satu atau lebih editor, maka ia bisa saja tetap disingkat ed. (tanpa s).
- et al, : “Dan lain-lain” atau “dan kawan-kawan” (singkatan dari *et alia*). Ditulis dengan huruf miring. Alternatifnya, digunakan singkatan dkk. (“dan kawan-kawan”) yang ditulis dengan huruf biasa/tegak.
- Cet : Cetakan. Keterangan frekuensi cetakan buku atau literatur sejenis.
- Terj. : Terjemahan (oleh). Singkatan ini juga digunakan untuk penulisan untuk karya terjemahan yang tidak menyebutkan nama penerjemahannya.
- Vol. : Volume. Dipakai untuk menunjukkan jumla^j jilid sebuah buku atau ensiklopedi dalam Bahasa Inggris. Untuk buku-buku berbahasa arab biasanya digunakan kata juz.
- No. : Nomor. Digunakan untuk menunjukkan jumlah nomor karya ilmiah berkala seperti jurnal, majalah, dan sebagainya

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Self disclosure merupakan proses berbagi informasi pribadi dengan individu lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Di media sosial, keterbukaan ini sering kali muncul dalam bentuk postingan, komentar, atau pesan pribadi. Mengungkapkan diri secara online dapat memberikan berbagai manfaat, seperti memperkuat hubungan sosial, mendapatkan dukungan, dan meningkatkan kesehatan mental. *Self disclosure* adalah bagian penting dari komunikasi antara dua individu atau lebih, dan kita sering kali menjadikan hubungan lebih bermakna dengan berbagi pemikiran, perasaan, dan pengalaman dengan orang lain. Namun, *self disclosure* juga memiliki konsekuensi negatif, seperti pelanggaran privasi, *cyberbullying*, dan dampak negatif terhadap reputasi.¹

Dalam konteks Bimbingan Konseling Islam (BKI), *self-disclosure* memiliki peran penting dalam membangun keterbukaan antara konselor dan klien. Kemampuan seseorang untuk menyampaikan perasaan, pengalaman, serta tantangan yang dihadapi menjadi langkah awal dalam proses konseling yang efektif. Dari sudut pandang Islam, keterbukaan diri juga berkaitan erat dengan konsep muhasabah (introspeksi diri) dan taushiyah (saling menasihati dalam kebaikan). Rasulullah SAW menekankan pentingnya komunikasi yang jujur dan saling mendukung dalam kehidupan bermasyarakat, sebagaimana disampaikan dalam hadis:¹

"Seorang Muslim adalah saudara bagi Muslim lainnya. Ia tidak akan menzaliminya dan tidak akan membiarkannya dalam kesulitan." (HR. Bukhari & Muslim)

¹ Lee, S. Y., & Choi, J. Strengthening social bonds through online self-disclosure: Implications for social support and well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, (2020). 37(3), 901-921.

Dalam implementasi BKI, *self-efficacy* dan *self confidence* memiliki peran besar dalam membentuk pola komunikasi yang sehat, terutama di media sosial. Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam mengungkapkan pendapat, berbagi pengalaman, serta menerima masukan dari orang lain. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah lebih rentan mengalami kecemasan sosial dan ketakutan akan penilaian negatif. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang memengaruhi *self-disclosure* dapat membantu dalam merancang program bimbingan yang mendukung keterbukaan diri secara sehat di media sosial.²

Masalah *self disclosure* di media sosial juga terjadi di kalangan mahasiswa IAIN Parepare. Berdasarkan hasil observasi awal, banyak mahasiswa yang kurang percaya diri dalam membagikan pendapat atau pengalaman pribadi mereka di platform digital. Salah satu penyebab utama adalah kekhawatiran terhadap bagaimana orang lain, terutama di lingkungan akademik dan sosial kampus akan menilai mereka. Selain itu norma sosial serta nilai-nilai keagamaan yang kuat di kampus berbasis islam ini turut memengaruhi cara mahasiswa mengungkapkan diri. Mereka cenderung lebih hati-hati dalam berbagi informasi, terutama jika berkaitan dengan hal-hal pribadi atau opini yang dianggap sensitif.

Di kalangan mahasiswa IAIN Parepare, fenomena *self disclosure* di media sosial tidak selalu sesuai dengan ekspektasi. Ada mahasiswa yang dalam kesehariannya terlihat percaya diri, aktif berorganisasi, dan mudah bergaul, tetapi justru enggan membagikan cerita atau pendapat mereka di media sosial. mereka khawatir dengan reaksi orang lain, takut terjadi kesalahpahaman, atau merasa bahwa media sosial bukan tempat yang cukup aman untuk mengekspresikan diri. Beberapa di antaranya juga lebih berhati-hati sebelum mengunggah sesuatu karena khawatir

² Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

mendapat penilaian negatif dari teman, keluarga, atau bahkan dosen yang mengikuti akun mereka.

Sebaliknya, ada juga mahasiswa yang dalam interaksi sehari-hari lebih pendiam, tertutup, dan jarang berbicara di depan umum, tetapi justru lebih nyaman dalam membagikan pemikiran dan pengalaman mereka di media sosial. Bagi mereka, platform digital menjadi sarana yang lebih aman untuk mengungkapkan perasaan dan menyampaikan pendapat tanpa harus menghadapi reaksi langsung dari orang lain. Media sosial memberikan ruang bagi mereka untuk mengekspresikan diri tanpa merasa terintimidasi oleh tatapan atau komentar langsung dari lingkungan sekitar. Fenomena ini menunjukkan bahwa keterbukaan seseorang di media sosial tidak hanya dipengaruhi oleh sifat dan perilaku mereka dalam kehidupan nyata, tetapi juga oleh beberapa faktor lain seperti *self efficacy*, *self confidence*, pengalaman pribadi, serta persepsi individu terhadap media sosial sebagai sarana komunikasi.

Penelitian (Derlega et al., Sprecher & Hendrick. menunjukkan bahwa *self disclosure* yang dilakukan secara tepat dapat membawa banyak manfaat, seperti memperkuat rasa intimasi dan kepercayaan dalam hubungan, mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis. *Self disclosure* yang efektif membantu seseorang untuk lebih dipahami dan diterima oleh individu lain, serta mendukung pembentukan hubungan yang lebih dalam dan bermakna. Selain itu, *self disclosure* juga dapat mendukung pemecahan masalah dan pengembangan diri, karena dengan berbagi informasi, individu bisa mendapatkan dukungan, umpan balik, dan sudut pandang baru dari orang lain.¹

Faktor yang mempengaruhi tingkat dan proses *self disclosure* dalam hubungan interpersonal antara lain dari aspek personal, kepribadian individu berperan penting dalam *self disclosure*. Individu dengan kepribadian yang lebih terbuka, ekstrovert, dan mudah bergaul cenderung lebih banyak berbagi tentang dirinya dibandingkan mereka

yang cenderung introvert dan tertutup³. Selain itu, tingkat harga diri juga mempengaruhi *self disclosure*, di mana individu dengan harga diri tinggi umumnya lebih percaya diri dalam berbagi tentang dirinya.¹ Faktor gender juga berpengaruh, dengan penelitian yang menunjukkan bahwa perempuan umumnya lebih sering mengungkapkan perasaan dan informasi pribadi dibandingkan laki-laki.⁴ Dari sisi faktor relasional, kedekatan dan rasa percaya dalam hubungan menjadi aspek penting. Semakin dekat suatu hubungan, semakin besar kemungkinan individu untuk saling berbagi diri.¹

Self disclosure juga lebih mudah terjadi ketika ada rasa saling percaya antara pihak-pihak yang terlibat. Biasanya, *self disclosure* terjadi secara timbal balik, di mana seseorang lebih mungkin membuka diri jika individu lain juga melakukannya.⁵ Faktor situasional seperti konteks, budaya, dan tujuan *self disclosure* juga memengaruhi proses dan tingkat *self disclosure*. Kondisi dan lingkungan interaksi dapat mempengaruhi seberapa banyak informasi yang diungkapkan. Selain itu, norma budaya dan nilai-nilai masyarakat dapat membentuk pandangan individu tentang *self disclosure*.¹ Motivasi seseorang, seperti mencari dukungan atau ingin membangun kedekatan, juga berperan dalam menentukan seberapa banyak informasi yang diungkapkan.

Self disclosure di media sosial adalah proses kompleks yang tidak hanya melibatkan berbagi informasi pribadi tetapi juga bagaimana mahasiswa berinteraksi dan merespons umpan balik dari pengikutnya.⁶ Penelitian yang dilakukan oleh Chen & Rodriguez, menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self efficacy* dan

³ Jourard, SM. Diri yang transparan (edisi Revisi). Van Nostrand Reinhold, (1971).

⁴ Dindia, K., & Allen, M. Perbedaan jenis kelamin dalam pengungkapan diri: Sebuah meta-analisis. *Psychological Bulletin*, (1992). 112(1), 106-124.

⁵ Derlega, VJ, Metts, S., Petronio, S., & Margulis, ST. Pengungkapan diri. Sage Publications, Inc, (1993).

⁶ Kim, J., & Park, H. S. The role of self-efficacy in online self-disclosure and social support among college students. *Computers in Human Behavior*, (2022). 107037.

kepercayaan diri yang lebih tinggi cenderung lebih terbuka terhadap kritik dan saran, yang pada akhirnya dapat memperkaya pengalaman mahasiswa di platform digital. Mahasiswa yang kurang percaya diri sering kali merasa stres karena *feedback* negatif, sehingga menghambat keterbukaan mahasiswa di media sosial.¹ Studi longitudinal yang dilakukan oleh Lee dan Wilson mengungkapkan bahwa 65% mahasiswa mengalami kecemasan terkait evaluasi publik terhadap posisi mahasiswa, namun mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi lebih mampu mengelola kecemasan tersebut secara efektif.⁷ Anderson dan Zhang menekankan pentingnya mengembangkan keterampilan digital dan literasi media untuk membantu mahasiswa membangun ketahanan dalam menghadapi umpan balik negatif sambil menjaga *self disclosure* yang sehat di platform sosial.¹

Di era digital, *self disclosure* di media sosial telah menjadi fenomena yang semakin umum, individu secara aktif berbagi informasi, pemikiran, dan pengalaman pribadi melalui platform online. Menurut Park et al., ada beberapa alasan utama mengapa mahasiswa mengungkapkan diri di media sosial yaitu mencari dukungan emosional, menjalin hubungan sosial, dan sebagai bentuk ekspresi diri.⁸ Rodriguez dan Kim menambahkan bahwa *self disclosure* di media sosial juga didorong oleh kebutuhan akan persetujuan sosial, keinginan untuk mendokumentasikan kehidupan seseorang, dan upaya membangun personal branding.¹

Penelitian yang dilakukan oleh Taylor et al., menunjukkan bahwa *self disclosure* berkontribusi pada pembentukan identitas dan memperkuat hubungan sosial. Mahasiswa yang aktif berbagi pengalaman dan pendapatnya di media sosial umumnya memiliki hubungan yang lebih dekat dengan individu lain. Dalam hal ini, *self efficacy* dan rasa percaya diri menjadi penggerak yang memotivasi mahasiswa

⁷ Lee, J. Y., & Wilson, B. M. Longitudinal examination of social media use, self-esteem, and anxiety among university students. *Computers in Human Behavior Reports*, (2023). 9, 100265.

⁸ Park, SY, Kim, JH, & Lee, E. Motivasi untuk pengungkapan diri di media sosial: Pendekatan penggunaan dan kepuasan. *Cyberpsychology, Perilaku, dan Jejaring Sosial*, (2022). 25(2), 105-112.

untuk lebih aktif berbagi. Namun, mahasiswa juga menghadapi tantangan terkait *self disclosure* di media sosial. Ketakutan akan penilaian publik dan paparan negatif dapat menghalangi mahasiswa untuk berpartisipasi secara penuh. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana *self efficacy* dan kepercayaan diri dapat membantu mahasiswa mengatasi ketakutan tersebut dan mendorong keterbukaan yang lebih besar.⁹

Self efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan mahasiswa untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk mengatasi situasi masa depan. Konsep ini berkaitan erat dengan kepercayaan diri, khususnya dalam konteks mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh *self efficacy* terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Ketika mahasiswa percaya diri terhadap kemampuannya untuk mengungkapkan pendapat dan berinteraksi dengan individu lain, mahasiswa akan merasa lebih percaya diri dalam platform media sosial.¹ Beberapa faktor berkontribusi terhadap *self efficacy* dan kepercayaan diri mahasiswa. Pertama, pengalaman sebelumnya memainkan peranan penting, mahasiswa yang terlibat dalam berbagi pemikiran dan berpartisipasi dalam diskusi cenderung mengembangkan rasa percaya diri yang kuat. Sebaliknya, mahasiswa yang menghadapi pengalaman negatif, seperti kritik atau ejekan, mungkin berasal dari masalah kepercayaan diri dan keraguan dalam mengungkapkan pikiran pribadi secara daring. Selain itu, lingkungan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *self efficacy*, lingkungan yang mendukung, baik di rumah atau di platform online.¹⁰

Self efficacy dan *self confidence* secara signifikan memengaruhi *self disclosure* mahasiswa di media sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Bandura menunjukkan bahwa individu dengan *self efficacy* tinggi lebih cenderung mengekspresikan dirinya

⁹ Taylor, LD, Chen, Y., & Li, T. Penggunaan media sosial dan pengembangan hubungan romantis: Analisis konten pengungkapan diri secara daring. *Komputer dalam Perilaku Manusia*, (2021). 114, 106550.

¹⁰ Jamiah Qomariah. Pengaruh Efikasi Diri Dan Kepercayaan Terhadap Komitmen Organisasi Pegawai Dinas Pendidikan Provinsi Papua Barat. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, (2019). 806–815.

secara terbuka di media sosial karena mahasiswa memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuannya dalam mengelola kesan dan mempublikasikan informasi. Mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi lebih bersedia untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalamannya secara daring.¹¹ *self efficacy* yang tinggi mendorong individu untuk lebih percaya pada kompetensinya dalam menjalin interaksi sosial virtual dan mengelola privasi online. Hal ini membuat mahasiswa merasa lebih nyaman berbagi informasi pribadi secara selektif dan strategis.¹¹ *Self efficacy* yang tinggi berarti mahasiswa tidak terlalu takut terhadap penilaian negatif individu lain dan oleh karena itu mengekspresikan diri mereka lebih terbuka di media sosial.¹ Sebaliknya, mahasiswa dengan *self efficacy* rendah dan kepercayaan diri rendah cenderung membatasi ekspresi dirinya di media sosial. Menurut Williams, *self efficacy* yang rendah menyebabkan individu meragukan kemampuannya dalam mengelola tayangan online dan cenderung memilih pernyataan pasif.¹² Martinez dan Garcia juga menemukan bahwa rasa percaya diri yang rendah dikaitkan dengan tingginya ketakutan akan penolakan sosial, yang membuat mahasiswa semakin enggan untuk membagikan informasi pribadi di media sosial.¹

Self efficacy, *self confidence*, dan *self disclosure* memiliki keterkaitan yang erat dalam konteks interaksi mahasiswa di media sosial. Thompson dan Chen menyatakan bahwa *self efficacy* menjadi landasan kepercayaan individu dalam mengekspresikan diri secara daring, yang kemudian memperkuat keyakinan mahasiswa saat berinteraksi di platform digital. Ketika kedua elemen ini saling mendukung, mahasiswa cenderung lebih terbuka di media sosial. *Self efficacy* yang tinggi mencerminkan persepsi positif tentang kemampuan mengendalikan informasi pribadi, sementara *self confidence*

¹¹ Lee, S., & Kim, H. Kompetensi interaksi virtual: Peran efikasi diri. *Jurnal Cyberpsychology*, (2020). 12(4), 234-248.

¹² Williams, T. Hambatan efikasi diri dalam keterlibatan media sosial. *Media & Masyarakat Baru*, (2021). 18(2), 167-182.

memberi keberanian untuk mengekspresikan diri.¹³ Mahasiswa dengan *self efficacy* tinggi lebih mampu menilai risiko dan manfaat dari pengungkapan diri di media sosial. Kepercayaan diri berfungsi sebagai katalis yang mendorong realisasi dari penilaian tersebut dalam bentuk ekspresi diri yang konstruktif. Peningkatan *self efficacy* dan *self confidence* secara bersamaan mengarah pada pola ekspresi diri yang lebih sehat dan adaptif di lingkungan digital.¹ Kemajuan teknologi digital telah mengubah cara mahasiswa berinteraksi dan mengekspresikan diri di media sosial. Adanya peningkatan besar dalam penggunaan media sosial di kalangan Mahasiswa, dengan waktu rata-rata pemakaian mencapai 4-6 jam per hari. Di balik tingginya intensitas penggunaan ini, terdapat 65% mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur *self disclosure* mahasiswa di platform digital, seperti menentukan seberapa banyak informasi yang perlu dibagikan dan bagaimana menampilkan diri secara tepat.¹⁴

Masalah *self disclosure* di media sosial semakin kompleks jika dikaitkan dengan *self efficacy* mahasiswa. Robinson menunjukkan bahwa 58% mahasiswa merasa tidak yakin dengan kemampuan mahasiswa dalam mengelola kesan online, sehingga membatasi kemampuan mahasiswa untuk mengekspresikan diri.¹ Hasil penelitian Walker dan Thompson yang menemukan bahwa rendahnya *self efficacy* membuat mahasiswa cenderung membatasi interaksi sosial online atau sebaliknya, membagikan informasi secara berlebihan tanpa pertimbangan matang. *Self confidence* juga menjadi faktor penting yang memengaruhi *self disclosure* di media sosial. Terdapat 48% mahasiswa dengan *self confidence* rendah cenderung menampilkan citra diri yang tidak autentik, misalnya hanya membagikan sisi positif kehidupan mahasiswa.¹⁵ Mitchell dan Lee menambahkan bahwa ketidaksesuaian antara citra diri

¹³ Thompson, CM, & Chen, G. Peran efikasi diri dalam pengungkapan diri di media sosial di kalangan mahasiswa. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, (2022). 25(4), 235-242.

¹⁴ Liu, M., & Zhang, Y. Tantangan dalam manajemen pengungkapan diri daring. *Jurnal Komunikasi Digital*, (2023). 9(1), 45-60.

¹⁵ Walker, S., & Thompson, L. Krisis keaslian dalam kehadiran media sosial. *Media & Masyarakat Baru*, (2023). 25(4), 178-193.

online dan offline ini bisa menimbulkan kecemasan sosial dan memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa.¹⁶ Masalah ini berdampak lebih luas ketika Davidson dan Park mengungkapkan bahwa ketidakmampuan mengelola *self disclosure* di media sosial mengakibatkan penurunan kinerja akademik serta kesulitan dalam membentuk hubungan interpersonal yang bermakna.¹⁶ Hughes dan Chen juga menemukan bahwa 42% mahasiswa mengalami stres dan kecemasan terkait.¹

Meski penelitian mengenai *self disclosure* di media sosial telah berkembang pesat, masih terdapat sejumlah kajian penting yang belum lengkap. Taylor dan Chen telah meneliti hubungan antara *self efficacy* dan perilaku online mahasiswa, namun studi ini terbatas pada analisis satu dimensi dan belum melibatkan *self confidence* sebagai variabel moderasi. Kesenjangan ini penting, interaksi antar variabel psikologis dapat membentuk pola *self disclosure* yang berbeda.¹⁷ Penelitian oleh Rodriguez et al. yang berfokus pada *self confidence* dan *self disclosure*, menemukan hubungan positif di antara keduanya, tetapi belum memasukkan *self efficacy* sebagai variabel yang bisa memperkuat atau melemahkan hubungan tersebut. Studi *self disclosure* di media sosial sering kali terbatas pada platform tertentu, padahal mahasiswa biasanya menggunakan berbagai platform secara bersamaan dengan pola *self disclosure* yang berbeda.¹

Henderson telah memberikan kontribusi penting dalam memahami manajemen kesan online, namun studinya belum mengeksplorasi bagaimana kombinasi *self efficacy* dan *self confidence* bersama-sama memengaruhi strategi *self disclosure* mahasiswa.¹⁸ Lee dan Garcia¹ menambahkan bahwa sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung mengabaikan konteks situasional dan temporal yang dapat memengaruhi dinamika *self disclosure* di media sosial. Pola *self disclosure* online

¹⁶ Davidson, R., & Park, J. Kinerja akademik dan presentasi diri digital. Studi Pendidikan Tinggi, (2023). 13(3), 156-171.

¹⁷ Taylor, R., & Chen, L. Efikasi diri dalam lingkungan digital. Jurnal Studi Media Sosial, (2023). 11(2), 145-160.

¹⁸ Henderson, J. Strategi manajemen kesan online. Cyberpsychology Behavior, (2022). 15(4), 178-193.

memberikan wawasan penting, namun belum memperjelas karakteristik khusus mahasiswa sebagai kelompok yang memiliki kebutuhan unik dalam membentuk identitas digital. Mitchell dan Anderson mengungkapkan bahwa banyak penelitian sebelumnya mengabaikan faktor perkembangan psikososial mahasiswa yang bisa memengaruhi hubungan antara *self efficacy*, *self confidence*, dan *self disclosure*.¹⁹ Kesenjangan signifikan lainnya terdapat pada konteks budaya dan geografis. Davidson et al. mencatat bahwa sebagian besar penelitian *self disclosure* di media sosial dilakukan dalam konteks budaya Barat, sehingga ada kekurangan pemahaman tentang bagaimana faktor budaya dan nilai-nilai lokal memengaruhi dinamika *self disclosure*.¹

Penelitian ini memiliki sejumlah aspek baru yang membedakannya dari studi-studi sebelumnya. Pertama, penelitian ini menggabungkan tiga variabel utama (*self efficacy*, *self confidence*, dan *self disclosure*) dalam satu model penelitian yang komprehensif, berbeda dari penelitian Taylor dan Chen yang hanya membahas hubungan dua variabel. Integrasi ini memungkinkan pemahaman lebih mendalam tentang interaksi ketiga variabel tersebut dalam konteks penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa. Kebaruan kedua terletak pada pendekatan analisis multi-platform yang digunakan.²⁰ Berbeda dengan Wilson dan Park yang hanya meneliti satu platform, penelitian ini menganalisis pola keterbukaan diri mahasiswa di berbagai platform media sosial populer (seperti Instagram, Twitter, TikTok, dan LinkedIn). Pendekatan ini memberikan gambaran lebih menyeluruh tentang cara mahasiswa mengelola *self disclosure* di berbagai konteks platform yang berbeda.¹

Meskipun beberapa penelitian sudah membahas hubungan antara *self efficacy*, *self confidence*, dan *self disclosure*, penelitian yang secara khusus melihat fenomena ini dalam konteks penggunaan media sosial lintas budaya masih terbatas. Seperti yang

¹⁹ Mitchell, B., & Anderson, L. Perkembangan psikososial dan perilaku daring. *Jurnal Studi Pemuda*, (2023). 20(4), 156-171.

²⁰ Taylor, LD, & Chen, Y. Hubungan antara efikasi diri, kepercayaan diri, dan pengungkapan diri daring di kalangan mahasiswa. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, (2023). 26(2), 102-112.

diungkapkan oleh Lee dan Jeong, penelitian sebelumnya sering mengabaikan pengaruh dari perbedaan norma budaya terhadap perilaku berbagi informasi di media sosial. Hal ini menciptakan celah dalam literatur terkait bagaimana konstruksi sosial tentang diri sendiri dan individu lain bisa memoderasi hubungan antara variabel-variabel tersebut. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self efficacy* dapat memengaruhi perilaku sosial, Namun, penelitian yang secara khusus menyelidiki konteks media sosial masih terbatas, dengan hanya 14% dari studi tentang *self efficacy* yang mencakup aspek media sosial. Penelitian sebelumnya umumnya berfokus pada faktor-faktor yang memengaruhi keputusan seseorang untuk membuka diri. Namun, masih dibutuhkan lebih banyak riset mengenai dampak *self disclosure* di media sosial, baik yang positif (seperti meningkatnya dukungan sosial) maupun yang negatif (seperti *cyberbullying*).²¹

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan oleh peneliti maka penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh *self efficacy* dan *self confidence* terhadap *self disclosure* pada mahasiswa di media sosial.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh *self efficacy* dan *self confidence* terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial?
2. Apakah ada pengaruh *self efficacy* terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial?
3. Apakah ada pengaruh *self confidence* terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial?

²¹ Lee, SY, & Jeong, EJ. Perbedaan lintas budaya dalam pengungkapan diri di media sosial: Peran tujuan komunikasi dan penafsiran diri. *Komputer dalam Perilaku Manusia*, (2021). 119, 106716.

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas maka tujuan yang hendak di capai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan *self confidence* terhadap *Self disclosure* mahasiswa di media sosial
2. Untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial
3. Untuk mengetahui pengaruh *self confidence* terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dalam penelitian yaitu:

1. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam pengembangan program bimbingan dan konseling islam di kampus untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa dalam berinteraksi di media sosial dengan bijak dan bertanggung jawab.
2. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman akan pentingnya *Self efficacy* dan kepercayaan diri dalam melakukan interaksi secara terbuka di media sosial.
3. Bagi masyarakat umum, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *Self disclosure* di media sosial, sehingga dapat mendorong pemanfaatan media sosial secara lebih bijak dan sehat.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Penelitian Relevan

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Hal ini guna menjadi pembandingan dan pendukung dalam tinjauan pustaka, diantaranya yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan Ismi Mutiara Putri Santoso yang berjudul “ hubungan *self disclosure* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa bimbingan konseling islam Universitas Islam Negeri Prof K.H Saifuddin uhri Purwokerto”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, Sampel penelitian ini menggunakan rumus *slovin*, instrumen pengukuran penelitian ini menggunakan *skala self disclosure* dan *skala* kepercayaan diri. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 9% mahasiswa yang memiliki *self disclosure* rendah, 61% sedang, 30% tinggi. Yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self disclosure* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Univesitas Islam Negeri Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.¹ Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu sama-sama membahas tentang *self disclosure* dengan kepercayaan diri, dan penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian ini yang ditulis oleh Ismi Mutiara Putri Santoso adalah hubungan *self disclosure* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa bimbingan konseling islam menggunakan jenis pendekatan korelasional, sedangkan penelitian ini membahas tentang pengaruh *Self efficacy* dan kepercayaan diri terhadap *self disclosure* pada mahasiswa di media sosial dengan jenis pendekatan regresi linear berganda.
2. Penelitian yang dilakukan Paksi Caponti Putra, dan Niken Titi Pratitis dengan judul “hubungan antara keterbukaan terhadap pengalaman dan

efikasi diri dengan kreativitas”. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan hubungan antara keterbukaan terhadap pengalaman dan efikasi diri dengan kreativitas dengan melibatkan 105 mahasiswa fakultas sastra di Universitas 17 Agustus Surabaya (78 mahasiswa bahasa Inggris dan 27 mahasiswa bahasa Jepang). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, Alat ukur yang digunakan antara lain skala kreativitas (berdasarkan teori Psiko Komponen Suharnan), skala keterbukaan terhadap pengalaman, dan skala efikasi diri. dalam pemilihan sampel penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sam-pling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterbukaan terhadap pengalaman dan efikasi diri berkorelasi secara signifikan dengan kreativitas di mana nilai F sebesar 55,353 pada nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Koefisien determinasi sebesar 0,520, sehingga hal ini berarti kedua variabel bebas (keterbukaan terhadap pengalaman dan efikasi diri) memberikan sumbangan efektif secara bersama-sama sebesar 52% kepada variabel terikat (kreativitas). Prosentase determinasi menunjukkan bahwa efikasi diri lebih memberikan sumbangan efektif (46,332%) daripada keterbukaan terhadap pengalaman (5,714%).²² Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang ditulis oleh Paksi Caponti Putra, dan Niken Titi Pratitis yaitu sama-sama membahas tentang *self disclosure* dan *Self efficacy* dan penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian ini yang di tulis oleh Paksi Caponti Putra, dan Niken Titi Pratitis adalah hubungan antara keterbukaan terhadap pengalaman dan efikasi diri dengan kreativitas dengan menggunakan pendekatan *proportional random sam-pling*. Sedangkan penelitian ini membahas tentang pengaruh *Self efficacy* dan kepercayaan diri terhadap

²² Paksi Caponti Putra and Niken Titi Pratitis, “Hubungan Antara Keterbukaan Terhadap Pengalaman Dan Efikasi Diri Dengan Kreativitas,” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 3, no. 03 (2015): 195–204.

self disclosure pada mahasiswa di media sosial dengan menggunakan jenis pendekatan regresi linier berganda.

3. Penelitian yang dilakukan Ati' Mahsunah, Musbikhin, Muhimmatul Hasanah dengan judul "pengaruh *Self efficacy* terhadap Kepercayaan Diri pada Siswa" Tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui pengaruh *Self efficacy* terhadap Kepercayaan diri pada siswa. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan analisis data menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Self efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap kepercayaan diri.¹ Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Ati' Mahsunah, Musbikhin, Muhimmatul Hasanah yaitu sama-sama membahas tentang *Self efficacy* dan Kepercayaan diri dan penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Ati' Mahsunah, Musbikhin, Muhimmatul Hasanah adalah analisis data menggunakan regresi linier sederhana sedangkan penelitian ini menggunakan analisis data regresi linier berganda.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Wulan Meida Sutrisnawat, Nita Rohayati & Yulyanti Minarsih dengan judul "*Self-disclosure* Generasi Z Pengguna Second Account Ditinjau dari Self-Esteem". Penelitian ini memfokuskan pada pengaruh antara self-esteem terhadap self- disclosure pada generasi Z pengguna second account instagram di Karawang. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain kausalitas asosiatif. Populasi dalam penelitian ini adalah generasi Z pengguna second account instagram dengan rentang usia 15-29 tahun yang berdomisi di Karawang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah non-probability sampling, dengan metode samplingnya snowball sampling. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 151 responden. Skala yang digunakan untuk mengukur Self-Esteem adalah Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Sedangkan skala yang digunakan untuk mengukur *Self-*

disclosure adalah Rosenberg Self- Disclosure Scale (RSDS). Uji analisis aitem dengan menggunakan correct aitem-total correlation. Uji normalitas menggunakan uji kolmogorov-smirnov. Uji linearitas menggunakan uji anova dengan signifikansi $0,200 > 0,05$. Hasil uji regresi linear sederhana pada penelitian ini $0,001 < 0,05$ yang berarti hipotesis pada penelitian ini diterima yaitu ada pengaruh self-esteem terhadap *self-disclosure* pada generasi Z pengguna second account instagram di Karawang.²³ Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulan Meida Sutrisnawat, Nita Rohayati & Yulyanti Minarsih yaitu sama-sama membahas tentang *Self disclosure*, penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan dengan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulan Meida Sutrisnawat, Nita Rohayati & Yulyanti Minarsih adalah Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah non-probability sampling, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan regresi linear berganda.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fadhillah, Dewi Nur Puspita Sari, Lastri Mei Winarni dengan judul “Pengaruh *Self disclosure* dan *Self efficacy* Terhadap Tingkat Stress pada Mahasiswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Self disclosure* dan *Self efficacy* terhadap tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif cross-sectional. Penelitian dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir umum Universitas Yatsi Madani dan metode pengambilan sampelnya adalah populasi sampling dengan jumlah responden sebanyak 227 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan kuesioner Jungian Type Indicator (JTI), Skala *Self-*

²³ Wulan Meida Sutrisnawati, Nita Rohayati, and Yulyanti Minarsih, “Self-Disclosure Generasi Z Pengguna Second Account Ditinjau Dari Self-Esteem Self-Disclosure Generation Z Second Account Users Judging from Self-Esteem Media Sosial Telah Menjadi Sarana Yang Sangat Diminati Dimana Individu Sosial Instagram Didominasi Oleh” 5, no. 2 (2024): 446–53.

disclosure, Skala *Self-efficacy*, dan Skala Stress. Hasil uji chi-square diperoleh nilai p value sebesar $0,001 < 0,05$ yang berarti keterbukaan diri dan efikasi diri berpengaruh terhadap tingkat stres siswa. Penelitian ini dapat memberikan referensi untuk memahami ketiga variabel tersebut guna memberikan intervensi keperawatan pada mahasiswa. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fadhilah dkk, yaitu sama-sama membahas tentang *Self disclosure* dan *Self efficacy* dan penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fadhilah dkk, adalah “Pengaruh *Self disclosure* dan *Self efficacy* Terhadap Tingkat Stress pada Mahasiswa”, sedangkan penelitian ini membahas “Pengaruh *Self efficacy* dan Kepercayaan Diri terhadap *Self disclosure* pada Mahasiswa di media sosial” dengan pendekatan Regresi Linear Berganda.¹

6. Penelitian yang dilakukan oleh Syintya Eka Putri, Jumaini, Sri Utami dengan judul “Hubungan *Self disclosure* Dan *Self efficacy* dengan stress pada mahasiswa fakultas keperawatan universitas riau dalam menyusun skripsi di masa pandemic covid-19”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dengan efikasi diri dan stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau saat menulis skripsi, dengan menggunakan desain deskriptif korelasional, pendekatan cross-sectional. Dengan menggunakan teknik sampling populasi, maka sampel penelitian berjumlah 129 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner yang diuji validitas dan reliabilitasnya. Mayoritas responden berusia 22 tahun. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara keterbukaan diri siswa dengan stres ($p \text{ value } 0,589 > 0,05$), sedangkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri siswa dengan stres ($p \text{ value } 0,001 \leq 0,05$). Tidak ada hubungan antara keterbukaan diri siswa dengan stres, namun terdapat hubungan antara efikasi diri dengan stres. Perbedaan penelitian yang ditulis oleh

Syintya Eka Putri dkk, adalah Hubungan *Self disclosure* Dan *Self efficacy* dengan stress pada mahasiswa fakultas keperawatan universitas riau dalam menyusun skripsi di masa pandemic covid-19, sedangkan penelitian ini membahas Pengaruh *Self efficacy* dan kepercayaan diri terhadap *Self disclosure* pada mahasiswa di media sosial.²⁴

7. Penelitian yang dilakukan oleh Vivi Fitri Handayani, Ivon Arisanti, Ayuning Atmasari dengan judul “Pengaruh pengungkapan diri (*Self disclosure*) terhadap stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di fakultas ekonomi dan bisnis universitas teknologi sumbawa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self disclosure* terhadap stres pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Teknologi Sumbawa. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah purposive sampling, dan pengambilan sampel representatif ditentukan dengan menggunakan rumus cluster sampling. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Teknologi Sumbawa yang berjumlah 62 orang. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan instrumen penelitian berupa skala pengungkapan diri dan skala stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self disclosure* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap stres, dengan nilai R-squared sebesar 0,280 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian yang ditulis oleh Vivi Fitri Handayani dkk, membahas tentang Pengaruh pengungkapan diri (*Self disclosure*) terhadap stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di fakultas ekonomi dan bisnis universitas teknologi sumbawa, sedangkan

²⁴ Jurnal Ilmiah et al., “Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR) Hubungan Self Disclosure Dan Self Efficacy Dengan Stres Pada Mahasiswa” 6, no. 1 (2023): 42–48.

penelitian ini membahas tentang Pengaruh *Self efficacy* dan kepercayaan diri terhadap keterbukaan diri pada mahasiswa di media sosial.¹

8. Penelitian yang dilakukan oleh Gusti Ayu Ketut Puji, Andi Muhammad Aditya, Sitti Syawaliyah Gismin dengan judul “ Pengaruh Kepercayaan diri (*Self Confidence*) terhadap perilaku asertif pada mahasiswa di kota makassar”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah rasa percaya diri berpengaruh terhadap perilaku asertif pada siswa di Kota Makassar. Responden penelitian ini adalah mahasiswa dari berbagai universitas di Kota Makassar yang berjumlah 411 orang. Hasil analisis menunjukkan $r=0,223$, $\text{sig}=0,000$ ($<0,05$), koefisien= $0,273$ yang berarti kepercayaan diri siswa Kota Makassar berpengaruh positif terhadap perilaku percaya diri. arah yaitu semakin tinggi rasa percaya diri maka semakin tinggi pula perilaku percaya diri siswa di Kota Makassar. Perbedaan penelitian ini yang ditulis oleh Gusti Ayu Ketut Puji adalah Metode yang digunakan yaitu kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi berganda.²⁵
9. Penelitian yang dilakukan oleh Busro Mahfudin, Rasianma Saragih dengan judul “ Pengaruh Keterbukaan diri (*Self disclosure*) terhadap penyelesaian tugas akhir skripsi”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak keterbukaan diri mahasiswa terhadap penyelesaian tugas akhir skripsi. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, melalui teknik pengumpulan data seperti angket, wawancara dan penelitian dokumenter. Teknik purposive sampling digunakan sebagai pengambilan sampel pada penelitian ini dengan jumlah responden sebanyak 34 siswa.

²⁵ Gusti Ayu Ketut Puji, Andi Muhammad Aditya, and Sitti Syawaliyah Gismin, “Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Terhadap Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Di Kota Makassar,” *Jurnal Psikologi Karakter* 4, no. 1 (2024): 353–59.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa bagi jurusan komunikasi yang mendapat bimbingan skripsi, keterbukaan diri mahasiswa memberikan dampak positif dalam penyelesaian tugas akhir skripsi. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang ditulis oleh Busro Mahfudin dkk, yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif dan penelitian ini juga membahas tentang *self disclosure*. Perbedaannya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Busro Mahfudin hanya meneliti satu variabel saja yaitu *self disclosure*, sedangkan penelitian ini meneliti tiga variabel.¹

10. Penelitian yang dilakukan oleh Andini R, Betari Karlinda I, Sintya Noviana Utami N dengan judul “ Peranan *Self disclosure* terhadap tres mahasiswa saat kuliah daring di masa pandemic covid-19”. Penelitian ini bertujuan untuk mengamati hubungan antara pengungkapan diri dan stres pada mahasiswa selama perkuliahan berani di masa pandemi Covid-19. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan desain cross sectional pada mahasiswa Universitas. Data dianalisis menggunakan uji regresi linier sederhana. Nilai signifikansi adalah 0,048 ($\alpha < 0,05$) dengan koefisien regresi (B) sebesar 0,311 dan R Square sebesar 0,02. Ini menunjukkan adanya hubungan positif antara pengungkapan diri dan stres, dengan kontribusi 2%. Tingkat stres mahasiswa berada pada kategori sedang (45,6%) dan pengungkapan diri juga pada tingkat sedang (49,2%). Ada hubungan positif antara pengungkapan diri dan stres pada mahasiswa. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Andini R, dkk, adalah sama-sama membahas tentang *self disclosure* dan menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian ini yang dilakukan oleh Andini R dkk, hanya membahas satu variabel saja, dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana, sedangkan penelitian ini

menggunakan tiga variable dan menggunakan analisis regresi linier berganda.²⁶

B. Tinjauan Teori

1. *Self Efficacy*

a. Pengertian *Self Efficacy*

Self-efficacy adalah konsep yang diperkenalkan oleh Albert Bandura dalam teori sosial-kognitif, yang mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas tertentu atau menghadapi situasi tertentu. Bandura menegaskan bahwa *self-efficacy* bukanlah sekadar keyakinan pasif, melainkan kekuatan dinamis yang memengaruhi motivasi, pilihan tindakan, dan ketekunan individu dalam menghadapi berbagai tantangan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki peran yang signifikan dalam berbagai bidang, seperti pendidikan, karier, kesehatan mental, dan pembelajaran daring.¹

Dalam konteks pembelajaran daring, *self-efficacy* berdampak besar pada kinerja akademik. Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki motivasi yang lebih besar, keterlibatan yang lebih aktif, dan pencapaian akademik yang lebih baik dibandingkan mereka dengan *self-efficacy* rendah. Selain itu, strategi pembelajaran berbasis tugas dan pemberian umpan balik konstruktif terbukti dapat meningkatkan *self-efficacy* dalam pembelajaran daring.²⁷

Berdasarkan berbagai faktor yang memengaruhi stres akademik, *self-efficacy* memiliki pengaruh signifikan terhadap stres dengan kontribusi sebesar

²⁶ Ratih Andini, Indiani Diah Betari Karlinda, and Ni Made Sintya Noviana Utami, "Peranan Self Disclosure Terhadap Stres Mahasiswa Saat Kuliah Daring Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP* null (2022): null,.

²⁷ Honicke, T., & Broadbent, J. Pengaruh efikasi diri akademis terhadap prestasi akademis: Tinjauan sistematis. *Tinjauan Penelitian Pendidikan*, (2016): 17 , 63–84.

68%.¹ Angka ini lebih tinggi dibandingkan pengaruh faktor lainnya. Penelitian lain yang membahas hubungan antara *self-efficacy* dan stres akademik menunjukkan adanya korelasi negatif antara kedua variabel tersebut. Artinya, semakin rendah tingkat *self-efficacy*, semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Siregar dan Putri (2019) yang menunjukkan adanya pengaruh dan hubungan negatif antara *self-efficacy* dan stres akademik.²⁸

b. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Self-efficacy memiliki tiga aspek utama, yaitu:

- 1). Level : Sejauh mana seseorang percaya bahwa mereka mampu menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan tertentu.
- 2). Kekuatan (*Strength*): Derajat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya, baik dalam menghadapi situasi yang sederhana maupun kompleks.
- 3). Generalisasi (*Generality*): Tingkat keyakinan yang dapat diterapkan pada berbagai situasi atau konteks yang berbeda (Bandura, 1986).

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

Berbagai penelitian terkini mengungkapkan sejumlah faktor yang memengaruhi *self-efficacy*, di antaranya:

- 1). Pembelajaran Mandiri (*Self-Regulated Learning*): Kemampuan untuk merancang tujuan, memantau perkembangan, dan mengelola proses belajar secara mandiri¹.

²⁸ Ilham Khairi Siregar and Sefni Rama Putri, "Hubungan Self-Efficacy Dan Stres Akademik Mahasiswa," *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan* 6, no. 2 (2020): 91, <https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>.

- 2). Lingkungan Pembelajaran: Dukungan yang diberikan oleh pengajar dan sesama peserta dalam konteks belajar daring dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa.²⁹
- 3). Faktor Demografis: Tingkat *self-efficacy* dapat bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, dan latar belakang budaya seseorang.¹

2. *Self Confidence*

a. Pengertian *Self Confidence*

Self confidence adalah salah satu aspek psikologis yang signifikan dalam kehidupan individu. Hal ini mencakup keyakinan seseorang terhadap kemampuan, pengetahuan, dan keterampilannya dalam menghadapi berbagai situasi, baik yang mudah maupun menantang. Santrock menjelaskan bahwa *self confidence* terbentuk melalui pengalaman positif, dukungan sosial yang memadai, serta kemampuan individu untuk mengatasi tantangan hidup. Proses ini memungkinkan seseorang melihat kesulitan sebagai peluang untuk berkembang, bukan sekadar hambatan yang menakutkan, sehingga mendorong respons yang lebih konstruktif dan adaptif.³⁰

Hurlock menyatakan bahwa *self confidence* tidak hanya berkaitan dengan keberanian untuk bertindak, tetapi juga dengan keyakinan individu terhadap nilai-nilai pribadinya serta kemampuannya untuk mencapai tujuan hidup. *Self confidence* membantu seseorang memahami potensi dirinya, mengelola emosi secara efektif, dan membuat langkah strategis untuk mewujudkan apa yang diinginkannya. Hal ini menjadi sangat penting, karena individu dengan tingkat *self confidence* yang tinggi biasanya memiliki kendali lebih besar terhadap keputusan dan tindakannya, yang pada

²⁹ Cussó-Calabuig, R., Carrera, X., & García-González, A. Enhancing self-efficacy in university students: An educational intervention. *Revista de Psicodidáctica*, (2018): 23(2), 86–93.

³⁰ Santrock, J. W. *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga, (2018).

akhirnya memengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan demikian, kepercayaan diri menjadi dasar utama dalam membangun kehidupan yang produktif dan bermakna.¹

Lautser menjelaskan bahwa *self confidence* merupakan sikap yang mencerminkan keyakinan terhadap kemampuan dan potensi diri, yang memungkinkan seseorang bertindak secara mandiri sesuai dengan keinginannya, namun tetap bertanggung jawab atas apa yang dilakukan. Individu dengan kepercayaan diri cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah, bertindak sopan dalam berinteraksi dengan lingkungannya, memiliki dorongan untuk berprestasi, serta mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya dengan baik.³¹ Sadarjoen (2007) menambahkan bahwa individu dengan tingkat *self confidence* yang tinggi adalah mereka yang memiliki keyakinan kuat dalam melaksanakan suatu tindakan tanpa rasa ragu, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi hambatan.

Menurut Afiatin dan Martaniah, *self confidence* memiliki peran penting dalam membantu individu mengaktualisasikan potensinya. Ketidakmampuan seseorang untuk membangun *self confidence* dapat memunculkan berbagai permasalahan dalam hidupnya. Interaksi antara individu dengan lingkungannya berperan besar dalam membentuk *self confidence*. Kondisi lingkungan psikologis dan sosiologis sangat memengaruhi tingkat *self confidence* seseorang. Lingkungan yang mendukung, seperti suasana demokratis yang ditandai dengan penerimaan, rasa aman, kepercayaan, serta kesempatan untuk menyampaikan ide dan perasaan, dapat meningkatkan *self confidence*. Sebaliknya, lingkungan yang tidak mendukung, yang penuh tuntutan, tidak menghargai pendapat, dan

³¹ Lauster, Peter. "Tes kepribadian (alih bahasa: DH Gulo)." *Edisi Bahasa Indonesia*. Cetakan Ketigabelas. Jakarta: Bumi Aksara (2002).

tidak memberikan ruang untuk berekspresi, cenderung menurunkan *self confidence* individu.¹

b. Aspek aspek *self confidence*

Self confidence merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan dan nilai yang mereka miliki. Berikut adalah beberapa aspek utama yang memengaruhi *self confidence*:

1). Keyakinan pada Diri Sendiri (*Self-Confidence*):

Kemampuan untuk mempercayai diri dalam menghadapi tantangan dan situasi baru. Ini melibatkan keyakinan terhadap kemampuan untuk mencapai tujuan.

2). Kesadaran Diri (*Self-Awareness*):

Pemahaman mendalam tentang kekuatan dan kelemahan diri. Individu dengan kesadaran diri yang baik cenderung lebih percaya diri karena mereka mengetahui batasan dan potensi mereka

3). Resiliensi (*Resilience*):

Kemampuan untuk bangkit dari kegagalan atau menghadapi kesulitan. Individu yang resilien memiliki kepercayaan diri lebih tinggi karena yakin akan kemampuan mereka mengatasi tantangan.

3. *Self disclosure*

a. Pengertian *Self disclosure*

Self disclosure atau pengungkapan diri adalah proses di mana seseorang membagikan informasi pribadi kepada orang lain, baik secara sadar maupun tidak sadar. Informasi ini dapat berupa pengalaman, pemikiran, perasaan, keyakinan, atau rahasia yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain. Jourard menyebutkan bahwa *self-disclosure* adalah langkah awal yang fundamental

dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat karena melibatkan elemen kepercayaan, keterbukaan, dan penerimaan terhadap penilaian.³²

Di era digital yang dikuasai media sosial, cara individu mengungkapkan diri telah berubah signifikan. Menurut Li & Chen konsep ini kini menjadi lebih kompleks, dengan media sosial menyediakan berbagai bentuk ekspresi, seperti teks, gambar, dan video. Penelitian terbaru telah mengidentifikasi berbagai kategori dan faktor yang memengaruhi *self disclosure* di media sosial.¹ Park et al. Membagi pengungkapan diri menjadi dua jenis berdasarkan kedalamannya: superfisial, yang melibatkan informasi umum seperti hobi atau preferensi, dan mendalam, yang mencakup pemikiran serta pengalaman emosional pribadi.³³ Johnson & Lee menambahkan bahwa tingkat keterbukaan ini dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kepribadian, dan faktor eksternal, seperti norma sosial di platform tersebut.¹

Ahmad & Zhang dalam studi longitudinal mereka menemukan bahwa pola *self disclosure* mahasiswa di media sosial dipengaruhi oleh tiga faktor utama. Pertama, persepsi tentang privasi dan keamanan platform, yang memengaruhi rasa aman untuk berbagi informasi. Kedua, tujuan penggunaan media sosial, yang bisa berkisar dari membangun jaringan profesional hingga mencari dukungan emosional. Ketiga, tingkat kenyamanan dalam berinteraksi online, yang berkembang seiring pengalaman penggunaan platform.³⁴ Menurut Altman dan Taylor dalam teori penetrasi sosial, *self-disclosure* berkembang secara bertahap, dimulai dari informasi yang sifatnya umum dan dangkal hingga ke tingkat yang lebih mendalam sesuai dengan peningkatan kepercayaan antara individu.¹

³² Jourard, S. M. *The Transparent Self: A Revised Edition*. New York: Van Nostrand Reinhold, (2021).

³³ Park, S., Thompson, R. J., & Kim, H. Categorizing digital self-disclosure: From superficial sharing to intimate revelations. *Journal of Social Media Studies*, (2024). 12(2), 156-173.

³⁴ Ahmad, S., & Zhang, M. Longitudinal patterns of student self-disclosure on social media platforms: A three-year study. *Journal of Computer-Mediated Communication*, (2024): 29(1), 45-62.

Kim et al.,. Menyoroti pentingnya memahami motivasi di balik *self disclosure* untuk meningkatkan pengalaman berkomunikasi di media sosial. Pemahaman ini dapat membantu individu mengembangkan strategi pengungkapan diri yang lebih efektif sesuai dengan tujuan mereka.³⁵ Taylor & Brown juga menekankan tiga faktor penting untuk menilai keberhasilan *self disclosure* di media sosial: waktu yang tepat, relevansi konten terhadap audiens, dan dampaknya pada hubungan sosial online.¹

Penelitian Wong & Liu menunjukkan bahwa *self disclosure* yang efektif dapat memperkuat kualitas hubungan interpersonal di dunia digital. Mahasiswa yang mampu menjaga keseimbangan antara keterbukaan dan privasi cenderung memiliki pengalaman yang lebih positif dalam membangun dan memelihara hubungan online. Hal ini menekankan pentingnya pengembangan keterampilan *self disclosure* yang sesuai dalam komunikasi digital masa kini.³⁶

Menurut Altman dan Taylor dalam teori penetrasi sosial, *self-disclosure* berkembang secara bertahap, dimulai dari informasi yang sifatnya umum dan dangkal hingga ke tingkat yang lebih mendalam sesuai dengan peningkatan kepercayaan antara individu.¹

b. Dimensi Self-disclosure

Self-disclosure melibatkan beberapa dimensi utama yang menjelaskan kompleksitas proses ini. Derlega et al. (2021) mengidentifikasi lima dimensi berikut:

1). Kedalaman (*Depth*): Tingkat keintiman dari informasi yang dibagikan. Semakin mendalam informasinya, semakin besar risiko emosionalnya.

³⁵ Kim, JY, Park, SH, & Lee, M. Memahami faktor motivasi dalam pengungkapan diri di media sosial: Analisis metode campuran. Jurnal Komunikasi Berbasis Komputer, (2023). 28(3), 234-251.

³⁶ Wong, HC, & Liu, Y. Dampak pengungkapan diri yang seimbang terhadap kualitas hubungan digital di kalangan mahasiswa. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, (2023). 26(4), 267-282.

2). Lebar (*Breadth*): Variasi atau jumlah topik yang diungkapkan. Lebih banyak topik menunjukkan keterbukaan yang lebih luas.

5). Valensi: Sifat informasi yang dibagikan, apakah positif (prestasi) atau negatif (kegagalan).³⁷

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-disclosure*

Self-disclosure dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti:

1). Kepercayaan: Individu lebih cenderung membuka diri kepada orang yang dianggap dapat dipercaya.

2). Norma Sosial: Aturan budaya menentukan apa yang pantas untuk diungkapkan di berbagai situasi.

3). Kepribadian: Karakter seperti ekstroversi dan introversi memengaruhi tingkat *self-disclosure*.

4). Konteks Situasional: Lingkungan dan suasana tertentu dapat memengaruhi kenyamanan seseorang dalam berbagi informasi.¹

d. Manfaat dan Risiko *Self-disclosure*

Adapun Manfaat dari *Self disclosure* sebagai berikut:

1). Meningkatkan Kepercayaan: Berbagi informasi menunjukkan rasa percaya, memperkuat hubungan interpersonal.

2). Meningkatkan Keintiman Emosional: Memperdalam hubungan dengan membangun kedekatan emosional.

3). Mengurangi Stres: Membagikan beban emosional dapat membantu mengurangi tekanan.³⁸

Adapun Risiko dari *Self disclosure* sebagai berikut:

³⁷ Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. T. (2021). *Self-Disclosure in Social Interaction*. Cambridge: Cambridge University Press.

³⁸ Jourard, S. M. (2021). *The Transparent Self: A Revised Edition*. New York: Van Nostrand Reinhold.

- 1). Penyalahgunaan Informasi: Informasi yang dibagikan dapat digunakan secara negatif.
- 2). Rasa Malu atau Penolakan: Tanggapan negatif dapat merusak kepercayaan atau hubungan.¹

Perkembangan teknologi, terutama media sosial, telah mengubah cara *self-disclosure* dilakukan. Mengungkapkan bahwa media sosial sering digunakan untuk membangun citra diri dan mencari validasi. Namun, era digital juga membawa tantangan seperti:

- 1). Risiko Privasi: Informasi pribadi dapat disalahgunakan oleh pihak tertentu.
- 2). Disonansi Emosional: Harapan yang dibangun dari interaksi di media sosial sering kali berbeda dari realitas, yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis.

Self-disclosure dalam konteks digital memerlukan kesadaran terhadap risiko sekaligus pengelolaan yang strategis untuk menjaga keseimbangan antara keterbukaan dan privasi.³⁹

C. Media Sosial

Media sosial merupakan teknologi yang memungkinkan individu untuk saling berinteraksi, bekerja sama, dan bertukar informasi dalam komunitas virtual yang terus berkembang. Nasrullah menyatakan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi berbasis internet tetapi juga mendukung berbagi konten, membangun jejaring, dan mempromosikan kegiatan edukasi serta pengembangan komunitas digital.¹ Kaplan dan Haenlein menyoroti penggunaan teknologi dalam media sosial, yang memungkinkan konten buatan pengguna (*user-generated*

³⁹ Kapidzic, S. Digital Self-Disclosure: Opportunities and Challenges in Social Media. *Media Psychology Journal*, (2021). 13(2), 95-110.

content) menciptakan pengalaman interaktif yang lebih personal dan relevan.⁴⁰ Fuchs juga menekankan peran media sosial dalam membuka akses informasi dan meningkatkan partisipasi masyarakat secara aktif dalam diskusi digital. Media sosial seperti Facebook, Instagram, dan Twitter telah mengubah pola komunikasi masyarakat. Kini, media sosial menjadi elemen penting dalam kehidupan sehari-hari dan berkontribusi besar dalam perkembangan budaya digital, terutama di kalangan generasi muda.¹

D. Keterkaitan Antara Variabel

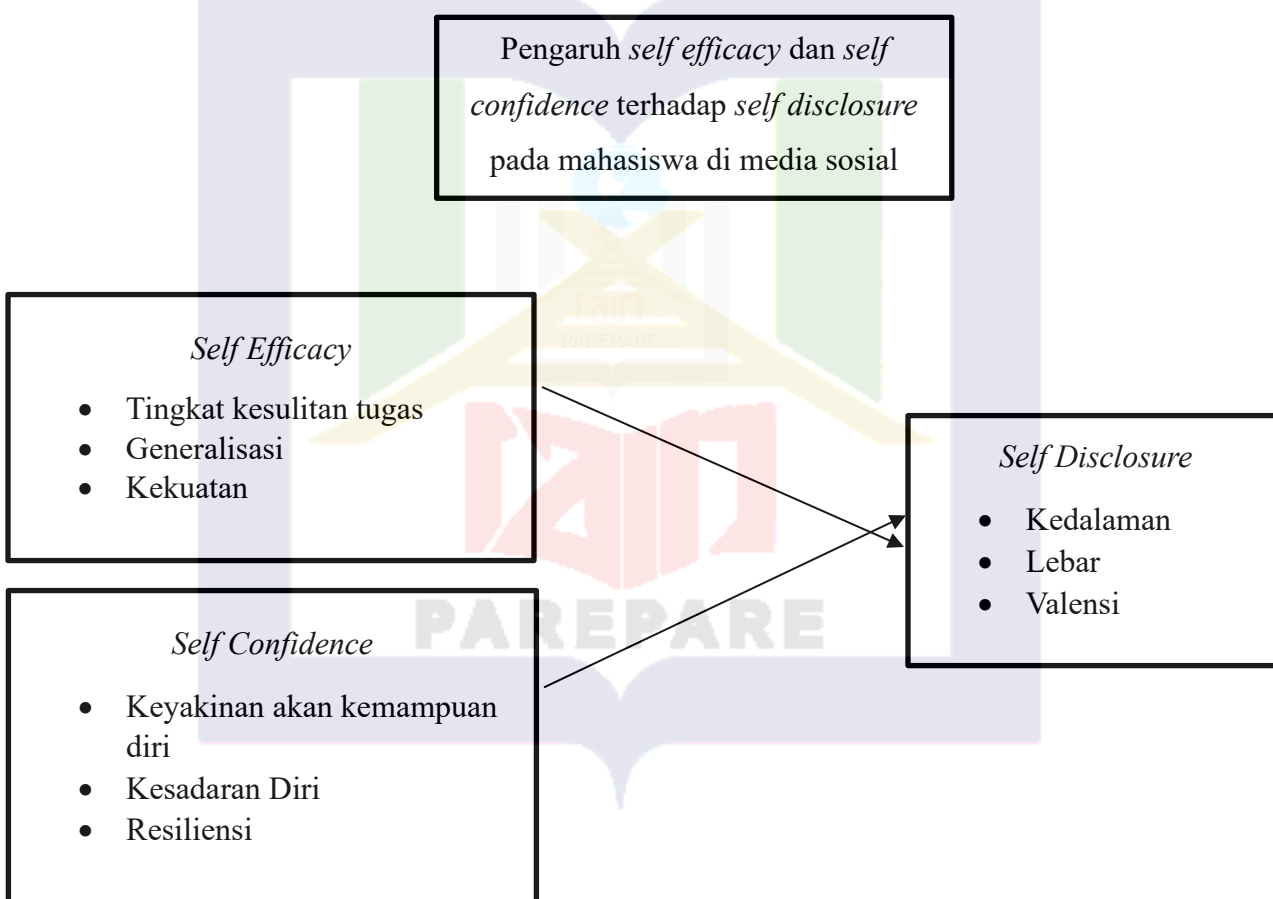
Self efficacy, *self confidence*, dan *Self disclosure* memiliki keterkaitan yang erat dalam konteks interaksi mahasiswa di media sosial. Thompson dan Chen (2022) menyatakan bahwa *Self efficacy* menjadi landasan kepercayaan individu dalam mengekspresikan diri secara daring, yang kemudian memperkuat keyakinan mahasiswa saat berinteraksi di platform digital. Ketika kedua elemen ini saling mendukung, mahasiswa cenderung lebih terbuka di media sosial. *Self efficacy* yang tinggi mencerminkan persepsi positif tentang kemampuan mengendalikan informasi pribadi, sementara kepercayaan diri memberi keberanian untuk mengekspresikan diri.⁴¹ Mahasiswa dengan *Self efficacy* tinggi lebih mampu menilai risiko dan manfaat dari pengungkapan diri di media sosial. *Self confidence* berfungsi sebagai katalis yang mendorong realisasi dari penilaian tersebut dalam bentuk ekspresi diri yang konstruktif. Peningkatan *Self efficacy* dan *self confidence* secara bersamaan mengarah pada pola ekspresi diri yang lebih sehat dan adaptif di lingkungan digital.¹ Kemajuan teknologi digital telah mengubah cara mahasiswa berinteraksi dan mengekspresikan diri di media sosial. Adanya peningkatan besar

⁴⁰ Kaplan, A., & Haenlein, M. *Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media*. Business Horizons. (2018).

⁴¹ Thompson, CM, & Chen, G. Peran efikasi diri dalam pengungkapan diri di media sosial di kalangan mahasiswa. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, (2022). 25(4), 235-242.

dalam penggunaan media sosial di kalangan Mahasiswa, dengan waktu rata-rata pemakaian mencapai 4-6 jam per hari. Di balik tingginya intensitas penggunaan ini, terdapat 65% mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur *Self disclosure* mahasiswa di platform digital, seperti menentukan seberapa banyak informasi yang perlu dibagikan dan bagaimana menampilkan diri secara tepat.⁴²

E. Kerangka Pikir



⁴² Liu, M., & Zhang, Y. Tantangan dalam manajemen pengungkapan diri daring. Jurnal Komunikasi Digital, (2023). 9(1), 45-60.

Keterangan :

Variabel X1 : *Self efficacy* memiliki beberapa aspek yaitu tingkat kesulitan tugas, generalisasi, kekuatan.

Variabel X2 : *Self confidence* memiliki aspek yaitu Keyakinan akan kemampuan diri, Kesadaran Diri, Resiliensi

Variabel Y : *Self disclosure* memiliki aspek yaitu Kedalaman, Lebar , Valensi

F. Hipotesis

Ha₁ : Terdapat pengaruh antara *self efficacy* terhadap *self confidence* mahasiswa

H0₂ : Tidak terdapat pengaruh antara *self efficacy* terhadap *self confidence* mahasiswa

Ha₂ : Terdapat pengaruh antara *self efficacy* terhadap *self disclosure* mahasiswa

H0₂: Tidak terdapat pengaruh antara *self efficacy* terhadap *self disclosure* mahasiswa

Ha₃ : Terdapat pengaruh antara *self confidence* terhadap *self disclosure* mahasiswa

H0₃ : Tidak terdapat pengaruh antara *self confidence* terhadap *self disclosure* mahasiswa

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan oleh Penulis pada Penelitian ini, yaitu kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk mempelajari populasi atau sampel tertentu, di mana teknik pengambilan sampel umumnya dilakukan secara acak. Data dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian, dan analisisnya dilakukan secara statistik atau kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Pendekatan ini menitikberatkan pada pengukuran variabel-variabel yang dapat dinyatakan dalam bentuk angka, sehingga memungkinkan analisis hubungan, perbandingan, atau pengaruh antar variabel secara objektif dan dapat diukur dengan jelas.

Adapun jenis penelitian yang digunakan berdasarkan judul yang diangkat oleh penulis, yaitu penelitian kuantitatif dengan metode regresi linear berganda. Yang bertujuan untuk mengukur pengaruh variabel bebas (*self efficacy* dan *self confidence*) terhadap variabel terikat (*self disclosure*). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui sejauh mana variabel bebas memengaruhi variabel terikat, baik secara simultan maupun parsial.¹

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Berdasarkan dengan judul, penelitian ini akan dilaksanakan di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare pada mahasiswa.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian yang akan peneliti gunakan dalam penelitian ini berlangsung selama 6 bulan.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴³

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif IAIN Parepare yang berjumlah 7.000 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.¹ Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan, yaitu *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Teknik tersebut dilakukan dengan memilih sampel berdasarkan pertimbangan tertentu.

Jumlah sampel pada penelitian ini sebesar 378 responden berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh penulis.

Adapun kriteria yang menjadi pertimbangan penulis dalam menentukan sampel pada penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

- a. Mahasiswa IAIN Parepare yang aktif di media sosial
- b. Berjenis kelamin Laki-laki dan Perempuan
- c. Bersedia berpartisipasi dalam penelitian, termasuk mengisi kuesioner

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung : Alfabeta, 2013).

D. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data

1. Teknik pengumpulan data

Dalam sebuah penelitian teknik instrumen pengumpulan data yang tepat merupakan langkah yang mesti dipikirkan bagi peneliti, dengan memilih metode yang strategis maka peneliti akan memperoleh data yang akurat dan dapat dipertanggung jawabkan. Setiap penelitian tentu menggunakan beberapa teknik, mengenai teknik instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket/kuesioner.

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden.⁴⁴ Adapun skala pengukuran yang digunakan penulis dalam penelitian ini, yaitu skala *likert* dengan 4 opsi jawaban, yang terdiri SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Melalui skala *likert* tersebut diberikan skor 4-1 untuk pernyataan atau pertanyaan *favorable*, sedangkan *unfaforable* skornya 1-4. Untuk lebih jelasnya berikut tabel skala penilaian.

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung : Alfabeta, 2013).

Tabel 3.1 Skala

Pernyataan	<i>Favorable</i>	<i>UnFavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Adapun alasan menggunakan skala *likert* dengan 4 alternatif respond an tidak menggunakan ragu-ragu didasarkan pada alasan yang dikemukakan oleh *De Vellis*, yaitu:

- a. Jawaban ragu-ragu/netral memiliki arti ganda dan subjek akan cenderung memilih jawaban tersebut.
 - b. jawaban ragu-ragu/netral memiliki arti ganda karena jawaban tersebut tidak mewakili setuju atau tidak setuju disebabkan jawaban ragu-ragu/netral tersebut mempunyai cakupan sama besar.
 - c. maksud dari setuju, sangat setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju adalah untuk mengetahui kecenderungan subjek pada satu arah.
2. Teknik pengolahan data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS (*Statistikal Package for the Social Science*). Aplikasi SPSS sebagai program komputer yang berfungsi untuk menganalisis nilai statistika. Aplikasi ini digunakan peneliti dengan tujuan untuk memudahkan peneliti dalam mengelola hasil kuesioner penelitian.

E. Definisi Operasional Variabel

1. Variabel (X1) *Self efficacy*

Self efficacy merupakan konstruksi psikologis mendasar yang menggambarkan keyakinan mendalam seseorang terhadap kemampuan pribadinya untuk mengatasi tantangan, menyelesaikan tugas, dan mencapai tujuan tertentu. Konsep ini merupakan komponen teori kognitif sosial, yang menjelaskan bagaimana pikiran, keyakinan, dan emosi mempengaruhi perilaku manusia secara signifikan.¹

Self efficacy diukur menggunakan skala *self efficacy* yang disusun oleh penulis berdasarkan aspek-aspek dari *self efficacy* teori Bandura yaitu aspek Tingkat Kesulitan tugas, *Generalisasi* dan Kekuatan. Skala *self efficacy* Terdiri dari 30 Item per aspek dan terdapat favorable dan unfavorable.

2. Variabel (X2) *Self Confidence*

Self confidence merupakan Sikap positif individu yang memungkinkannya melakukan penilaian positif terhadap dirinya dan lingkungan/situasi yang dihadapinya. *Self confidence* adalah keadaan psikologis batin yang mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuan, potensi, dan nilai dirinya. Merupakan sikap positif yang memungkinkan seseorang melihat dirinya secara realistis, mampu mewujudkan potensi dirinya, dan berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sekitarnya.

Self confidence diukur menggunakan skala *self confidence* yang disusun oleh penulis berdasarkan aspek-aspek dari *self confidence* yaitu aspek keyakinan pada diri sendiri, kesadaran diri, dan resiliensi. Skala *self confidence* Terdiri dari 30 Item per aspek dan terdapat favorable dan unfavorable.

3. Variabel (Y) *Self disclosure*

Self disclosure merupakan proses berbagi informasi pribadi dengan individu lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian (Derlega et al., Menunjukkan bahwa *Self disclosure* yang dilakukan secara tepat dapat membawa banyak manfaat, seperti memperkuat rasa intimasi dan kepercayaan dalam hubungan, mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis. *Self disclosure* yang

efektif membantu seseorang untuk lebih dipahami dan diterima oleh individu lain, serta mendukung pembentukan hubungan yang lebih dalam dan bermakna.⁴⁵

Self disclosure diukur menggunakan skala *Self disclosure* yang disusun oleh penulis berdasarkan aspek-aspek dari *self disclosure* teori Derlega et al., yaitu Kedalaman, Kuantitas, Valensi. Skala *self disclosure* Terdiri dari 30 Item per aspek dan terdapat *favorable* dan *unfavorable*.

F. Instrumen Penelitian

Pada dasarnya, penelitian adalah proses sistematis untuk menemukan kebenaran tentang suatu masalah dengan menggunakan metode ilmiah. Proses ini melibatkan sejumlah tahapan yang saling terkait, salah satunya adalah pengumpulan data. Tahap ini sangat penting untuk penelitian karena data yang dikumpulkan digunakan untuk menganalisis dan menemukan jawaban atas pertanyaan penelitian. Selama proses ini, alat penelitian menjadi elemen penting yang tidak dapat diabaikan. Instrumen berfungsi sebagai alat ukur untuk mengumpulkan informasi yang relevan dan akurat tentang objek penelitian.

Kualitas data yang dikumpulkan sangat dipengaruhi oleh instrumen yang digunakan. Jika instrumen tidak memenuhi standar keandalan dan validitas, data yang dikumpulkan mungkin tidak mencerminkan keadaan sebenarnya. Oleh karena itu, untuk memastikan keterpercayaan dan ketepatan hasil penelitian, kualitas instrumen penelitian harus dirancang dan diuji dengan cermat.¹

⁴⁵ Lee, S. Y., & Choi, J. Strengthening social bonds through online self-disclosure: Implications for social support and well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, (2020). 37(3), 901-921.

Blue Print *Self efficacy* Sebelum Uji Valid

Variabel	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah item
XI : <i>Self-Efficacy</i>	Tingkat Kesulitan Tugas	Keyakinan diri menghadapi tugas sulit	1,2,3,4	16,17,18,19	8
		Kemampuan menyelesaikan tugas kompleks	5,6,7	20,21,22,23	7
	Generalisasi	Keyakinan menerapkan kemampuan dalam konteks baru	8,7,10,11	24,25,26	7
	Kekuatan	Ketahanan dalam menghadapi hambatan	12,13,14,15	27,28,29,30	8
	Jumlah		15	15	30

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrument Variabel X1

Blue Print *Self efficacy* Sesudah Melakukan Uji Valid

Variabel	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah item
XI : <i>Self-Efficacy</i>	Tingkat Kesulitan Tugas	Keyakinan diri menghadapi tugas sulit	2,3,4	16,17,18,19	7
		Kemampuan menyelesaikan tugas kompleks	5,	20,21,22,23	5
	Generalisasi	Keyakinan menerapkan kemampuan dalam konteks baru	8,7,10,11	24,25,26	7
	Kekuatan	Ketahanan dalam menghadapi hambatan	12,13,14,15	27,28,29,30	8
	Jumlah		11	15	26

Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrument Variable X1 (Valid)

Blue print *Self Confidence*

Variabel	Aspek	Indikator	Favorable	Unfaforabel	Item
<i>X2: Self confidence</i>	Keakinan akan kemampuan diri	Percaya diri dalam berbagai situasi	1,2,3,4,5	16,17,18,19,20	10
	Optimis	Melihat peluang positif dalam setiap keadaan	6,7,8,9,10	21,22,23,24,25	10
	Objektif	Mampu menilai diri secara rasional	11,12,13,14,15	26,27,28,29,30	10
Jumlah			15	15	30

Tabel 3.4 Kiai-Kisi Instrument Variabel X2 (Valid)

Blue Print *Self Disclosure*

	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Item
<i>Y: Self disclosure</i>	Kedalaman	Keterbukaan dalam hal-hal yang bersifat pribadi	1,2,3,4,5	16,17,18,19,20	10
	Kuantitas	Tingkat seberapa sering seseorang mengungkapkan informasi pribadi	6,7,8,9,10	21,22,23,24,25	10
	Valensi	Kecenderungan informasi yang	11,12,13,14,15	26,27,28,29,30	10

		diungkapkan memiliki nada positif atau negatif.			
Jumlah			15	15	30

Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrument Variabel Y (Valid)

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, yang dilakukan dengan cara membahas serta menghitung persentase dari hasil jawaban para responden. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran yang lebih sistematis dan terukur mengenai fenomena yang diteliti. Untuk memperoleh data yang akurat dan mendekati kenyataan atau bersifat objektif, tentu dibutuhkan instrumen atau alat ukur yang valid dan andal. Validitas instrumen sangat penting karena menjadi tolok ukur sejauh mana alat ukur tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Oleh karena itu, sebelum instrumen digunakan untuk pengumpulan data, dilakukan pengujian validitas terlebih dahulu. Dengan demikian, hasil yang diperoleh dari penggunaan instrumen tersebut dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, karena telah memenuhi syarat-syarat keandalan dan objektivitas dalam pengukuran.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu tahapan krusial dalam proses penelitian yang dilakukan setelah seluruh data yang dibutuhkan untuk menjawab permasalahan penelitian berhasil dikumpulkan secara lengkap. Ketepatan dan ketajaman dalam pemilihan serta penerapan alat analisis memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan tingkat keakuratan hasil interpretasi data dan kesimpulan yang diambil. Oleh karena itu, proses analisis data tidak dapat dipandang sebagai aktivitas yang bersifat sekunder atau dapat diabaikan begitu saja. Kesalahan dalam memilih alat analisis yang tepat dapat berdampak serius, karena berpotensi menghasilkan kesimpulan yang menyimpang dari kenyataan dan pada akhirnya dapat mengganggu

validitas penerapan hasil penelitian dalam konteks praktis maupun teoritis. Dalam kaitannya dengan hal tersebut, penguasaan terhadap berbagai teknik analisis data menjadi syarat mutlak bagi setiap peneliti. Pengetahuan dan pemahaman yang memadai mengenai metode analisis tidak hanya akan meningkatkan kualitas hasil penelitian, tetapi juga memastikan bahwa temuan yang dihasilkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam upaya pemecahan masalah serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

1. Uji Validitas

Uji validitas tersebut dilakukan untuk menguji item apakah valid atau tidak valid. Jenis validitas yang digunakan, yaitu uji validitas konstruk, di mana uji tersebut menyangkut terkait kesanggupan alat ukur yang digunakan dalam mengukur pengertian konsep yang akan diukur. Untuk mengetahui valid atau tidaknya item, maka dilihat dari hasil nilai koefisien korelasi *product moment* apakah lebih besar dari R tabel, jika lebih besar maka item tersebut dinyatakan valid. Adapun, dalam uji validitas tersebut digunakan aplikasi *Microsoft Excel* untuk tabulasi data, kemudian diuji melalui aplikasi SPSS versi 26.

1) Uji Validitas Variabel X1 (Self efficacy)

Tabel 3.6 Validitas Instrumen Variabel X1

No	r Tabel	r Hitung	Keterangan
1	0,181	0,529	Valid
2	0,181	0,439	Valid
3	0,181	0,564	Valid
4	0,181	0,504	Valid
5	0,181	0,495	Valid
6	0,181	0,552	Valid
7	0,181	0,576	Valid
8	0,181	0,559	Valid
9	0,181	0,567	Valid
10	0,181	0,523	Valid
11	0,181	0,494	Valid
12	0,181	0,566	Valid

13	0,181	0,645	Valid
14	0,181	0,753	Valid
15	0,181	0,677	Valid
16	0,181	0,780	Valid
17	0,181	0,695	Valid
18	0,181	0,703	Valid
19	0,181	0,678	Valid
20	0,181	0,654	Valid
21	0,181	0,692	Valid
22	0,181	0,736	Valid
23	0,181	0,694	Valid
24	0,181	0,665	Valid
25	0,181	0,695	Valid
26	0,181	0,631	Valid

Berdasarkan data table diatas dapat diketahui bahwa hasil uji validitas instrument angket variabel X1 (Self efficacy) menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai yang signifikan dengan total skor ($r_{hitung} > r_{tabel}$) pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian, seluruh 26 item angket dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

2) Uji Validitas Variabel X2 (Self confidence)

Tabel 3.7 Validitas Instrumen Variabel X2

No	r Tabel	r Hitung	Keterangan
1	0,181	0,583	Valid
2	0,181	0,637	Valid
3	0,181	0,579	Valid
4	0,181	0,601	Valid
5	0,181	0,541	Valid
6	0,181	0,562	Valid
7	0,181	0,638	Valid
8	0,181	0,613	Valid
9	0,181	0,603	Valid
10	0,181	0,636	Valid

11	0,181	0,597	Valid
12	0,181	0,529	Valid
13	0,181	0,641	Valid
14	0,181	0,566	Valid
15	0,181	0,642	Valid
16	0,181	0,706	Valid
17	0,181	0,708	Valid
18	0,181	0,690	Valid
19	0,181	0,733	Valid
20	0,181	0,658	Valid
21	0,181	0,733	Valid
22	0,181	0,696	Valid
23	0,181	0,685	Valid
24	0,181	0,758	Valid
25	0,181	0,751	Valid
26	0,181	0,613	Valid
27	0,181	0,634	Valid
28	0,181	0,704	Valid
29	0,181	0,690	Valid
30	0,181	0,637	Valid

Berdasarkan data table diatas dapat diketahui bahwa hasil uji validitas instrument angket variabel X2 (Self confidence) menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai yang signifikan dengan total skor ($r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$) pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian, seluruh 30 item angket dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

3) Uji Validitas Variabel Y (*Self disclosure*)

Tabel 3.8 Validitas Instrumen Variabel Y

No	r Tabel	r Hitung	Keterangan
1	0,181	0,627	Valid
2	0,181	0,722	Valid
3	0,181	0,766	Valid
4	0,181	0,536	Valid

5	0,181	0,827	Valid
6	0,181	0,811	Valid
7	0,181	0,800	Valid
8	0,181	0,720	Valid
9	0,181	0,819	Valid
10	0,181	0,610	Valid
11	0,181	0,683	Valid
12	0,181	0,521	Valid
13	0,181	0,667	Valid
14	0,181	0,715	Valid
15	0,181	0,711	Valid
16	0,181	0,795	Valid
17	0,181	0,803	Valid
18	0,181	0,764	Valid
19	0,181	0,823	Valid
20	0,181	0,782	Valid
21	0,181	0,817	Valid
22	0,181	0,819	Valid
23	0,181	0,826	Valid
24	0,181	0,846	Valid
25	0,181	0,838	Valid
26	0,181	0,789	Valid
27	0,181	0,833	Valid
28	0,181	0,758	Valid
29	0,181	0,778	Valid
30	0,181	0,801	Valid

Berdasarkan data table diatas dapat diketahui bahwa hasil uji validitas instrument angket variabel Y (*Self disclosure*) menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai yang signifikan dengan total skor ($r_{hitung} > r_{tabel}$) pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian, seluruh 30 item angket dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas

Uji reabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kekonsistenan alat ukur yang digunakan. Metode uji reliabilitas yang digunakan, yaitu *internal consistency*, di mana metode tersebut merupakan pengujian alat ukur yang dilakukan hanya sekali, kemudian data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan teknik tertentu. Adapun, teknik yang digunakan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah teknik *alpha cronbach*, di mana kriteria alat ukur dikatakan *reliable* apabila koefisien reliabilitas $> 0,6$.

1) Uji Reliabilitas Variabel X1 (Self efficacy)

Tabel 3.9 Uji Reliabilitas Instrumen

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	118	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	118	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada variabel X1 (Self Efficacy) melalui analisis Case Processing Summary, diketahui bahwa jumlah data yang digunakan sebanyak 118 responden (100%). Hal ini berarti seluruh data kuesioner yang telah dikumpulkan dari responden dapat diolah lebih lanjut tanpa ada satupun data yang terbuang atau dikeluarkan (excluded = 0). Dengan kata lain, kualitas data yang diperoleh sangat baik karena tidak terdapat data yang hilang atau tidak lengkap.

Tabel 3.10 Reliability Statistics Instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.947	26

Sumber : Data diolah dengan SPSS 26

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada tabel Reliability Statistics untuk variabel X1 (Self Efficacy), diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,947 dengan jumlah item pernyataan sebanyak 26 butir.

Menurut kriteria reliabilitas, suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $> 0,60$. Nilai 0,947 menunjukkan bahwa instrumen penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Artinya, butir-butir pernyataan dalam variabel *Self efficacy* konsisten dan dapat diandalkan sebagai alat ukur dalam penelitian.

Dengan demikian, instrumen variabel X1 (Self Efficacy) dalam penelitian berjudul "Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* terhadap *Self disclosure* pada Mahasiswa di Media Sosial" dinyatakan reliabel dan layak digunakan pada tahap analisis lebih lanjut.

2) Uji Reliabilitas Variabel X2 (Self confidence)

Tabel 3.11 Uji Reliabilitas Instrumen

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	118	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	118	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Berdasarkan tabel Case Processing Summary di atas, dapat diketahui bahwa jumlah data yang digunakan untuk uji reliabilitas variabel X2 (Self Confidence) adalah sebanyak 118 responden dengan persentase 100% valid. Tidak ada data yang dikeluarkan (excluded = 0), sehingga seluruh kuesioner yang telah terkumpul dapat diproses dalam analisis reliabilitas.

Hal ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian variabel *Self confidence* memiliki kualitas data yang baik, karena tidak terdapat responden dengan data hilang atau tidak lengkap. Dengan demikian, tahap uji reliabilitas dapat dilakukan secara menyeluruh terhadap seluruh data responden yang terlibat dalam penelitian.

Tabel 3.12 Reliability Statistics Instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.958	30

Sumber : Data diolah dengan SPSS 26

Hasil uji reliabilitas pada tabel Reliability Statistics menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,958 dengan jumlah item pernyataan sebanyak 30 butir.

Dengan nilai 0,958, maka instrumen variabel *Self confidence* berada pada kategori sangat tinggi. Artinya, setiap butir pernyataan dalam kuesioner variabel *Self confidence* memiliki konsistensi internal yang sangat kuat. Instrumen ini dapat diandalkan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri mahasiswa secara konsisten dan stabil.

3) Uji Reliabilitas Variabel Y (*Self disclosure*)

Tabel 3.13 Uji Reliabilitas Instrumen

Case Processing Summary		N	%
Cases	Valid	118	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	118	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Berdasarkan tabel Case Processing Summary, diketahui bahwa jumlah data yang digunakan dalam uji reliabilitas untuk variabel Y (*Self disclosure*) adalah

sebanyak 118 responden dengan persentase 100% valid. Tidak ada data responden yang dikeluarkan (excluded = 0), sehingga seluruh data yang diperoleh dapat diproses dalam pengujian reliabilitas.

Hasil ini menunjukkan bahwa data penelitian yang digunakan pada variabel *Self disclosure* sudah lengkap dan layak diolah tanpa ada kendala data hilang atau tidak valid. Dengan demikian, instrumen penelitian untuk variabel Y (*Self disclosure*) dapat diuji reliabilitasnya secara menyeluruh menggunakan seluruh data yang ada.

Tabel 3.14 Reliability Statistics Instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.977	30

Sumber : Data diolah dengan SPSS 26

Berdasarkan tabel Reliability Statistics, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,977 dengan jumlah item pernyataan sebanyak 30 butir.

Menurut kriteria reliabilitas, suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60. Nilai reliabilitas 0,977 menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat tinggi, karena berada pada kategori $> 0,81$. Hal ini mengindikasikan bahwa butir-butir pernyataan pada variabel *Self disclosure* memiliki konsistensi internal yang sangat kuat dan mampu mengukur konsep yang sama secara konsisten.

G. Analisis Statistik Deskriptif

Teknik analisis deskriptif adalah metode analisis yang digunakan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian secara tunggal. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan distribusi frekuensi, nilai rata-rata, dan simpangan baku guna memberikan gambaran umum mengenai sebaran dan kecenderungan data.

1. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik adalah serangkaian pengujian statistik yang dilakukan sebelum menjalankan analisis regresi linier berganda. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa model regresi yang digunakan memenuhi syarat agar hasil estimasi tidak bias, efisien, dan konsisten. Dalam regresi linier berganda, terdapat beberapa asumsi klasik yang harus dipenuhi. Berikut adalah pembagian uji asumsi klasik dan penjelasannya:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji kenormalan distribusi data. Untuk pengujian data normalitas terdapat dua cara yang biasa digunakan pada penelitian, yaitu *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro Wilk*. Adapun, uji normalitas yang akan digunakan oleh penulis, yaitu *Shapiro Wilk*. Alasannya karena *Shapiro Wilk* lebih efektif digunakan untuk pengujian dengan jumlah sampel yang lebih sedikit dibandingkan dengan uji normalitas menggunakan jenis *Kolmogorov-Smirnov*. Kriteria pengujian normalitas tersebut dilihat dari apabila nilai signifikan $> 0,05$ maka data tersebut dianggap berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinearitas

Untuk menguji apakah terdapat korelasi tinggi antara variabel independen dalam model regresi. Multikolinearitas menyebabkan estimasi regresi menjadi tidak stabil dan sulit untuk menginterpretasikan pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

c. Uji Heteroskedastisitas

Untuk menguji apakah varians residual berbeda-beda (tidak konstan) dalam model regresi. Jika varians residual tidak konstan, maka terjadi heteroskedastisitas, yang dapat menyebabkan hasil regresi menjadi tidak efisien.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan salah satu syarat untuk pengujian hipotesis. Uji linearitas tersebut dilakukan guna mengetahui apakah data yang diperoleh merupakan

data linear atau tidak. Untuk mengetahuinya dapat dilihat apabila nilai signifikan $< 0,05$ maka data tersebut tidak linear, tapi jika sebaliknya nilai signifikan $> 0,05$ maka data dikatakan linear.

3. Uji Hipotesis

Uji pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat digunakan jenis uji regresi linear berganda, di mana uji regresi linear berganda tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari variabel X_1 *self efficacy* terhadap *self disclosure*, apakah terdapat Variabel X_2 *self confidence* terhadap *self disclosure*, apakah terdapat pengaruh *self efficacy* dan *self confidence* terhadap *self disclosure* Cara mengetahuinya yaitu:

- 1). Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka H_{a1} dan H_{a2} diterima atau terdapat pengaruh.
- 2) Jika nilai signifikan $> 0,05$ maka H_{01} dan H_{02} ditolak atau tidak terdapat pengaruh.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1) Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif di Institut Agama Islam Negeri Parepare (IAIN). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrument berupa kuesioner yang disebarakan selama periode juni hingga juli 2025. Proses penyebaran dilakukan melalui metode secara daring menggunakan platform Google Form. Total distribusi kuesioner mencapai 118 responden. Dari data yang berhasil dikumpulkan, diperoleh informasi profil responden yang mencakup nama, usia, jenis kelamin, serta semester responden tersebut. Informasi ini turut menjadi dasar dalam menelaah keterkaitan antara tingkat *self efficacy*, *self confidence*, dan *self disclosure* pada mahasiswa.

Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-Laki	17	14,5 %
Perempuan	101	85,5 %
Total	118	100%

Sumber : Data primer diolah Google form 2025

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 101 orang (85,5%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 17 orang (14,5%).

Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Persentase
18 Tahun	3	2,5 %
19 Tahun	5	4,2 %
20 Tahun	10	8,4 %
21 Tahun	26	22,4 %
22 Tahun	44	37,2 %
23 Tahun	20	16,9 %
24 Tahun	9	7,6 %
27 Tahun	1	0,8 %
Total	118	100%

Sumber : Data primer diolah Google form 2025

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden berada pada usia 22 tahun yaitu sebanyak 44 orang (37,2%). Selanjutnya responden berusia 21 tahun sebanyak 26 orang (22,4%) dan berusia 23 tahun sebanyak 20 orang (16,9%). Sementara itu, responden dengan jumlah paling sedikit adalah yang berusia 27 tahun yaitu hanya 1 orang (0,8%).

Distribusi usia tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian berada pada rentang usia dewasa awal (18–24 tahun), yang umumnya merupakan masa peralihan menuju kemandirian, baik secara akademik maupun sosial. Pada tahap perkembangan ini, individu cenderung sedang membangun kepercayaan diri (*self confidence*) dan keyakinan terhadap kemampuan diri (*self efficacy*), yang kemudian berpengaruh terhadap keterbukaan diri (*self disclosure*) dalam lingkungan sosial dan akademik.

Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan semester

Semester	Jumlah	Persentase
2	10	8,5 %
4	6	5,1 %
6	16	13,6 %
8	86	72,9 %
Total	118	100%

Sumber : Data primer diolah Google form 2025

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berada pada semester 8 yaitu sebanyak 86 orang (72,9%). Selanjutnya responden semester 6 berjumlah 16 orang (13,6%), semester 2 berjumlah 10 orang (8,5%), dan yang paling sedikit adalah responden semester 4 yaitu sebanyak 6 orang (5,1%).

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian berada pada tahap akhir perkuliahan. Kondisi ini cukup relevan dengan penelitian mengenai self efficacy, self confidence, dan *self disclosure*, karena mahasiswa di semester akhir umumnya telah memiliki pengalaman akademik, sosial, serta emosional yang lebih matang dibandingkan mahasiswa di semester awal. Dengan demikian, tingkat keterbukaan diri (*self disclosure*) dapat lebih terlihat seiring meningkatnya rasa percaya diri dan keyakinan terhadap kemampuan diri (self efficacy).

2) Deskripsi statistik variabel penelitian

Deskripsi statistik digunakan untuk menunjukkan jumlah data (N) yang digunakan dalam penelitian ini serta dapat menunjukkan nilai rata-rata (mean) dari masing-masing variabel. Olah data data deskripsi statistik variabel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 26 dan hasilnya sebagai berikut:

a. Deskripsi variabel *self efficacy*

Pada variabel *self efficacy* (X1) terhadap *self disclosure*, terdapat sejumlah item sebanyak 26 pernyataan yang diberikan kepada responden dan dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.4 Hasil uji deskripsi variabel *self efficacy*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self Efficacy	118	48	104	81.97	14.423
Valid N (listwise)	118				

Sumber : Data diolah oleh IBM SPSS 26

Berdasarkan statistik deskriptif diatas dapat dilihat bahwa jawaban responden sebesar 118 orang responden. Untuk variabel *self efficacy* ini menunjukkan nilai dari standar deviasi variabel pengetahuan sebesar 14,423 lebih kecil dari rata-rata mean sebesar 81,97 dan dapat dinyatakan normal.

b. Deskripsi variabel *self confidence*

Pada variabel *self confidence* (X2) terdapat sejumlah 30 item pernyataan yang diberikan terhadap responden dan dapat dilihat pada table berikut :

Tabel 4.5 Hasil uji deskripsi variabel *self confidence*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self Confidence	118	44	120	93.97	18.231
Valid N (listwise)	118				

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan statistik deskriptif diatas dapat dilihat bahwa jawaban responden sebesar 118 orang responden. Untuk variabel *self confidence* ini menunjukkan nilai dari standar deviasi variabel pengetahuan sebesar 18,231 lebih kecil dari rata-rata mean sebesar 93,97 dan dapat dinyatakan normal.

c. Deskripsi variabel *self disclosure*

Pada variabel *self disclosure* (Y) terdapat sejumlah 30 item pernyataan yang diberikan terhadap responden dan dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 4.6 Hasil uji deskripsi variabel *self disclosure*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Self disclosure</i>	118	36	120	80.08	26.364
Valid N (listwise)	118				

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan statistik deskriptif diatas dapat dilihat bahwa jawaban responden sebesar 118 orang responden. Untuk variabel *self disclosure* ini menunjukkan nilai dari standar deviasi variabel pengetahuan sebesar 26,364 lebih kecil dari rata-rata mean sebesar 80,08 dan dapat dinyatakan normal.

3) Hasil Analisis Deskriptif Variabel

- Variabel *Self efficacy* (X1)

Variabel	Kategori	Rentan Skor	Jumlah Responden	Persentase (%)
<i>Self efficacy</i> (X1)	Rendah	26-52	4	3,4%
	Sedang	>52-78	33	28,0%
	Tinggi	> 78-104	81	68,6%
	Total		118	100%

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel *self efficacy* yang diukur melalui 26 item pernyataan dengan rentang skor teoritis antara 26 sampai 104, diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden berada pada kategori tinggi. Berdasarkan perhitungan, sebanyak 81 responden (68,6%) memiliki *self efficacy* tinggi, 33 responden (28,0%) berada pada kategori sedang, dan hanya 4 responden (3,4%) berada pada kategori rendah.

Tingginya tingkat *self efficacy* menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri mereka untuk mengelola, mengontrol, serta menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi, termasuk dalam konteks penggunaan media sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa kepercayaan mahasiswa terhadap kompetensi pribadi mereka cukup baik, sehingga dapat memengaruhi cara mereka berperilaku dan berinteraksi secara positif di media sosial.

- Variabel *Self confidence* (X2)

Variabel	Kategori	Rentan Skor	Jumlah Responden	Persentase (%)
Self Confidence(X2)	Rendah	30-60	5	4,2%
	Sedang	>60-90	29	24,6%
	Tinggi	>90-120	84	71,2%
	Total		118	100%

Variabel *self confidence* diukur menggunakan 30 item pernyataan dengan skor teoritis minimum 30 dan maksimum 120. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh bahwa 84 responden (71,2%) memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, 29 responden (24,6%) berada pada kategori sedang, dan 5 responden (4,2%) termasuk dalam kategori rendah.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki rasa percaya diri yang baik dalam mengekspresikan diri dan bersosialisasi, baik di lingkungan nyata maupun media sosial. Tingginya *self confidence* ini dapat menjadi faktor penting yang mendorong individu untuk lebih terbuka dan berani dalam mengungkapkan pikiran serta perasaan mereka di hadapan orang lain.

- Variabel *Self disclosure* (Y)

Variabel	Kategori	Rentan Skor	Jumlah Responden	Persentase (%)
Self disclosure (Y)	Rendah	30-60	9	7,6%
	Sedang	>60-90	35	29,7%
	Tinggi	>90-120	74	62,7%
	Total		118	100%

Variabel *self disclosure* diukur dengan 30 item pernyataan menggunakan skala Likert 1–4, dengan rentang skor teoritis 30–120. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh bahwa 74 responden (62,7%) termasuk dalam kategori tinggi, 35 responden (29,7%) berada pada kategori sedang, dan 9 responden (7,6%) berada pada kategori rendah.

B. Pengujian persyaratan Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik adalah serangkaian pengujian statistik yang dilakukan sebelum menjalankan analisis regresi linear berganda. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa model regresi yang digunakan memenuhi syarat agar hasil estimasi

tidak bias, efisien, dan konsisten. Dalam regresi linier berganda, terdapat beberapa asumsi klasik yang harus dipenuhi.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dari masing-masing variabel berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan metode Kolmogorov–Smirnov melalui bantuan program SPSS Statistics 26 for Windows.

Adapun hasil pengujian normalitas adalah sebagai berikut:

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X1	.093	118	.014	.959	118	.001
X2	.077	118	.085	.961	118	.002
Y	.107	118	.002	.932	118	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan *Shapiro-Wilk* pada variabel *Self efficacy* (X1), *Self Confidence* (X2), dan *Self Disclosure* (Y) diperoleh nilai signifikan (Sig.) untuk semua variabel > 0,05 pada uji *Shapiro-Wilk*, yaitu masing-masing sebesar 0,001 untuk *self efficacy*, 0,002 untuk *self confidence* dan 0,000 untuk nilai *self disclosure*. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa data terdistribusi normal karena nilai sig. > 0,05.

b. Uji Multikolineritas

Coefficients ^a			
Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	X1	.279	3.584
	X2	.279	3.584

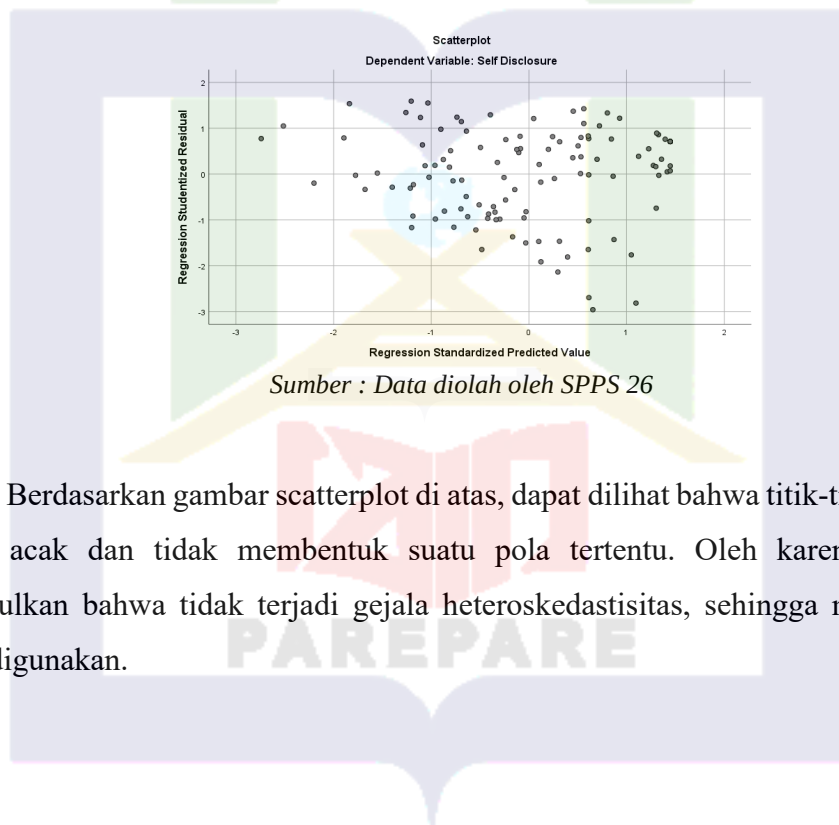
a. Dependent Variable: Y

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa variabel *Self efficacy* (X1) memiliki nilai tolerance sebesar 0,279 ($> 0,10$) dan nilai VIF sebesar 3,584 (< 10). Demikian pula pada variabel *Self confidence* (X2) yang juga memiliki nilai tolerance sebesar 0,279 ($> 0,10$) dan nilai VIF sebesar 3,584 (< 10). Dengan demikian, kedua variabel independen (X1 dan X2) memenuhi kriteria uji multikolinearitas, artinya tidak terjadi gejala multikolinearitas dalam model regresi. Oleh karena itu, model regresi dalam penelitian ini layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

c. Uji Heteroskedastisitas

Gambar 4.1 Scatterplot Uji Heteroskedastisitas



Berdasarkan gambar scatterplot di atas, dapat dilihat bahwa titik-titik menyebar secara acak dan tidak membentuk suatu pola tertentu. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas, sehingga model regresi dapat digunakan.

2. Uji Linearitas

a. Uji Regresi Linear Berganda

Coefficients ^a								
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	-16.047	10.239		-1.567	.120		
	Self Efficacy	.082	.232	.045	.355	.723	.279	3.584
	Self Confidence	.951	.183	.658	5.192	.000	.279	3.584

a. Dependent Variable: *Self disclosure*

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan tabel di atas hasil analisis regresi linear berganda dengan menggunakan bantuan SPSS versi 26 maka diperoleh persamaan regresi linear berganda sebagai berikut:

$$Y = -16.047 + 0.232X_1 + 0.951X_2$$

Nilai konstanta yang diperoleh sebesar -16.047, maka dapat diartikan jika variabel *self efficacy* (X1) dan *self confidence* (X2) bernilai 0 maka variabel *self disclosure* (Y) bernilai -16.047.

Nilai koefisien regresi variabel X1 (*self efficacy*) bernilai 0.232, maka dapat diartikan jika terjadi peningkatan satu unit pada *self efficacy*, maka akan meningkatkan nilai *self disclosure* sebesar 0.232.

Nilai koefisien regresi variabel X2 (*self confidence*) bernilai 0.951, maka dapat diartikan jika terjadi peningkatan satu unit pada *self confidence*, maka akan meningkatkan nilai *self disclosure* sebesar 0.951.

b. Uji Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R) bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independent menjelaskan variabel dependennya dalam satu model regresi.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.696 ^a	.485	.476	19.085

a. Predictors: (Constant), Self Confidence, Self Efficacy

b. Dependent Variable: *Self disclosure*

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan hasil uji pada tabel Model Summary diperoleh nilai R Square sebesar 0.485 yang berarti bahwa sebesar 48,5% variabel *self disclosure* dapat dijelaskan oleh variabel *self efficacy* (X1) dan *self confidence* (X2). Sementara sisanya yaitu 51,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini:

c. Uji Hipotesis

a. Uji F (Simultan)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	39439.156	2	19719.578	54.141	.000 ^b
	Residual	41885.996	115	364.226		
	Total	81325.153	117			

a. Dependent Variable: *Self disclosure*

b. Predictors: (Constant), Self Confidence, Self Efficacy

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan hasil uji F pada tabel ANOVA diperoleh nilai Fhitung sebesar 54.141 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000. Karena nilai signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa model regresi yang dibentuk layak digunakan. Artinya, variabel independen yaitu *self efficacy* (X_1) dan *self confidence* (X_2) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen yaitu *self disclosure* (Y).

b. Uji T (Parsial)

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta	t		Tolerance	VIF	
1	(Constant)	-16.047	10.239		-1.567	.120		
	Self Efficacy	.082	.232	.045	.355	.723	.279	3.584
	Self Confidence	.951	.183	.658	5.192	.000	.279	3.584

a. Dependent Variable: *Self disclosure*

Sumber : Data diolah oleh SPSS 26

Berdasarkan hasil uji t pada tabel Coefficients diperoleh nilai signifikansi variabel *self efficacy* (X_1) sebesar 0.723 lebih besar dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa *self efficacy* tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel *self disclosure* (Y). Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa *self efficacy* berpengaruh terhadap *self disclosure* ditolak. Sedangkan pada variabel *self confidence* (X_2) diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 lebih kecil dari 0.05 dengan nilai t hitung sebesar 5.192. Hal ini berarti *self confidence* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self disclosure* (Y). Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa *self confidence* berpengaruh terhadap *self disclosure* diterima.

Hasil ini menunjukkan bahwa dari kedua variabel independen, *self confidence* memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial dibandingkan dengan *self efficacy*.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran angket kepada para responden. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian regresi linear berganda yang terdiri dari variabel X1, X2 dan Y, dimana variabel X1 yaitu *self efficacy*, variabel X2 yaitu *self confidence* dan variabel Y yaitu *self disclosure*. Adapun jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 118 orang yang telah memenuhi kriteria responden penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan *self confidence* terhadap *self disclosure* pada mahasiswa di media sosial. Untuk menganalisis data yang telah terkumpul, peneliti menggunakan program SPSS sebagai alat bantu statistik. Adapun hasil yang diperoleh dari analisis tersebut akan dipaparkan dan dibahas pada bagian berikut ini.

1. Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* terhadap *Self disclosure*

Menurut hasil uji regresi linear berganda di peroleh nilai F hitung adalah 54,141, dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan benar-benar penting. *Self disclosure* (Y) mahasiswa di media sosial dipengaruhi oleh *self efficacy* (X1) dan *self confidence* (X2). Menggabungkan kedua variabel psikologis ini, artinya, dapat menjelaskan perbedaan dalam keterbukaan diri mahasiswa. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor internal sangat penting dalam menentukan apakah seseorang berani berkomunikasi secara digital.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa hipotesis simultan diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan secara bersama-sama antara *self efficacy* dan *self confidence* mahasiswa terhadap *self disclosure*. Oleh karena itu, kedua variabel bebas

ini dapat berfungsi sebagai prediktor penting untuk menentukan perilaku *self disclosure* di media sosial.

Dengan demikian, temuan penelitian ini dapat ditafsirkan sebagai bahwa mahasiswa yang memiliki *self confidence* dan *self efficacy* yang tinggi akan lebih mudah mengungkapkan informasi pribadi mereka di media sosial. Kondisi psikologis yang mendukung *self disclosure* adalah kombinasi antara keyakinan pada kemampuan diri dan keberanian untuk berbicara. Hal ini sejalan dengan pendapat Jourard, yang menyatakan bahwa pengungkapan diri adalah fungsi dari penerimaan diri dan keyakinan diri.

2. Pengaruh *Self efficacy* terhadap *Self disclosure* (Parsial)

Berdasarkan hasil uji parsial, variabel *self efficacy* (X1) memiliki nilai signifikansi sebesar $0,723 > 0,05$, sehingga hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh *self efficacy* terhadap *self disclosure* ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka tidak berpengaruh terhadap tingkat keterbukaan mereka di media sosial. Dengan kata lain, meskipun mahasiswa merasa yakin dengan kemampuan mereka di lingkungannya, hal ini tidak segera mendorong mereka untuk berbagi informasi digital secara terbuka. Temuan ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara keyakinan pada kemampuan diri dan keberanian untuk tampil di media sosial.

Adanya faktor luar yang memengaruhi keterbukaan mahasiswa dapat menjelaskan kurangnya pengaruh *self efficacy*. Media sosial berbeda dari interaksi tatap muka karena penilaian negatif, komentar dari orang lain, dan risiko menyebarkan informasi pribadi. *Self efficacy* berdampak pada motivasi dan prestasi seseorang, tetapi tidak cukup kuat dalam konteks keterbukaan diri di media sosial, menurut Zimmerman. Mahasiswa yang sangat efektif mungkin menahan diri untuk tidak menceritakan diri mereka sendiri karena berbagai alasan.

Selain faktor-faktor yang datang dari luar, norma sosial dan budaya juga memainkan peran yang signifikan dalam menjelaskan mengapa *self efficacy* sendiri tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self disclosure*. Sebagian besar

mahasiswa Indonesia dibesarkan dalam lingkungan kolektifis, yang seringkali menganggap keterbukaan informasi pribadi sebagai sesuatu yang harus dibatasi (Hofstede). Hal ini dapat menyebabkan mahasiswa meskipun sangat efektif, memilih untuk menjaga privasi dan tidak terbuka secara penuh di media sosial. Oleh karena itu, dapat dipahami bahwa *self efficacy* lebih mempengaruhi pengaturan internal, tetapi tidak secara langsung meningkatkan *self disclosure* saat orang berada di bawah tekanan norma sosial.

Hasil penelitian ini berbeda dengan temuan Ati' Mahsunah, Musbikhin, & Muhimmatul Hasanah yang menemukan bahwa *self efficacy* berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Namun, penelitian tersebut dilakukan dalam konteks akademik dengan fokus pada pencapaian belajar, bukan keterbukaan diri di media sosial. Perbedaan konteks ini dapat menjelaskan mengapa *self efficacy* tidak signifikan dalam penelitian ini.⁴⁶ Sementara itu, penelitian Syintya Eka Putri dkk. Menunjukkan bahwa *self efficacy* lebih berhubungan dengan tingkat stres mahasiswa, bukan dengan *self disclosure*. Hal ini memperkuat bahwa *self efficacy* berperan lebih besar pada aspek motivasi internal dan manajemen diri dibandingkan pada aspek keterbukaan sosial.¹

Self efficacy diakui sebagai faktor penting yang memengaruhi perilaku, menurut teori Bandura. Namun, Bandura juga menyatakan bahwa interaksi dengan lingkungan sosial juga memengaruhi perilaku manusia. Meskipun mahasiswa dalam penelitian ini sangat efektif secara pribadi, pengaruh sosial seperti stigma, kritik negatif, dan norma masyarakat dapat menghalangi keterbukaan mereka. Oleh karena itu, ketidakpentingan pengaruh *self efficacy* sendiri terhadap self-disclosure dapat dianggap sebagai akibat dari interaksi kompleks antara elemen internal dan eksternal.

Fenomena ini sejalan dengan kenyataan bahwa mahasiswa menggunakan media sosial. Banyak mahasiswa menggunakan media sosial untuk berbagi hiburan

⁴⁶ Ati' Mahsunah, Musbikhin, & Muhimmatul Hasanah. (2018). Self Efficacy dan Kepercayaan Diri Siswa. Jurnal Bimbingan Konseling.

atau informasi umum dari pada membuka diri. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi tidak otomatis lebih terbuka. Sebaliknya, mereka lebih sering menggunakannya sebagai tempat yang aman untuk menjaga privasi mereka. Hasil menunjukkan bahwa *self confidence* lebih penting daripada *self efficacy* pada kemampuan diri dalam memengaruhi keterbukaan media sosial siswa di era digital.

3. Pengaruh *Self confidence* terhadap *Self disclosure*

Hasil analisis statistik parsial menunjukkan bahwa variabel *self confidence* (X2) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial. Nilai thitung = 5,192 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Artinya, mahasiswa yang memiliki *self confidence* tinggi lebih cenderung terbuka daripada mahasiswa yang memiliki *self confidence* rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa *self disclosure* lebih dipengaruhi oleh *self confidence* daripada *self efficacy*. Mahasiswa yang percaya diri tidak hanya memiliki keberanian untuk berbicara tentang hal-hal umum, tetapi mereka juga lebih siap untuk berbagi pengalaman pribadi, perasaan, dan perspektif hidup mereka di ruang digital. Fakta ini menunjukkan bahwa *self confidence* adalah modal psikologis penting dalam membangun keterbukaan mahasiswa, terutama di lingkungan media sosial yang penuh dengan interaksi terbuka.

Self confidence dapat dipahami sebagai sikap positif individu yang bersumber dari keyakinan terhadap nilai, potensi, dan kemampuan dirinya. Menurut Santrock, rasa percaya diri memungkinkan seseorang mengatasi rasa takut, kecemasan, dan keraguan yang sering menjadi penghalang komunikasi. Dalam konteks mahasiswa, rasa percaya diri tidak hanya memengaruhi interaksi tatap muka, tetapi juga menentukan bagaimana mereka memposisikan dirinya di media sosial. Mahasiswa yang percaya diri biasanya lebih aktif membangun personal branding, berani mengunggah konten yang menampilkan identitas dirinya, dan lebih terbuka menyampaikan opini atau pengalaman pribadi. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri cenderung pasif, hanya menjadi pengamat, serta menghindari interaksi yang dapat membuka sisi

pribadinya. Hal ini menunjukkan bahwa *self confidence* merupakan faktor psikologis yang memberikan dorongan internal bagi mahasiswa untuk berani tampil dan terbuka di hadapan publik.

Keterkaitan antara *self confidence* dan *self disclosure* juga diperkuat oleh penelitian terdahulu. Ismi Mutiara Putri Santoso menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dan keterbukaan diri mahasiswa. Artinya, semakin percaya diri seseorang, semakin besar pula peluangnya untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara terbuka.⁴⁷ Penelitian lain oleh Gusti Ayu Ketut Puji dkk. Menegaskan bahwa *self confidence* berpengaruh terhadap perilaku sosial mahasiswa, terutama perilaku asertif, yaitu kemampuan menyampaikan pendapat dengan jujur tanpa rasa takut.¹ Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa rasa percaya diri tidak hanya berhubungan dengan keterbukaan dalam komunikasi, tetapi juga dengan keberanian menghadapi risiko sosial yang menyertai keterbukaan tersebut. Konsistensi temuan ini dengan penelitian sebelumnya semakin memperkuat posisi *self confidence* sebagai faktor dominan dalam mendorong *self disclosure* mahasiswa.

Fenomena ini semakin nyata ketika kita melihat bagaimana mahasiswa menggunakan media sosial. Mahasiswa yang percaya diri lebih sering menggunakan media sosial untuk menunjukkan identitas diri, berbagi gagasan, menunjukkan bakat, atau berbagi pengalaman hidup mereka. Media sosial dianggap sebagai tempat untuk aktualisasi diri dan memperluas jaringan sosial mereka. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak percaya diri cenderung lebih berhati-hati, membatasi unggahan, dan menampilkan hanya informasi umum atau aman. Perbedaan perilaku ini menunjukkan bahwa *self confidence* sangat penting dalam membentuk keterbukaan siswa di dunia digital. Rasa percaya diri mendorong mereka untuk menghadapi risiko sosial yang timbul dari keterbukaan, seperti kritik, penolakan, atau komentar negatif, tetapi tetap berani berbicara dengan jujur.

⁴⁷ Santoso, I. M. P. (2020). Self Confidence dan Self Disclosure Mahasiswa. Jurnal Psikologi.

Jika ditinjau lebih mendalam, nilai kontribusi sebesar 48,5% tersebut menggambarkan bahwa faktor psikologis internal memiliki pengaruh yang berarti terhadap perilaku komunikasi di ranah digital. Meski begitu, tingkat *self disclosure* mahasiswa di media sosial tidak hanya dipengaruhi oleh *self confidence* dan *self efficacy*. Ada mahasiswa yang memiliki *self confidence* tinggi tetapi tetap memilih membatasi informasi pribadi karena mempertimbangkan norma sosial, etika, serta aspek privasi. Sebaliknya, terdapat pula mahasiswa yang kurang percaya diri namun tetap melakukan *self disclosure* karena kebutuhan akan dukungan emosional maupun pengakuan sosial. Oleh karena itu, sisa 51,5% yang tidak dijelaskan oleh model ini menegaskan pentingnya mempertimbangkan faktor eksternal dalam penelitian mengenai keterbukaan diri mahasiswa.

Temuan ini juga dapat dipahami dalam konteks kehidupan mahasiswa di media sosial. Banyak mahasiswa yang memanfaatkan platform digital untuk menampilkan jati diri serta pengalaman mereka, namun tidak sedikit pula yang memilih untuk membatasi diri karena khawatir terhadap penilaian negatif atau stigma dari lingkungan sekitar. Ada juga yang menggunakan media sosial hanya sebagai sarana hiburan atau mencari informasi tanpa berniat membagikan hal-hal pribadi. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun rasa percaya diri dapat mendorong seseorang untuk lebih terbuka, keputusan untuk melakukan *self disclosure* tetap dipengaruhi oleh faktor lain, seperti nilai keagamaan, budaya keluarga, serta pengalaman pribadi dalam berinteraksi di dunia maya. Oleh karena itu, angka 48,5% tidak hanya menjadi data statistik, tetapi menggambarkan kompleksitas nyata perilaku keterbukaan mahasiswa dalam ruang digital.

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat diketahui bahwa *self efficacy* dan *self confidence* secara bersama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial dengan kontribusi sebesar 48,5%. Ini berarti hampir separuh perilaku keterbukaan diri mahasiswa dapat dijelaskan oleh dua faktor psikologis tersebut. Namun, ketika diuji secara terpisah, hanya *self confidence* yang terbukti memiliki pengaruh signifikan, sedangkan *self efficacy* tidak menunjukkan

pengaruh yang berarti. Temuan ini mengisyaratkan bahwa *self disclosure* mahasiswa di dunia digital lebih banyak ditentukan oleh keberanian dalam mengekspresikan diri daripada keyakinan pada kemampuan diri menghadapi situasi. Mahasiswa dengan tingkat kepercayaan diri tinggi cenderung mampu mengatasi rasa takut terhadap kritik atau penilaian negatif, sehingga lebih berani membagikan informasi personal. Sebaliknya, mahasiswa yang hanya memiliki *self efficacy* belum tentu bersedia untuk terbuka, karena keyakinan pada kemampuan diri tidak selalu beriringan dengan kesiapan sosial untuk tampil. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa setiap faktor psikologis memiliki kekuatan pengaruh yang berbeda terhadap perilaku *self disclosure*.

Dalam kaitannya dengan teori, hasil penelitian ini mendukung sebagian pandangan Bandura dalam Social Cognitive Theory. Bandura menegaskan bahwa *self efficacy* memiliki peran penting dalam membentuk perilaku, karena individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih terdorong untuk bertindak. Namun demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *self efficacy* saja belum cukup untuk mendorong seseorang melakukan *self disclosure* di media sosial. Ini menandakan adanya perbedaan konteks pengaruh *self efficacy* lebih kuat bekerja pada bidang akademik dan penyelesaian tugas daripada dalam situasi komunikasi sosial yang bersifat terbuka. Sebaliknya, *self confidence* justru menjadi penentu utama, karena lebih berhubungan dengan keberanian, rasa optimis, dan kemampuan mengendalikan diri dalam lingkungan sosial. Temuan ini sejalan dengan penjelasan Santrock dan Hurlock yang menyatakan bahwa rasa percaya diri merupakan bekal psikologis penting dalam proses interaksi sosial. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa teori Bandura tetap relevan, namun perlu diperkaya dengan kajian mengenai *self confidence* untuk memberikan gambaran yang lebih lengkap mengenai perilaku *self disclosure* mahasiswa di media sosial.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self efficacy* dan *self confidence* secara bersama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial. Hal ini terlihat dari hasil uji F yang menghasilkan nilai Fhitung sebesar 54,141 dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$,

sehingga hipotesis simultan dinyatakan diterima. Dengan demikian, kedua variabel tersebut secara kolektif dapat digunakan untuk memprediksi perilaku keterbukaan diri mahasiswa. Namun, hasil yang berbeda muncul saat dilakukan uji parsial. *Self confidence* terbukti berpengaruh signifikan terhadap *self disclosure*, dengan nilai thitung 5,192 dan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis diterima. Sebaliknya, *self efficacy* tidak menunjukkan pengaruh berarti, ditandai dengan nilai signifikansi $0,723 > 0,05$. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor utama yang mendorong mahasiswa untuk membuka diri di ruang digital lebih terkait dengan rasa percaya diri untuk tampil di hadapan publik daripada keyakinan terhadap kemampuan menghadapi kondisi tertentu. Dengan kata lain, *self confidence* merupakan variabel yang paling dominan dalam menjelaskan perilaku *self disclosure* mahasiswa di media sosial.

Selanjutnya, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,485 atau 48,5% menunjukkan bahwa hampir separuh variasi perilaku *self disclosure* dapat dijelaskan oleh *self efficacy* dan *self confidence*. Persentase ini tergolong tinggi dalam penelitian sosial, mengingat tidak umum dua variabel psikologis mampu menjelaskan hampir 50% variasi perilaku. Namun, temuan ini juga menandakan bahwa masih ada 51,5% variasi lain yang belum dijelaskan oleh model penelitian, yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial, norma budaya, tingkat literasi digital, serta pengalaman pribadi mahasiswa dalam menggunakan media sosial. Dengan demikian, meskipun *self confidence* dan *self efficacy* memiliki peran penting, keduanya tidak dapat sepenuhnya menjelaskan keterbukaan diri mahasiswa di media sosial tanpa mempertimbangkan peran variabel eksternal.

Adapun implikasi penelitian ini penting baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi pada literatur psikologi komunikasi dengan menegaskan bahwa *self confidence* merupakan faktor kunci dalam menjelaskan perilaku keterbukaan diri mahasiswa di media sosial, sedangkan *self efficacy* lebih dominan dalam aspek akademik dan pengelolaan diri. Secara praktis, temuan ini dapat dijadikan acuan bagi konselor, dosen, maupun lembaga pendidikan

untuk menyusun program yang bertujuan meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa. Bentuknya dapat berupa pelatihan komunikasi interpersonal, konseling kelompok, hingga workshop public speaking yang membantu mahasiswa lebih percaya diri dalam mengekspresikan diri. Namun demikian, keterbukaan diri yang bersumber dari rasa percaya diri tetap harus diarahkan secara positif agar tidak menimbulkan dampak negatif. Mahasiswa perlu memahami batasan dalam membagikan informasi pribadi, mengingat adanya risiko seperti penyalahgunaan data, cyberbullying, dan stigma sosial. Oleh sebab itu, pengembangan *self confidence* perlu diimbangi dengan literasi digital, kecerdasan emosional, dan pemahaman etika komunikasi agar keterbukaan diri tetap terkontrol dan membawa manfaat.



BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *self efficacy* dan *self confidence* terhadap *self disclosure* mahasiswa di media sosial, dapat ditarik beberapa kesimpulan penting.

1. Hasil analisis uji F memperlihatkan bahwa *self efficacy* dan *self confidence* secara bersama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *self disclosure*. Hal ini ditunjukkan oleh nilai Fhitung sebesar 54,141 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, kedua variabel independen tersebut mampu secara simultan menjelaskan kecenderungan mahasiswa untuk membuka diri di media sosial. Temuan ini konsisten dengan teori penetrasi sosial yang menegaskan bahwa keterbukaan diri dipengaruhi oleh faktor internal individu, termasuk keyakinan serta kepercayaan diri. Selain itu, hasil ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyoroti peran penting aspek psikologis dalam membentuk perilaku sosial mahasiswa.
2. Hasil uji t menunjukkan bahwa *self efficacy* tidak memberikan pengaruh signifikan secara parsial terhadap *self disclosure*. Hal tersebut terlihat dari nilai signifikansi sebesar $0,723 > 0,05$, sehingga hipotesis parsial mengenai pengaruh *self efficacy* dinyatakan tidak diterima. Temuan ini mengindikasikan bahwa keyakinan mahasiswa atas kemampuan diri mereka tidak otomatis mendorong mereka untuk membagikan informasi pribadi di media sosial. Kondisi ini dapat dimaklumi karena keterbukaan diri di ruang digital tidak hanya memerlukan keyakinan akan kemampuan personal, tetapi juga keberanian menghadapi kemungkinan risiko sosial, tekanan lingkungan, serta potensi penilaian negatif dari orang lain. Dengan demikian, *self efficacy* lebih tampak berperan dalam konteks akademik atau penyelesaian tugas, dibandingkan dalam aspek keterbukaan diri secara sosial di platform digital.

3. Berbeda dengan *self efficacy*, variabel *self confidence* terbukti memiliki pengaruh signifikan secara parsial terhadap *self disclosure*. Hal ini ditunjukkan melalui nilai t -hitung = 5,192 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis parsial mengenai pengaruh *self confidence* dinyatakan diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa percaya diri merupakan faktor yang lebih dominan dalam mendorong keterbukaan diri mahasiswa. Individu dengan tingkat *self confidence* tinggi cenderung lebih berani mengemukakan pendapat, membagikan pengalaman pribadi, serta menampilkan identitas diri di platform media sosial. Hasil ini selaras dengan konsep psikologi perkembangan yang disampaikan oleh Hurlock (2009) mengenai peran penting kepercayaan diri dalam proses interaksi sosial, serta konsisten dengan penelitian Santoso (2020) dan Puji dkk. (2018) yang membuktikan adanya hubungan positif antara *self confidence* dengan keterbukaan diri maupun perilaku sosial mahasiswa.
4. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi, diperoleh nilai R^2 sebesar 0,485 atau 48,5%. Temuan ini mengindikasikan bahwa *self efficacy* dan *self confidence* secara simultan mampu menjelaskan hampir setengah dari variasi perilaku *self disclosure* mahasiswa di media sosial. Namun demikian, masih terdapat 51,5% variasi lainnya yang dipengaruhi oleh faktor di luar model penelitian ini. Faktor-faktor tersebut dapat mencakup aspek kepribadian, kondisi psikologis, norma budaya, dukungan sosial, tingkat literasi digital, serta pengalaman individu dalam berinteraksi di media sosial. Dengan demikian, meskipun *self confidence* tampak sebagai prediktor yang lebih dominan, keterbukaan diri mahasiswa tetap merupakan fenomena multidimensi yang dipengaruhi oleh berbagai elemen lain yang saling berkaitan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka penulis mengajukan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan bagi berbagai pihak terkait.

1. Bagi Mahasiswa. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan *self confidence* sehingga lebih mampu menyampaikan pendapat, pengalaman, maupun identitas positif secara terbuka di media sosial. Rasa percaya diri dalam melakukan *self disclosure* dapat memberikan berbagai manfaat, seperti memperluas relasi pertemanan, meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, serta membangun citra diri yang positif. Meskipun demikian, mahasiswa tetap perlu memahami pentingnya menjaga etika, norma sosial, dan privasi pribadi. Keterbukaan dalam bermedia sosial harus dilakukan secara bijak, terukur, dan selektif agar tidak menimbulkan risiko seperti cyberbullying maupun penyalahgunaan informasi pribadi. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan mampu menyeimbangkan keberanian dalam membuka diri dengan kewaspadaan dalam menjaga keamanan dan kenyamanan pribadi di dunia digital.
2. Bagi Pendidik dan Konselor. Temuan penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi dosen, guru BK, maupun konselor dalam merancang program pengembangan diri mahasiswa. Karena *self confidence* terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap *self disclosure*, maka pendidik dan konselor dapat menyelenggarakan kegiatan seperti pelatihan komunikasi interpersonal, konseling kelompok, serta pembelajaran berbasis partisipasi yang bertujuan meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa dalam berinteraksi. Selain itu, pendampingan juga diperlukan untuk memberikan pemahaman mengenai batasan dalam melakukan *self disclosure*, sehingga mahasiswa mampu bersikap bijak dalam membagikan informasi pribadi. Dengan demikian, program yang dirancang tidak hanya memperkuat kepercayaan diri, tetapi juga menanamkan kesadaran untuk menggunakan media sosial secara positif, bertanggung jawab, dan tetap menjaga privasi serta keamanan diri.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan dua variabel bebas, yaitu *self efficacy* dan *self confidence*. Oleh sebab itu, penelitian selanjutnya dianjurkan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *self disclosure*, seperti aspek kepribadian, kecerdasan emosional, dukungan sosial dari teman sebaya, atau tingkat literasi digital.

Penelitian mendatang juga disarankan untuk menggunakan pendekatan kualitatif atau metode campuran (mixed methods) guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mendorong mahasiswa untuk membuka diri di media sosial. Dengan memperluas variabel penelitian serta variasi metode, studi berikutnya diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai determinan *self disclosure* mahasiswa dalam konteks sosial dan perkembangan teknologi digital yang semakin pesat.



DAFTAR PUSTAKA

Al-Quran Alkarim

- Afiatin, T. & Martaniah, S. M. Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Psikologika*, No. 6, Tahun III, (1998). DOI:10.20885/psikologika.vol3.iss6.art6.
- Ahmad, S., & Zhang, M. Longitudinal patterns of student self-disclosure on social media platforms: A three-year study. *Journal of Computer-Mediated Communication*, (2024): 29(1), 45-62.
- Altman, I., & Taylor, D. A. Social penetration theory in the digital age: Revisiting self-disclosure patterns in online relationships. *Communication Theory*, (2020). 30(2), 156-174.
- Altman, I., & Taylor, D. *Social Penetration Theory: A Comprehensive Review*. New York: Routledge, (2020).
- Anderson, M., & Zhang, Y. Digital resilience: Empowering college students to manage online self-disclosure and feedback. *Computers & Education*, (2024). 150, 104327.
- Ati' Mahsunah and Musbikhin Musbikhin, "Pengaruh *Self efficacy* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Siswa," *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 3, no. 1 (2023): 34–48.
- Bandura, A. Efikasi diri dan pengungkapan media sosial. *Jurnal Psikologi Sosial*, (2019). 45(2), 112-125.
- Bandura, A. *Efikasi diri: Pelaksanaan pengendalian* . New York: Freeman. (1997)
- Busro Mahfudin and Rasianna Br Saragih, "Pengaruh Keterbukaan Diri (Self-Disclosure) Terhadap Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi," *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2020): 18–27,
- Chen, G., & Rodriguez, N. S. Exploring the relationship between self-esteem, self-efficacy, and online self-disclosure among university students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, (2023). 26(1), 45-52.

- Collins, N. L., & Miller, L. C. Self-Disclosure and Interpersonal Relationships. *Journal of Social Psychology*, (2022). 98(4), 120-135.
- Cussó-Calabuig, R., Carrera, X., & García-González, A. Enhancing self-efficacy in university students: An educational intervention. *Revista de Psicodidáctica*, (2018): 23(2), 86–93.
- Davidson, R., & Park, J. Kinerja akademik dan presentasi diri digital. *Studi Pendidikan Tinggi*, (2023). 13(3), 156-171.
- Davidson, R., Thompson, K., & Lee, M. Perspektif budaya dalam penelitian media sosial. *Jurnal Komunikasi Internasional*, (2023). 17, 223-238.
- Davis, K. Studi longitudinal tentang efikasi diri, kepercayaan diri, dan ekspresi diri daring di kalangan mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perkembangan Terapan*, (2021). 75, 101300.
- Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. T. *Self-Disclosure in Social Interaction*. Cambridge: Cambridge University Press. (2021).
- Fuchs, C. *Social Media: A Critical Introduction*. London: SAGE Publications, (2018).
- Gusti Ayu Ketut Puji, Andi Muhammad Aditya, and Sitti Syawaliyah Gismin, “Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Terhadap Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Di Kota Makassar,” *Jurnal Psikologi Karakter* 4, no. 1 (2024): 353–59,.
- Henderson, J. Strategi manajemen kesan online. *Cyberpsychology Behavior*, (2022). 15(4), 178-193.
- Honicke, T., & Broadbent, J. Pengaruh efikasi diri akademis terhadap prestasi akademis: Tinjauan sistematis. *Tinjauan Penelitian Pendidikan*, (2016): 17 , 63–84.
- Hughes, B., & Chen, W. (2022). Kecemasan media sosial di kalangan mahasiswa. *Jurnal Pengembangan Mahasiswa*, 19

Hurlock, E. B. *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. Jakarta: Erlangga, (2018).

Ifan Maulana and Ilham Nur Alfian, “Pengaruh Efikasi Diri Dan Penyesuaian Diri Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Masa Pandemi COVID-19,” *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021): 829–36, <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26783>.

Ilham Khairi Siregar and Sefni Rama Putri, “Hubungan Self-Efficacy Dan Stres Akademik Mahasiswa,” *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan* 6, no. 2 (2020): 91, <https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>.

Ismi Mutiara Putri Santoso, *Hubungan Self disclosure Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam*, (2023).

Jamiah Qomariah. Pengaruh Efikasi Diri Dan Kepercayaan Terhadap Komitmen Organisasi Pegawai Dinas Pendidikan Provinsi Papua Barat. *Jurnal Manajemen Pendidikan* , (2019). 806–815.

Johnson, P. Memahami presentasi diri dan kepercayaan diri secara daring. *Digital Communication Quarterly*, (2022). 15(1), 45-58.

Johnson, R. M., & Lee, K. H. Factors influencing self-disclosure levels in digital communication: An analysis of personality and platform norms. *New Media & Society*, (2023). 25(4), 678-695.

Jourard, S. M. *The Transparent Self: A Revised Edition*. New York: Van Nostrand Reinhold, (2021).

Jurnal Ilmiah et al., “Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR) Hubungan *Self disclosure* Dan *Self efficacy* Dengan Stres Pada Mahasiswa” 6, no. 1 (2023): 42–48.

Kapidzic, S. Digital Self-Disclosure: Opportunities and Challenges in Social Media. *Media Psychology Journal*, (2021). 13(2), 95-110.

Kaplan, A., & Haenlein, M. *Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media*. Business Horizons. (2018).

- Kim, J., & Park, H. S. The role of self-efficacy in online self-disclosure and social support among college students. *Computers in Human Behavior*, (2022). 126, 107037.
- Kim, JY, Park, SH, & Lee, M. Memahami faktor motivasi dalam pengungkapan diri di media sosial: Analisis metode campuran. *Jurnal Komunikasi Berbasis Komputer*, (2023). 28(3), 234-251.
- Lauster, Peter. "Tes kepribadian (alih bahasa: DH Gulo)." *Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Ketigabelas. Jakarta: Bumi Aksara* (2002).
- Lee, J. Y., & Wilson, B. M. Longitudinal examination of social media use, self-esteem, and anxiety among university students. *Computers in Human Behavior Reports*, (2023). 9, 100265.
- Lee, S., & Garcia, R. Faktor kontekstual dalam pengungkapan diri secara digital. *Jurnal Komunikasi Berbasis Komputer*, (2023). 27(1), 89-104.
- Lee, S., & Kim, H. Kompetensi interaksi virtual: Peran efikasi diri. *Jurnal Cyberpsychology*, (2020). 12(4), 234-248.
- Lee, SY, & Jeong, EJ Perbedaan lintas budaya dalam pengungkapan diri di media sosial: Peran tujuan komunikasi dan penafsiran diri. *Komputer dalam Perilaku Manusia*, (2021). 119, 106716.
- Li, X., & Chen, W. The evolution of self-disclosure in the digital age: A comprehensive review. *Communication Research*, (2023). 50(6), 823-847.
- Liu, M., & Zhang, Y. Tantangan dalam manajemen pengungkapan diri daring. *Jurnal Komunikasi Digital*, (2023). 9(1), 45-60.
- Martinez, R., & Garcia, J. Kecemasan sosial dan pengungkapan diri di ruang digital. *Jurnal Perilaku Daring*, (2023). 9(1), 23-37.
- Mitchell, A., & Lee, S. Dampak pengungkapan diri di media sosial terhadap kesejahteraan siswa. *Educational Psychology Review*, (2023). 12(1), 34-49.

- Mitchell, B., & Anderson, L. Perkembangan psikososial dan perilaku daring. *Jurnal Studi Pemuda*, (2023). 20(4), 156-171.
- Nasrullah, R. *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Siositeknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media, (2020).
- Nurul Fadhillah, Dewi Nur Puspita Sari, and Lastri Mei Winarni, “Pengaruh *Self disclosure* Dan *Self efficacy* Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa,” *Jurnal Pokes* 5, no. 2 (2022): 717–31,
- Oetzel, JG, & Ting-Toomey, S. Kekhawatiran wajah lintas budaya dan gaya konflik: Status terkini dan arah masa depan. *Communication Yearbook*, (2003). 27, 99-145.
- Paksi Caponti Putra and Niken Titi Pratitis, “Hubungan Antara Keterbukaan Terhadap Pengalaman Dan Efikasi Diri Dengan Kreativitas,” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 3, no. 03 (2015): 195–204.
- Park, S., Thompson, R. J., & Kim, H Categorizing digital self-disclosure: From superficial sharing to intimate revelations. *Journal of Social Media Studies*, (2024). 12(2), 156-173.
- Park, SY, Kim, JH, & Lee, E. (2022). Motivasi untuk pengungkapan diri di media sosial: Pendekatan penggunaan dan kepuasan. *Cyberpsychology, Perilaku, dan Jejaring Sosial*, 25(2), 105-112.
- Pintrich, P. R. A motivational science perspective on the role of student motivation in learning and teaching contexts. *Journal of Educational Psychology*, (2003): 95(4), 667–686.
- Putra, P. C., & Pratitis, N. T. (2015). Hubungan Antara Keterbukaan Terhadap Pengalaman dan Efikasi Diri dengan Kreativitas. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03), 195–204.
- Ratih Andini, Indiani Diah Betari Karlinda, and Ni Made Sintya Noviana Utami, “Peranan *Self disclosure* Terhadap Stres Mahasiswa Saat Kuliah Daring Di

- Masa Pandemi Covid-19,” *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP* null (2022): null,.
- Robinson, P. (2021). Efikasi diri dan manajemen kesan daring. *Jurnal Cyberpsychology*, 18(3), 267-282.
- Rodriguez, M., Smith, K., & Johnson, P. (2022). Pola kepercayaan diri dan pengungkapan diri. *Social Psychology Quarterly*, 85(3), 234-249.
- Rodriguez, NS, & Kim, J. (2024). Membangun merek pribadi melalui pengungkapan diri secara daring: Menjelajahi motivasi mahasiswa. *Jurnal Periklanan Interaktif*, 24(1), 45-57.
- Santrock, J. W. *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga, (2018).
- Schug, J., Matsumoto, D., & Dong, L. Personality and Self-Disclosure: Cultural Variations in Expressive Behavior. *Cross-Cultural Psychology Journal*, (2020). 45(3), 233-245.
- Shi, Q. The mediating role of self-efficacy in the relationship between demographic factors and academic achievement. *Journal of Educational Development*, (2021): 11(2), 45–56.
- Taylor, LD, Chen, Y., & Li, T. (2021). Penggunaan media sosial dan pengembangan hubungan romantis: Analisis konten pengungkapan diri secara daring. *Komputer dalam Perilaku Manusia*, 114, 106550.
- Taylor, R., & Chen, L. (2023). Efikasi diri dalam lingkungan digital. *Jurnal Studi Media*
- Thompson, CM, & Chen, G. Peran efikasi diri dalam pengungkapan diri di media sosial di kalangan mahasiswa. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, (2022). 25(4), 235-242.
- Vivi Fitri Handayani, Ivon Arisanti, and Ayuning Atmasari, “PENGARUH PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) TERHADAP STRES PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS

- EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS TEKNOLOGI SUMBAWA,”
JURNAL PSIMAWA null (2019): null,
- Walker, S., & Thompson, L. Krisis keaslian dalam kehadiran media sosial. *Media & Masyarakat Baru*, (2023). 25(4), 178-193.
- Williams, T. Hambatan efikasi diri dalam keterlibatan media sosial. *Media & Masyarakat Baru*, (2021). 18(2), 167-182.
- Wilson, BM, & Park, HS. Memahami pengungkapan diri secara daring di berbagai platform media sosial. (2023).
- Wong, HC, & Liu, Y. Dampak pengungkapan diri yang seimbang terhadap kualitas hubungan digital di kalangan mahasiswa. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, (2023). 26(4), 267-282.
- Wulan Meida Sutrisnawati, Nita Rohayati, and Yulyanti Minarsih, “Self-Disclosure Generasi Z Pengguna Second Account Ditinjau Dari Self-Esteem Self-Disclosure Generation Z Second Account Users Judging from Self-Esteem Media Sosial Telah Menjadi Sarana Yang Sangat Diminati Dimana Individu Sosial Instagram Didominasi Oleh” 5, no. 2 (2024): 446–53.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- D. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Tindakan*, 2013.
- Lee, S. Y., & Choi, J. Strengthening social bonds through online self-disclosure: Implications for social support and well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, (2020). 37(3), 901-921.
- Shandana Khan Mohmand, *Research Instruments, Crafty Oligarchs, Savvy Voters*, 2019, <https://doi.org/10.1017/9781108694247.012>.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung : Alfabeta,2013).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan, (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung : Alfabeta,2012).



	KEMENTRIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH Jl. Amal Bakti No. 8 Soreang 91131 Telp. (0421) 21307
	INSTRUMEN PENELITIAN

NAMA : NURFADILA
 NIM : 2120203870232008
 FAKULTAS : USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
 PRODI : BIMBINGAN KONSELING ISLAM
 JUDUL : *PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF CONFIDENCE*
TERHADAP SELF DISCLOSURE PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL

KUESIONER PENELITIAN

I. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Semester :

II. PETUNJUK PENGISIAN

Berilah tanda ceklis () pada pernyataan yang sesuai dengan keadaan atau pengalaman anda pada kolom yang telah disediakan, dengan keterangan sebagai berikut:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Pernyataan Variabel *Self efficacy* (X1)

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya dapat menjaga fokus saat menghadapi tantangan berat				
2.	Saya percaya pada kemampuan saya untuk memecahkan masalah yang kompleks				
3.	Saya merasa mampu beradaptasi dengan situasi yang tidak terduga				
4.	Saya yakin dapat menyelesaikan berbagai jenis pekerjaan dengan baik				
5.	Saya tidak mudah menyerah saat menghadapi rintangan				
6.	Saya merasa percaya diri ketika harus mempelajari hal baru				
7.	Saya mampu menghadapi tekanan kerja tanpa kehilangan motivasi				
8.	Saya dapat mengatur strategi yang efektif untuk menyelesaikan pekerjaan				
9.	Saya merasa mampu menangani tanggung jawab yang besar				

10.	Saya percaya diri bahwa saya dapat mencapai tujuan yang saya tetapkan				
11.	Saya merasa yakin bahwa saya dapat memotivasi diri sendiri dalam situasi sulit				
12.	Saya sering merasa tidak mampu menyelesaikan tugas yang sulit				
13.	Saya merasa kesulitan untuk tetap fokus saat menghadapi banyak tantangan				
14.	Saya sering merasa ragu bahwa saya dapat memecahkan masalah yang kompleks				
15.	Saya merasa sulit untuk beradaptasi dengan situasi baru				
16.	Saya sering merasa tidak memiliki kemampuan untuk menangani berbagai pekerjaan				
17.	Saya mudah kehilangan semangat ketika menghadapi tantangan besar				
18.	Saya merasa sulit untuk bangkit setelah mengalami kegagalan				
19.	Saya sering menyerah ketika situasi menjadi sulit				
20.	Saya merasa usaha saya jarang membuahkan hasil yang baik				
21.	Saya merasa kesulitan untuk mempelajari hal baru				
22.	Saya sering merasa kewalahan saat menghadapi tekanan kerja				

23.	Saya merasa tidak mampu merencanakan strategi yang efektif untuk pekerjaan saya				
24.	Saya merasa tanggung jawab yang besar sering membuat saya tertekan				
25.	Saya sering merasa tidak yakin dapat mencapai tujuan yang saya tetapkan				
26.	Saya merasa sulit memotivasi diri sendiri saat menghadapi kesulitan				



Pernyataan Variabel *Self confidence* (X2)

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya percaya diri dalam menghadapi situasi baru				
2.	Saya yakin dapat membuat keputusan yang baik				
3.	Saya merasa nyaman berbicara di depan banyak orang				
4.	Saya tidak ragu mengemukakan pendapat saya dalam diskusi kelompok				
5.	Saya percaya bahwa saya memiliki kemampuan yang cukup untuk berhasil				
6.	Saya merasa percaya diri saat bertemu dengan orang-orang baru				
7.	Saya tidak mudah merasa rendah diri saat berhadapan dengan orang lain				
8.	Saya merasa yakin dengan keterampilan yang saya miliki				
9.	Saya tidak takut menghadapi tantangan yang membutuhkan kemampuan tinggi				
10.	Saya mampu memotivasi diri saya untuk mencapai tujuan tertentu				
11.	Saya percaya pada kemampuan saya untuk mengatasi kesulitan dalam hidup				
12.	Saya yakin dapat mengelola emosi saya dengan baik di berbagai situasi				

13.	Saya merasa yakin bahwa saya dapat mempengaruhi hasil situasi tertentu				
14.	Saya merasa nyaman saat harus mengekspresikan diri saya				
15.	Saya selalu melihat diri saya sebagai individu yang kompeten				
16.	Saya sering merasa tidak percaya diri saat menghadapi situasi baru				
17.	Saya sering merasa ragu ketika harus membuat keputusan penting				
18.	Saya merasa gugup ketika harus berbicara di depan banyak orang				
19.	Saya sering tidak yakin dengan pendapat saya sendiri dalam diskusi				
20.	Saya sering merasa tidak cukup mampu untuk berhasil				
21.	Saya sering merasa cemas saat harus berinteraksi dengan orang baru				
22.	Saya mudah merasa rendah diri ketika melihat orang lain lebih unggul				
23.	Saya sering merasa tidak yakin dengan keterampilan yang saya miliki				
24.	Saya merasa takut menghadapi tantangan yang besar				

25.	Saya merasa sulit untuk memotivasi diri saya sendiri				
26.	Saya merasa tidak mampu mengatasi masalah dalam hidup saya				
27.	Saya merasa kesulitan mengelola emosi saya dalam situasi yang menegangkan				
28.	Saya merasa tidak mampu mempengaruhi hasil situasi tertentu				
29.	Saya merasa canggung saat harus mengekspresikan diri				
30.	Saya sering merasa tidak cukup kompeten dalam tugas-tugas saya				

Pernyataan Variabel *Self disclosure* (Y)

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya nyaman berbagi perasaan terdalam saya di media sosial				
2.	Saya sering menceritakan pengalaman pribadi saya kepada teman-teman di media sosial				
3.	Saya merasa terbuka untuk berbagi cerita hidup saya di media sosial				
4.	Saya tidak ragu mengungkapkan kelemahan saya kepada orang yang saya percaya				

5.	Saya merasa nyaman berbicara tentang perasaan saya secara mendalam di media sosial				
6.	Saya secara rutin berbagi informasi pribadi di media sosial				
7.	Saya sering berbagi cerita pribadi yang bermakna melalui media sosial				
8.	Saya merasa yakin bahwa cerita pribadi saya diterima dengan baik oleh orang lain				
9.	Saya sering menggunakan media sosial untuk berbicara tentang emosi saya				
10.	Saya berbagi informasi yang positif tentang diri saya di media sosial				
11.	Saya sering berbagi pengalaman hidup saya yang inspiratif di media sosial				
12.	Saya merasa nyaman membagikan hal-hal yang membuat saya bahagia di media sosial				
13.	Saya sering membagikan cerita tentang pencapaian saya di media sosial				
14.	Saya merasa percaya diri mengungkapkan opini saya di media sosial				
15.	Saya tidak ragu mengungkapkan pandangan pribadi saya dalam diskusi online				

16.	Saya jarang berbagi perasaan pribadi saya di media sosial				
17.	Saya merasa canggung untuk berbicara tentang diri saya di media sosial				
18.	Saya sering merasa takut bahwa cerita saya akan disalahpahami di media sosial				
19.	Saya merasa tidak nyaman berbicara tentang perasaan terdalam saya secara online				
20.	Saya menghindari berbagi informasi pribadi di media sosial				
21.	Saya tidak suka membicarakan kelemahan saya kepada orang lain di media sosial				
22.	Saya sering merasa khawatir membagikan cerita pribadi saya di media sosial				
23.	Saya jarang berbicara tentang emosi saya kepada orang lain secara online				
24.	Saya merasa tidak perlu menceritakan pengalaman pribadi di media sosial				
25.	Saya merasa tidak aman membagikan informasi pribadi saya di media sosial				
26.	Saya sering merasa ragu untuk mengungkapkan pandangan saya di media sosial				

27.	Saya merasa bahwa berbicara tentang diri saya di media sosial tidaklah penting				
28.	Saya menghindari diskusi yang melibatkan informasi pribadi saya secara online				
29.	Saya merasa bahwa menceritakan pencapaian saya di media sosial tidak relevan				
30.	Saya tidak yakin bahwa berbagi cerita pribadi di media sosial itu aman				

Setelah mencermati instrument dalam penelitian skripsi mahasiswa sesuai dengan judul diatas, maka instrument tersebut dipandang telah memenuhi kelayakan untuk digunakan dalam penelitian yang bersangkutan.

Parepare 06 Oktober 2025

Mengetahui

Pembimbing



Nur Afiah, M.A

NIP. 198808102023212052

Data Responden

No	Nama Lengkap	Umur (Tahun)	Jenis Kelamin	Semester
1	Thasyiah sakir	19	Perempuan	2
2	Luthfiyah. S	21	Perempuan	8
3	Nur Safatma	21	Perempuan	8
4	WULANDARI ADHAN	20	Perempuan	6
5	Hasnia Jamal	22	Perempuan	8
6	Nurindah sari safitri	22	perempuan	8
7	Tita Rizky Aulia	20	Perempuan	6
8	Nurul Fahdilah Tulrahman	22	Perempuan	8
9	Astrid	21	Perempuan	6
10	Syafaruddin	24	Lakilaki	8
11	Fakhrul hidayah	23	Laki-laki	8
12	Rahmaniar	22	Perempuan	8
13	m rayan	21	laki-laki	4
14	Lira Firnanda	20	Perempuan	6
15	Akbar Maslan	21	Laki laki	8
16	hilda muhlis	22	Perempuan	8
17	Nurain	21	Perempuan	8
18	Nasriani	22	Perempuan	8
19	Nur Hikmah	22	Perempuan	8
20	Muhammad Ayyub Safri	18	laki laki	2
21	Muhamad Salman Rafi	20	laki-laki	4
22	fadli	18	laki laki	2
23	harni	22	perempuan	8
24	Naila Nur Hikmah	21	Perempuan	4
25	Nana aufa	25	Perempuan	8
26	shefia	23	perempuan	8
27	Khaliishah Putri	19	perempuan	2
28	Muhammad Yusril Safri	20	Laki laki	4
29	Norhafizah Sakir	21	Perempuan	8
30	Auliya tantriya	21	Perempuan	6
31	Risma Amelia Wulandari	22	Perempuan	8
32	Avrilian	24	Perempuan	8
33	nursuci	22	perempuan	8
34	Laksmi Visentle	23	Perempuan	8

35	Salma	22	Perempuan	8
36	Fadia Nurulinaya	21	Perempuan	8
37	Nur Adelia	21	Perempuan	6
38	Nur Halisa	21	Perempuan	8
39	dilla	21	Perempuan	8
40	Nur Asnia	23	Perempuan	8
41	Nur Safatma	21	Perempuan	8
42	Muh. Nasrul	23	Laki-laki	8
43	Yuni widianti	23	Perempuan	8
44	Putri ersyaf	23	Perempuan	8
45	Nur Hikmah	22	Perempuan	8
46	Aisyah Mutmainnah	18	Perempuan	2
47	Tyas	22	Perempuan	8
48	Indah	22	Perempuan	8
49	Nafisah Mutmainna	21	Perempuan	6
50	Ade natasya	19	Perempuan	2
51	Rani	20	Perempuan	6
52	mutmainnah	23	Perempuan	8
53	Nur Aliza	23	Perempuan	8
54	fajriana	22	Perempuan	8
55	adzan jafar	23	Laki-laki	8
56	M. kadri	22	Laki-laki	8
57	mahsyar	22	Laki-laki	8
58	nurain	22	Perempuan	8
59	eni	23	Perempuan	8
60	yuliana	22	Perempuan	8
61	diandra	22	Perempuan	8
62	hanifa	22	Perempuan	8
63	nur rahmadhani	23	Perempuan	8
64	husnul khatimah	22	Perempuan	8
65	riska wahyuni	22	Perempuan	8
66	vithra riani ayu ningthyas	22	Perempuan	8
67	dupriani	23	Perempuan	8
68	nabila	23	Perempuan	8
69	Fadia	21	Perempuan	8
70	Dewi Murtiningrum	21	Perempuan	6
71	Viola	21	Perempuan	8
72	Sulistianti	22	Perempuan	8

73	M ADI SURYA NUGRAHA	20	Laki-laki	6
74	Nurul Fitri	22	Perempuan	8
75	Novia	22	Perempuan	8
76	Shania Auliya	24	Perempuan	8
77	syakira	22	Perempuan	8
78	lizaa	21	Perempuan	8
79	putri fadila	27	Perempuan	8
80	nabila	21	Perempuan	6
81	Risma Meliana	21	Perempuan	8
82	Fajri hidayat	23	Laki-laki	8
83	kania	22	Perempuan	8
84	Khaerul asra	22	Laki-laki	8
85	Hafiz khairan	24	Laki-laki	8
86	asti ayu safitri	19	Perempuan	2
87	kei	20	Perempuan	4
88	Zahidah Khairunnisa	22	Perempuan	8
89	Afifatul dilva zaiyana	20	Perempuan	4
90	Natya	22	Perempuan	8
91	Maya Fairuz	22	Perempuan	6
92	Ninda Rima	23	Perempuan	8
93	Diviandini Azzahra	22	Perempuan	8
94	Maris	24	Perempuan	8
95	Syafina Aulia	22	Perempuan	6
96	Er	22	Perempuan	6
97	Ely Lukireza	21	Perempuan	8
98	Adinda Putri	23	Perempuan	8
99	Kisti husnik	22	Perempuan	8
100	Nurul Apriliana	22	Perempuan	8
101	Jeevika L.D.	20	Perempuan	2
102	Amanda	22	Perempuan	8
103	Nabila K	22	Perempuan	8
104	Esthy Abigail Christy Baringbing	19	Perempuan	2
105	Aninda Rizkita R	22	Perempuan	8
106	Novia Nurafni	22	Perempuan	8
107	Elisa	23	Perempuan	8
108	wfsa	24	Perempuan	8
109	Gisha	24	Perempuan	8

110	thallita	22	Perempuan	8
111	adc	21	Perempuan	8
112	Yara	21	Perempuan	8
113	Vina khoerunnisa	23	Perempuan	8
114	Afiz	21	Perempuan	8
115	Dian Farist	24	Perempuan	2
116	Firdaus A	23	Laki-laki	8
117	Raaditiyani	21	Perempuan	6
118	Anna	22	Perempuan	6



Surat Penetapan Pembimbing



DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
NOMOR : B-3415/In.39/FUAD.03/PP.00.9/10/2024

TENTANG

PENETAPAN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR MAHASISWA

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE

- Menimbang**
- Bahwa untuk menjamin kualitas skripsi/tugas akhir mahasiswa FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH IAIN Parepare, maka dipandang perlu penetapan pembimbing skripsi/tugas akhir mahasiswa tahun 2024
 - Bahwa yang tersebut namanya dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan mampu untuk disertai tugas sebagai pembimbing skripsi/tugas akhir mahasiswa.
- Mengingat**
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
 - Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen;
 - Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
 - Peraturan Pemerintah RI Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan
 - Peraturan Pemerintah RI Nomor 13 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua atas Peraturan Pemerintah RI Nomor: 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan;
 - Peraturan Presiden RI Nomor 29 Tahun 2018 tentang Institut Agama Islam Negeri Parepare;
 - Keputusan Menteri Agama Nomor: 394 Tahun 2003 tentang Pembukaan Program Studi;
 - Keputusan Menteri Agama Nomor 387 Tahun 2004 tentang Petunjuk Pelaksanaan Pembukaan Program Studi pada Perguruan Tinggi Agama Islam;
 - Peraturan Menteri Agama Nomor 35 Tahun 2018 tentang Organisasi dan Tata Kerja IAIN Parepare
 - Peraturan Menteri Agama Nomor 16 Tahun 2019 tentang Statuta Institut Agama Islam Negeri Parepare.
- Memperhatikan :**
- Surat Pengesahan Daftar Isian Pelaksanaan Anggaran Nomor: SP DIPA-025.04.2.307381/2024, tanggal 14 Oktober 2024 tentang DIPA IAIN Parepare Tahun Anggaran 2024
 - Surat Keputusan Rektor Institut Agama Islam Negeri Parepare Nomor: 3415 Tahun 2024, tanggal 14 Oktober 2024 tentang pembimbing skripsi/tugas akhir mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah;
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan**
- Keputusan Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah tentang pembimbing skripsi/tugas akhir mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare Tahun 2024
 - Menunjuk saudara: **Nur Afiah, M.A.**, sebagai pembimbing skripsi/tugas akhir bagi mahasiswa :
Nama Mahasiswa : NURFADILA
NIM : 2120203870232008
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Penelitian : PENGARUH EFikasi DAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KETERBUKAAN DIRI PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL
 - Tugas pembimbing adalah membimbing dan mengarahkan mahasiswa mulai pada penyusunan sinopsis sampai selesai sebuah karya ilmiah yang berkualitas dalam bentuk skripsi/tugas akhir;
 - Segala biaya akibat diterbitkannya surat keputusan ini dibebankan kepada Anggaran belanja IAIN Parepare;
 - Surat keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan Parepare
Pada tanggal 14 Oktober 2024
Dekan.



Dr. A. Nurkidam, M.Hum.
NIP 196412311992031045

Surat Izin Penelitian ke Dinas Penanaman Modal Parepare



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Alamat : JL. Amal Bakti No. 8, Soreang, Kota Parepare 91132 ☎ (0421) 21307 📠 (0421) 24404
PO Box 909 Parepare 91110, website : www.iainpare.ac.id email: mail.iainpare.ac.id

Nomor : B-1231/In.39/FUAD.03/PP.00.9/05/2025 27 Mei 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian

Yth. Walikota Parepare
Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Parepare
di
KOTA PAREPARE

Assalamu Alaikum Wr. Wb.

Dengan ini disampaikan bahwa mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Parepare :

Nama : NURFADILA
Tempat/Tgl. Lahir : POLEWALI MANDAR, 24 Juli 2003
NIM : 2120203870232008
Fakultas / Program Studi : Ushuluddin, Adab dan Dakwah / Bimbingan Konseling Islam
Semester : VIII (Delapan)
Alamat : KANANG, DESA BATETANGNGA, JLN. PENANIAN, KEC: BINUANG,
KAB. POLEWALI MANDAR

Bermaksud akan mengadakan penelitian di wilayah Walikota Parepare dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF CONFIDENCE TERHADAP SELF DISCLOSURE PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL

Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada tanggal 27 Mei 2025 sampai dengan tanggal 27 Juni 2025.

Demikian permohonan ini disampaikan atas perkenaan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Wr. Wb.

Dekan,



Dr. A. Nurkidam, M.Hum.
NIP 196412311992031045

Tembusan :

1. Rektor IAIN Parepare

Surat Izin Rekomendasi Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal Parepare

SRN IP000579


PEMERINTAH KOTA PAREPARE
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jl. Bandar Madani No. 1 Telp (0421) 23594 Faximile (0421) 27719 Kode Pos 91111, Email : dpmptsp@pareparekota.go.id

REKOMENDASI PENELITIAN
Nomor : 579/IP/DPM-PTSP/ 6/2025

Dasar : 1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan, dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
3. Peraturan Walikota Parepare No. 23 Tahun 2022 Tentang Pendelegasian Wewenang Pelayanan Perizinan dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

Setelah memperhatikan hal tersebut, maka Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu :

MENGIZINKAN

KEPADA
NAMA : **NURFADILA**

UNIVERSITAS/ LEMBAGA : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**
Jurusan : **BIMBINGAN KONSELING ISLAM**

ALAMAT : **KANANG, KAB. POLEWALI MANDAR**
UNTUK : melaksanakan Penelitian/wawancara dalam Kota Parepare dengan keterangan sebagai berikut :

JUDUL PENELITIAN : **PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF CONFIDENCE TERHADAP SELF DISCLOSURE PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL**

LOKASI PENELITIAN : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**

LAMA PENELITIAN : **12 Juni 2025 s.d 12 Juli 2025**

a. Rekomendasi Penelitian berlaku selama penelitian berlangsung
b. Rekomendasi ini dapat dicabut apabila terbukti melakukan pelanggaran sesuai ketentuan perundang - undangan

Dikeluarkan di: **Parepare**
Pada Tanggal : **13 Juni 2025**

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KOTA PAREPARE**


Hj. ST. RAHMAH AMIR, ST, MM
Pembina Tk. 1 (IV/b)
NIP. 19741013 200604 2 019

Biaya : Rp. 0.00

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1.
- Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan BSR E
- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan terdaftar di database DPMPPTSP Kota Parepare (scan QRCode)



Balai
Sertifikasi
Elektronik



KETENTUAN PEMEGANG IZIN PENELITIAN

1. Sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan, harus melaporkan diri kepada Instansi/Perangkat Daerah yang bersangkutan.
2. Pengambilan data/penelitian tidak menyimpang dari masalah yang telah diizinkan dan semata-mata untuk kepentingan ilmiah.
3. Mentaati Ketentuan Peraturan Perundang -undangan yang berlaku dengan mengutamakan sikap sopan santun dan mengindahkan Adat Istiadat setempat.
4. Setelah melaksanakan kegiatan Penelitian agar melaporkan hasil penelitian kepada Walikota Parepare (Cq. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kota Parepare) dalam bentuk Softcopy (PDF) yang dikirim melalui email : ltbangbappedaparepare@gmail.com.
5. Surat Izin akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang Surat Izin tidak mentaati ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

Lembar Kedua Izin Penelitian



Surat Keterangan Telah Selesai Melaksanakan Penelitian

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
Jalan Amal Bakti No. 8 Soreang, Kota Parepare 91132 Telepon (0421) 21307, Fax. (0421) 24404
PO Box 909 Parepare 91100, website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

SURAT KETERANGAN TELAH MENELITI
Nomor : B.114/In.39./TL.00/10/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini,

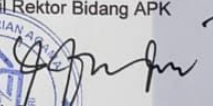
Nama : Dr. H. Saepudin, S.Ag., M.Pd.
NIP : 197212161999031001
Jabatan : Wakil Rektor Bidang APK

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Nurfadilah
NIm : 2120203870232008
Alamat : Kanang, Desa Batetangga, JL, Penanian, Kec. Binuang Kab. Polewali Mandar
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Semester : VIII (Delapan)

Telah melaksanakan penelitian di wilayah IAIN Parepare dalam rangka penyusunan Skripsi yang berjudul "*Pengaruh Self Efficacy dan Self Confidence Terhadap Self Disclosure Pada Mahasiswa di Media Sosial di IAIN Parepare Tahun 2025*"
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 16 Oktober 2025
Wakil Rektor Bidang APK


Dr. H. Saepudin, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197212161999031001



Tabulasi data X2

[illegible]

XXX

Uji validitas variabel *self efficacy* (X1)

IBM SPSS Statistics Processor is ready | Unicode ON | H: 1874, W: 1943 pt

Form	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
form19	.327**	.000	118
form20	.355**	.000	118
form21	.316**	.000	118
form22	.330**	.000	118
form23	.322**	.000	118
form24	.393**	.000	118
form25	.361**	.000	118
form26	.299**	.001	118

Uji validitas variabel *self confidence* (X2)

IBM SPSS Statistics Processor is ready | Unicode ON | H: 2146, W: 2211 pt

Form	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
form23	.215**	.019	118
form24	.366**	.000	118
form25	.401**	.000	118
form26	.207**	.024	118
form27	.349**	.000	118
form28	.297**	.001	118
form29	.317**	.000	118
form30	.188**	.042	118

Uji validitas variabel *self disclosure* (Y)

Variable	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
form23	.443**	.000	118
form24	.436**	.000	118
form25	.472**	.000	118
form26	.430**	.000	118
form27	.540**	.000	118
form28	.429**	.000	118
form29	.432**	.000	118
form30	.509**	.000	118

Uji reliabilitas variabel *self efficacy* (X1)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.947	26

Uji reliabilitas variabel *self confidence* (X2)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.958	30

Uji reliabilitas variabel *self disclosure* (Y)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.977	30

Uji normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X1	.093	118	.014	.959	118	.001
X2	.077	118	.085	.961	118	.002
Y	.107	118	.002	.932	118	.000

a. Lilliefors Significance Correction

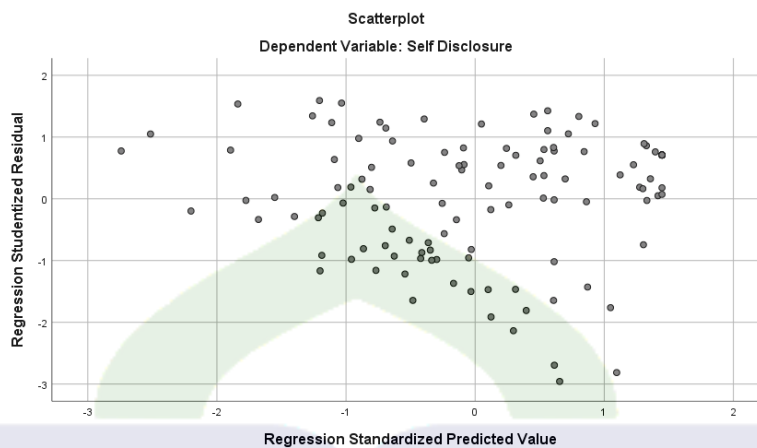
Uji multikolineritas

Coefficients^a

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	X1	.279	3.584
	X2	.279	3.584

a. Dependent Variable: Y

Uji heteroskedastisitas



Uji regresi linear berganda

		Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients				
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	-16.047	10.239		-1.567	.120		
	Self Efficacy	.082	.232	.045	.355	.723	.279	3.584
	Self Confidence	.951	.183	.658	5.192	.000	.279	3.584

a. Dependent Variable: *Self disclosure*

Uji koefisien determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.696 ^a	.485	.476	19.085

a. Predictors: (Constant), Self Confidence, Self Efficacy

b. Dependent Variable: *Self disclosure*

Uji F (simultan)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	39439.156	2	19719.578	54.141	.000 ^b
	Residual	41885.996	115	364.226		
	Total	81325.153	117			

a. Dependent Variable: *Self disclosure*

b. Predictors: (Constant), Self Confidence, Self Efficacy

Uji T (parsial)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	-16.047	10.239		-1.567	.120		
	Self Efficacy	.082	.232	.045	.355	.723	.279	3.584
	Self Confidence	.951	.183	.658	5.192	.000	.279	3.584

a. Dependent Variable: *Self disclosure*

Bukti angket melalui google form

Pengaruh *Self efficacy* dan *Self confidence* terhadap *Self disclosure* pada mahasiswa di media sosial

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam .

Perkenalkan saya Nur Fadila
Program Studi Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
IAIN Parepare

Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1). Untuk itu saya mohon kesediaan saudara (i) agar berkenan mengisi kuisi penelitian ini.

Segala informasi yang anda berikan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Dengan mengisi kuisi penelitian ini, saudara (i) telah dianggap berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini.

1. Saya dapat menjaga fokus saat menghadapi tantangan berat *

1	2	3	4	
Sangat Tidak Setuju	☐	☐	☐	Sangat Setuju

2. Saya percaya pada kemampuan saya untuk memecahkan masalah yang kompleks *

1	2	3	4	
Sangat Tidak Setuju	☐	☐	☐	Sangat Setuju

3. Saya merasa mampu beradaptasi dengan situasi yang tidak terduga *

1	2	3	4
☐	☐	☐	☐

Hasil Turnitin

SKRIPSI-DILLA-2-OKT-6-1

ORIGINALITY REPORT

24%
SIMILARITY INDEX

22%
INTERNET SOURCES

10%
PUBLICATIONS

11%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.iainpare.ac.id Internet Source	8%
2	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1%
3	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1%
4	repository.iainpalopo.ac.id Internet Source	1%
5	jurnalp3k.com Internet Source	<1%
6	jurnal.untag-sby.ac.id Internet Source	<1%
7	repository.uinsaizu.ac.id Internet Source	<1%
8	e-journal.hamzanwadi.ac.id Internet Source	<1%
9	Submitted to UIN Raden Intan Lampung Student Paper	<1%
10	journal.unibos.ac.id Internet Source	<1%
11	jurnal.uts.ac.id Internet Source	<1%
12	etd.uinsyahada.ac.id Internet Source	<1%

docobook.com

BIODATA PENULIS



Penulis bernama NURFADILA adalah salah satu mahasiswa IAIN Parepare yang lahir pada tanggal 24 JULI 2003 di Kanang, Kabupaten Polewali Mandar. Penulis merupakan anak dari pasangan bapak Baharuddin dan ibu Miati, anak pertama dari dua bersaudara. Penulis memulai pendidikannya di MI DDI Kanang pada tahun 2009-2015, selanjutnya melanjutkan Sekolah Menengah Pertama (SMP) di MTs DDI Kanang Tahun (2015-2018), Penulis melanjutkan Pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) di MA DDI Kanang. Setelah lulus menempuh Pendidikan di Sekolah Menengah Atas Tahun (2018-2021), kemudian penulis melanjutkan Pendidikan di IAIN PAREPARE dengan Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Penulis pernah mengikuti KKN Angkatan 35 Posko 19 di Desa Suruang Kec.Caampalagian, Kab. Polewali Mandar dan juga mengikuti Praktik Pengenalan Lapangan (PPL) di SMAN 7 PINRANG. Penulis pernah aktif di organisasi HMPS BKI pada tahun 2023. Akhir kata dari penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya karena telah menyelesaikan studi dengan skripsi yang berjudul **“PENGARUH SELF EFFICACY DAN SELF CONFIDENCE TERHADAP SELF DISCLOSURE PADA MAHASISWA DI MEDIA SOSIAL”**

"Perjalanan ini mengajarkanku untuk percaya pada proses, menghargai usaha sekecil apa pun, dan menerima bahwa setiap pencapaian yang baik membutuhkan waktu dan keteguhan."