

4/23/2025

KOMUNIKASI INTERPERSONAL KEL.

KONSEP DIRI & KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI

Pertemuan-5

Self-Disclosure

facilitators-model
gatherings
uncovers-my-own-story
deep-sharing
speaking-from-personal-experience
builds-empathy
participants-model
discovering-commonality
consider-the-impact
not-therapy
avoid-attention-seeking
shared-humanity
break-the-ice
shared-humanity
respecting-confidentiality
builds-community
shares-your-humanity
risk-vulnerability
share-Transforming-Power-stories
increases-trust
we-all-have-problems
self-discovery
lowe-your-walls
feeling-safe
sharing-personal-stories
respecting-right-to-pass
opportunity-to-learn-and-heal-ourselves
builds-empathy
participants-model



Heni Pandaryasi, M.Si.

Daftar Isi

- Konsep Diri
- Self Disclosure Dalam KAP (Pengungkapan Diri)

KONSEP DIRI

Manusia memiliki kepribadian yang dinamis, yaitu **kepribadian yang berubah-ubah sesuai dengan faktor internal maupun faktor eksternal**. Kedinamisan pribadi seseorang terpengaruh dari faktor eksternal yang meliputi lingkungan sosial, sedangkan faktor internal berupa pembawaan sifat yang diwariskan sejak lahir dalam diri sendiri. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pribadi adalah manusia sebagai perseorangan (diri manusia atau diri sendiri).



"Setiap orang berpikir untuk mengubah dunia, tapi tidak ada yang berpikir untuk mengubah dirinya sendiri." - Leo Tolstoy

"Kebahagiaan adalah ketika apa yang kamu pikirkan, katakan, dan lakukan selaras." - Mahatma Gandhi

"Bahagia itu diri kamu sendiri yang menciptakan bukan berharap dan bergantung pada orang lain" Henny

1. KONSEP DIRI

Menurut William D Brooks,

Konsep Diri adalah **persepsi** tentang diri kita yg bersifat fisik, psikologis, dan sosial yg datang dari pengalaman dan interaksi kita dengan orang lain.

Persepsi Fisik: Rupa cantik atau jelek, penampilan fisik menarik atau tidak, kekuatan tubuh, dst

Persepsi Psikologis: Watak, yg membuat senang atau sedih, yang membuat benci, dst

Persepsi Sosial: Pandangan orang lain terhadap saya, disukai atau tidak, dihargai atau tidak, dst

- Konsep diri yang berkualitas dalam komunikasi antar pribadi dapat menciptakan komunikasi yang baik . Konsep diri terbagi menjadi dua bagian: menurut Willian D. Brooks dan Philip Emmert
 1. Konsep diri yang positif
 2. Konsep diri yang negatif.

1. Konsep diri Negatif

Konsep diri negatif memiliki beberapa tanda, salah satunya adalah seorang yang memiliki konsep diri yang negatif cenderung merasa tersinggung atau marah ketika dikritik.

2. Konsep diri yang Positif

Ditandai dengan kemampuan seseorang ketika menghadapi masalah. seorang yang memiliki konsep diri positif cenderung dapat menyelesaikan masalahnya sendiri.

Kedua konsep diri tersebut berkorelasi dengan komunikasi antar pribadi.

Pembentukan Konsep Diri

- Konsep diri adalah pandangan kita mengenai siapa diri kita hanya bisa diperoleh melalui informasi yang diberikan oleh orang lain kepada kita.
Konsep diri yang paling dini umumnya dipengaruhi oleh keluarga, dan orang-orang dekat lainnya di sekitar kita, termasuk kerabat.
- Konsep diri meliputi apa yang anda pikirkan dan apa yang anda rasakan tentang diri anda.
- Anita Taylor mendefinisikan konsep diri sebagai “*all you think and feel about you, the entire complex of beliefs and attitudes you hold about yourself*: (1977:98)

KOMPONEN KONSEP DIRI

1. kognitif disebut self image (citra diri), ex : saya pintar
2. afektif disebut self esteem (harga diri)/ persepsi evaluatif seseorang thd diri sendiri, ex: saya senang bahwa saya pintar

Faktor-faktor yang mempengaruhi orang lain

- o **Orang lain**

Gabriel Marcel, filsosofi eksistensialis: Kita mengenal diri kita dengan mengenal orang lain lebih dahulu. Bagaimana anda mengenal diri saya, akan membentuk konsep diri saya.

Orang Amerika mengenal mahasiswa yang mendapat beasiswa Fullbright sebagai orang-orang cerdas.

- o **Kelompok Rujukan(reference group)**

Dalam masyarakat adanya kelompok-kelompok tertentu dalam organisasi. Setiap kelompok mempunyai norma-norma tertentu. Ada kelompok yang secara emosional mengikat diri kita dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri kita.

Pengaruh konsep diri pada Komunikasi Interpersonal

- Nubuat yang dipenuhi sendiri
- Membuka diri
- Percaya diri
- Selectivitas

JENIS – JENIS KONSEP DIRI MENURUT JOHARI WINDOW'S

Wilayah Terbuka (My Public Self/Open Area)

berisikan informasi yang diketahui oleh diri sendiri dan orang lain.

Wilayah Buta (My Blind Spot)

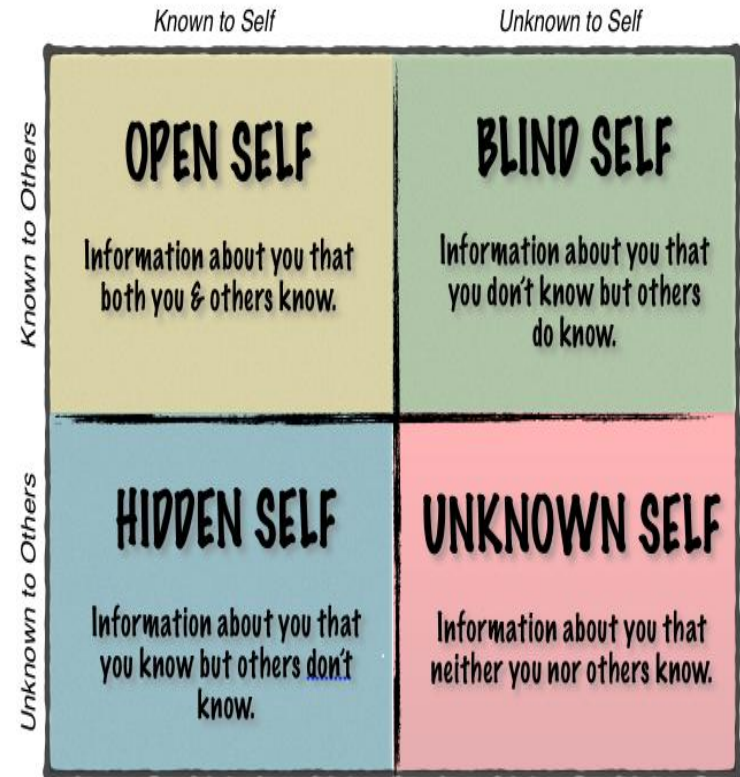
berisikan informasi tentang diri kita yang diketahui orang lain tetapi kita sendiri tidak mengetahuinya.

Wilayah Tak Dikenal (My Unconscious Self/Unknown Self)

bagian dari diri kita yang tidak diketahui baik oleh kita sendiri maupun oleh orang lain.

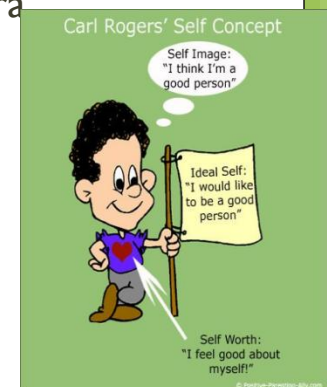
Wilayah Tersembunyi (My Hidden Self)

semua hal yang kita ketahui tentang diri sendiri dan orang lain tetapi hanya disimpan untuk sendiri.



JENIS-JENIS KONSEP DIRI MENURUT WEAVER

- Self Awareness / Kesadaran diri
proses menyadari diri tentang siapakah aku?, di mana aku berada?, dan bagaimana orang lain memandang diriku?.
- Self Acceptance / Penerimaan diri
jika orang sadar pada dirinya, maka apa yang terjadi akan diterimanya sebagai kenyataan.
- Self Actualization / Aktualisasi diri
dengan menerima kenyataan, orang baru dapat mengembangkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
Kita menerima kenyataan, sehingga kita baru dapat mengembangkan diri kita
- Self Disclosure / pengungkapan diri
keinginan yang perlu diungkapkan atau dikomunikasikan, apakah itu secara terang-terangan atau terselubung agar orang lain dapat mengetahuinya.



Hubungan konsep diri dalam komunikasi antar pribadi adalah sebagai berikut:

1. Bersifat terbuka

Bersifat terbuka dalam komunikasi antar pribadi merupakan konsep diri yang positif. Seorang yang berani terbuka pada orang lain berarti bahwa orang tersebut sudah mempercayai dan mengetahui pengalaman-pengalaman orang lain. Keterbukaan dalam komunikasi antar pribadi memberikan dampak positif seperti dapat memberikan penilaian karakter diri sendiri.

2. Percaya diri

Seorang yang memiliki konsep diri yang baik akan merasa percaya diri ketika berbicara dengan orang lain. Hal ini mencerminkan adanya hubungan konsep diri dengan komunikasi antar pribadi. Seorang yang memiliki konsep diri positif maka ia akan mampu menghadapi segala macam permasalahan dalam kehidupannya dengan penuh rasa percaya diri. Sedangkan seorang yang memiliki konsep negatif cenderung menghindari permasalahan yang dihadapi.

3. Selektivitas

Selektivitas dalam komunikasi merupakan upaya yang perlu dilakukan untuk mencegah kesalahpahaman. Selektivitas juga berhubungan dengan konsep diri dalam komunikasi antar pribadi. Adanya hubungan konsep diri mempengaruhi terpaan isi pesan yang selektif, ingatan yang selektif, pandangan terhadap isi pesan yang selektif.

4. Memotivasi diri

Seorang yang memiliki konsep diri yang positif ketika sedang berkomunikasi akan mempunyai cara untuk memotivasi dirinya sendiri dengan hal-hal yang positif. Sedangkan orang yang memiliki konsep diri yang negatif cenderung memotivasi dirinya dengan hal yang negatif. Misalnya, ketika kita mengerjakan sesuatu hal yang sulit. Konsep diri negatif akan memotivasi dirinya dengan “semua hal yang dilakukan itu sulit, kamu tidak akan mampu”. Maka orang tersebut tidak akan mampu menyelesaikannya. Begitu pula sebaliknya.

5. Meningkatkan pengetahuan diri

Komunikasi antar pribadi yang berhubungan dengan konsep diri memberikan manfaat yaitu dapat meningkatkan pengetahuan tentang diri sendiri. Orang yang berinteraksi biasanya dapat menilai dan memberikan evaluasi terhadap lawan bicaranya.

6. Harga diri

Harga diri merupakan wujud korelasi antara konsep diri dan komunikasi antar pribadi. Seorang yang telah mengetahui konsep dirinya negatif maka orang tersebut akan memperbaiki dirinya untuk menciptakan konsep diri yang positif agar dapat meningkatkan kualitas dirinya.

7. Kesamaan persepsi

Apabila seseorang sudah dapat memahami konsep dirinya sendiri dan konsep diri orang lain maka komunikasi akan berjalan dengan efektif. Memahami konsep diri berarti seseorang mampu menilai dirinya sendiri. Tujuan pembentukan konsep diri dalam komunikasi antar pribadi adalah untuk mencapai kesamaan makna persepsi.

8. Penilaian

Seorang yang memiliki harapan dalam hidupnya akan dapat menilai konsep dirinya. Penilaian dapat dilihat melalui pengukuran kemampuan seseorang untuk mencapai harapan-harapan yang telah dimilikinya.

9. Empati

Seorang yang memiliki rasa empati berarti orang tersebut telah memahami konsep diri antara dirinya dan konsep diri orang lain. Penilaian tersebut membangkitkan rasa empati seseorang saat melihat konsep diri yang negatif.

10. Dukungan

Hubungan konsep diri dalam komunikasi antar pribadi terwujud dari adanya dukungan dari orang lain. Jika seseorang memiliki pengetahuan akan konsep diri baik negatif atau positif maka orang lain akan memberikan dukungan dengan tujuan untuk menciptakan komunikasi yang efektif. Dukungan dalam bentuk membantu orang untuk mengenali konsep dirinya sendiri.

2. SELF DISCLOSURE DALAM KAP (pengungkapan diri)

Salah satu bentuk yang paling penting dari komunikasi interpersonal dimana Anda bisa terlibat dalam pembicaraan tentang diri Anda sendiri, atau pengungkapan diri, yang mengacu pada informasi tentang diri Anda kepada orang lain. Yang secara umum melibatkan informasi tentang:

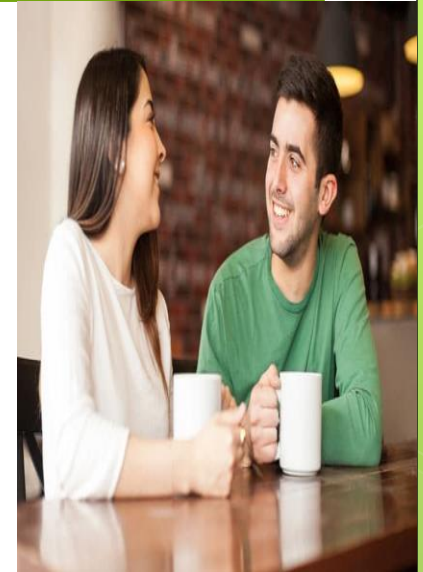
1. nilai-nilai, keyakinan dan keinginan,
2. perilaku,
3. kualitas diri atau karakteristik.

Pengungkapan diri terjadi pada semua bentuk komunikasi, bukan hanya interpersonal. Sebagai contoh, pengungkapan diri dapat terjadi dalam tatap muka serta melalui televisi dan internet. Dalam grup obrolan, misalnya, banyak pengungkapan diri berlangsung, seperti halnya ketika orang mengungkapkan diri mereka dalam email pribadi dan dalam pengajuan *newsgroup*.



PENYINGKAPAN/pengungkapan DIRI (SELF DISCLOSURE)

- Teori Penyingkapan Diri:
Membeberkan Informasi tentang diri sendiri secara sengaja
- Membiarkan orang lain mengetahui kehidupan kita
- Setiap Individu memiliki konsep diri
- Konsep diri lebih dapat terungkap jika menggunakan KAP
(Komunikator –Komunikan, sebaliknya)



ASUMSI SELF DISCLOSURE

KAP akan lebih efektif jika antara komunikator dan komunikan memiliki konsep diri yang positif.

KAP akan lebih efektif jika komunikator dan komunikan dapat menyingkap masing – masing konsep diri.

DEFINISI SELF DISCLOSURE (Joseph A. Devito)

Suatu bentuk k'si dimana informasi ttg diri yang biasanya disimpan atau disembunyikan, dikomunikasikan kepada orang lain.

Definisi Self Disclosure: Culbert

Culbert menyebutkan bahwa informasi yg diungkapkan dalam self disclosure bersifat sangat pribadi (personally private)

Dimensi Self Disclosure

1. **Ukuran self disclosure**
dpt dilihat dari frekuensi seseorang melakukan nya dan berapa lama durasi/ waktu untuk menyatakan pengungkapan diri tsb.
2. **Valensi self disclosure**
kualitas positif dan negatif dari self disclosure (baik dan menyenangkan atau tdk menyenangkan. Ini akan menimbulkan dampak yg berbeda baik bagi yg mengungkapkan maupun pendengarnya.
3. **Kecermatan dan Kejujuran**
kecermatan dan ketepatan dibatasi oleh sejauhmana kita mengenal diri kita sendiri. self disclosure juga tergantung kejujuran
4. **Tujuan / maksud**
kita dpt menyingkapkan sesuatu yg kita maksudkan shg dpt mengontrol self disclosure
5. **Keintiman**
kita dpt menyingkapkan hal2 yg paling intim atau sbg periferal atau hal2 yg terletak diantara keduanya.

Faktor2 yang Mempengaruhi Self Disclosure :

1. **Besar kelompok**

Pengungkapan diri lebih banyak terjadi dalam kelompok kecil ketimbang kelompok besar. Diad (kel.Yg terdiri atas 2 orang) merupakan lingkup kelompok yang dirasa cocok karena pelaku komunikasi nya tidak banyak. Jika pendengar lebih dari 1 maka tanggapan pun akan semakin beragam sehigga sulit meresapi tanggapan dg cermat.

2. **Perasaan menyukai**

kita membuka diri kpd orang2 yg kita sukai / cintai, orang yg kita sukai / menyukai kita cenderung bersikap mendukung positif, kita juga lebih banyak membuka diri pd orang yg kita percayai.

3. **Efek diadik**

Kita melakukan pengungkapan diri bila orang yg bersama kita juga melakukan pengungkapan diri Hal ini membuat kita merasa lebih aman.

Berg&Archer melaporkan pengungkapan diri menjadi lebih akrab bila dilakukan sebagai tanggapan atas pengungkapan diri orang lain.

4. **Kompetensi**

Orang yg kompeten biasanya lebih percaya diri dan lebih mempunyai banyak hal positif ttg diri mereka sendiri untuk diungkapkan ketimbang orang2 yg tdk kompeten.

5. Kepribadian

Orang2 yg pandai bergaul dan ekstrovert melakukam pengungkapan diri lebih banyak ketimbang mereka yg kurang pandai bergaul dan introvert. Orang yg kurang berani bicara pd umumnya juga kurang bisamengungkapkan dirinya.

6. Topik

sejumlah topik lebih memungkinkan orang untuk membuka diri daripada topik lain
-ex: kita cenderung membuka diri ttg pekerjaan/hobi daripada kehidupan seks /keuangan

7. Jenis Kelamin

banyak riset menunjukan bahwa wanita lebih membuka dirinya dibandingkan pria, wanita lebih banyak mengungkapkan diri pd yg ia sukai sedangkan pria lebih banyak pd orang yg ia percayai.

8. Ras, kebangsaan dan usia

kulit putih lebih terbuka daripada kulit hitam, orang Amerika lebih terbuka daripada orang Puerto Rico, Jerman, Inggris dan Timur Tengah. self disclosure lebih banyak terjadi pd pasangan usia 17-50 thn, setelah usia tsb kecenderungan self disclosure menurun.

Sumber:

Joseph A Devito, Komunikasi Antarmanusia, Edisi kelima

Jalaluddin Rakhmat, Penerbit PT Remja Rosdakrya Bandung,
Psikologi Komunikasi

thank you

tusind tak
謝謝 dakujem vám
ありがとう
ngiyabonga
dziękuję
merci
baie dankie
धन्यवाद molte grazie
gracias
obrigada
takk
obrigado
teşekkür ederim
شكرا
tack så mycket
gràcies
tānan
teşekkür
dire
halo
suksema
danke

gettyimages
Masset