

**KETERBUKAAN DIRI ANAK DEWASA AWAL KEPADA ORANG TUA
SAAT MENGALAMI TEKANAN AKADEMIK DI PERGURUAN TINGGI**

SKRIPSI



Oleh:

DEVITA ALYSHAAULIA PUTRI

NPM. 22043010251

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA DAN POLITIK
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAWA TIMUR
SURABAYA**

2026

**KETERBUKAAN DIRI ANAK DEWASA AWAL KEPADA ORANG TUA
SAAT MENGALAMI TEKANAN AKADEMIK DI PERGURUAN TINGGI**

SKRIPSI



Oleh:

DEVITA ALYSHA AULIA PUTRI

NPM. 22043010251

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA DAN POLITIK
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAWA TIMUR**

SURABAYA

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

KETERBUKAAM DIRI ANAK DEWASA AWAL KEPADA ORANG TUA SAAT MENGALAMI TEKANAN AKADEMIK DI PERGURUAN TINGGI

Disusun oleh:

Devita Alysha Aulia Putri
NPM. 22043010251

Telah disetujui mengikuti ujian lisan skripsi

DOSEN PEMBIMBING



Syifa Syarifah Alamiyah, S.Sos., M.Commun
NIP. 198403242024212021

Mengetahui

DEKAN FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA, DAN POLITIK



Prof. Dr. Catur Suratnoaji, M.Si
NIP. 196804182021211006

LEMBAR PENGESAHAN

**KETERBUKAAN DIRI ANAK DEWASA AWAL KEPADA ORANG TUA SAAT
MENGALAMI TEKANAN AKADEMIK DI PERGURUAN TINGGI**

Oleh:

Devita Alysha Aulia Putri

NPM. 22043010251

Telah dipertahankan dihadapan dan diterima oleh Tim Penguji Skripsi Program
Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial, Budaya, dan Politik Universitas
Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur pada tanggal 16 Juli 2026

Menyetujui,

PEMBIMBING

TIM PENGUJI,

Syifa Syarifah Alamiyah, S.Sos., M.Commun

NIP. 198403242024212021

Syifa Syarifah Alamiyah, S.Sos., M.Commun

NIP. 198403242024212021

Augustin Mustika Chairil, S.I. Kom., M.A

NIP. 1993080820222032016

Dian Hutami R., S.I. Kom., M.Med. Kom.

NIP. 199003082024061001

Mengetahui

DEKAN FISIBPOL

Prof. Dr. Catur Suratnoaji, M.Si

NIP. 196804182021211006

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Devita Alysha Aulia Putri
NPM : 22043010251
Program : Sarjana (S1)
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Ilmu Sosial, Budaya dan Politik

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian dari karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain/lembaga lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dalam skripsi ini dan disebutkan secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dan saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi. Apabila dikemudian hari ditemukan indikasi plagiat pada Skripsi, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun juga dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 20 Juli 2026
Yang Membuat pernyataan



Devita Alysha Aulia Putri
NPM. 22043010251

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu persyaratan akademik dalam menyelesaikan studi pada Program Sarjana (S1) Ilmu Komunikasi, Fakultas Sosial, Budaya dan Politik UPN “Veteran” Jawa Timur. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan selama proses penyusunan proposal skripsi ini, kepada:

1. Prof. Dr. Catur Suratnoaji, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik.
2. Dr. Syafrida N. Febriyanti, M.Med.Kom, selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi.
3. Ibu Syifa Syarifah Alamiyah, S.Sos., M. Commun, selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan, arahan, ilmu dan masukan selama proses penelitian dan penyusunan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Ade Kusuma, S.Sos., M.Med.Kom selaku Dosen Wali yang telah memberikan perhatian dan dukungan selama masa perkuliahan.
5. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik UPN “Veteran” Jawa Timur yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan kenangan selama masa perkuliahan.
6. Keluarga penulis yaitu ayah, mama, kakak, adek dan eyanguti yang selalu memberikan doa, kasih sayang, motivasi dan dukungan, baik moral maupun finansial sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan ini.

7. Kepada Dewi Pratiwi sebagai sahabat penulis sejak awal masuk perkuliahan yang selalu ada, mendengarkan, dan memberikan semangat di setiap proses yang tidak mudah ini. Serta, Pengyou (Melisa, Meliana, Dinita, Priska, Adel, dan Auraora) yang telah menjadi bagian dari perjalanan penulis, menghadirkan tawa, dukungan, dan kebersamaan yang tidak terlupakan.
8. Seluruh pihak yang telah terlibat, memberikan kisah, doa dan dukungan dalam proses penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
9. Terakhir, kepada penulis sendiri. Banyak proses, perjalanan panjang, keluh kesah yang telah dijalani, dihadapi dan telah diselesaikan. Terima Kasih telah berusaha, bertahan dan berkomitmen untuk menyelesaikan seluruh proses perkuliahan, serta penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun bagi penelitian ini sangat penulis harapkan guna perbaikan penelitian ini di masa mendatang

Surabaya, Juli 2026

Devita Alysha Aulia Putri

ABSTRAK

Sebagai makhluk sosial, anak dewasa awal yang menghadapi tekanan akademik di perguruan tinggi, berupa beban perkuliahan, tuntutan tugas yang menumpuk, hingga ancaman kejenuhan akademis (*burnout*), memerlukan interaksi dalam keluarga. Penelitian ini dilakukan untuk memahami secara mendalam bagaimana anak dewasa awal melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) kepada orang tua saat mengalami tekanan akademik tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis proses keputusan keterbukaan diri anak dewasa awal kepada orang tua saat mengalami tekanan akademik di perguruan tinggi, serta memahami bagaimana persepsi terhadap pola komunikasi keluarga mempengaruhi pilihan mereka untuk terbuka atau tertutup.

Penelitian ini mengacu pada Teori Penetrasi Sosial oleh Altman dan Taylor, yang menyediakan kerangka kerja untuk memahami perkembangan keintiman hubungan interpersonal melalui pertukaran informasi. Metodologi yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk memperoleh pemahaman mendalam terhadap pengalaman subjektif individu, khususnya dalam konteks krisis komunikasi keluarga di Kota Surabaya. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan sebelas (11) informan mahasiswa aktif yang menjadi subjek penelitian.

Penelitian ini menemukan bahwa proses keputusan keterbukaan diri anak dewasa awal mengenai tekanan akademik sangat ditentukan oleh fondasi pengalaman komunikasi yang terbangun di dalam keluarga. Informan dengan pola komunikasi demokratis cenderung merasa aman untuk terbuka karena terbiasa mendapatkan ruang tanpa penghakiman. Sebaliknya, informan dengan orang tua berpola otoriter menunjukkan kecenderungan penarikan diri secara emosional (*de-penetrasi*) sebagai bentuk perlindungan diri. Akibatnya, keterbukaan informasi mahasiswa menjadi terbatas, mereka cenderung selektif dengan hanya membagikan informasi akademik yang bersifat netral atau administratif, namun secara sadar menyembunyikan dimensi emosional negatif seperti stres, kelelahan, dan tangisan. Kedalaman informasi yang dibagikan sangat bergantung pada tingkat kepercayaan anak terhadap respons orang tua, di mana tujuan utama mereka bercerita sebenarnya adalah untuk mencari validasi emosional, bukan sekadar solusi praktis.

Kata Kunci: *Keterbukaan Diri, Tekanan Akademik, Dewasa Awal, Komunikasi Keluarga, Teori Penetrasi Sosial.*

ABSTRACT

As social beings, early adulthood individuals facing academic stress in higher education, manifested as heavy course loads, piled-up assignments, and the threat of academic (burnout) require interaction within the family. This study was conducted to deeply understand how early adulthood individuals navigate self-disclosure toward their parents when experiencing academic stress. It aims to describe and analyze the decision-making process of self-disclosure among early adulthood individuals toward their parents when facing academic stress in higher education, and to understand how perceptions of family communication patterns influence their choice to be open or closed.

This study is guided by the Social Penetration Theory by Altman and Taylor, which provides a framework to understand the development of interpersonal relationship intimacy through information exchange. The methodology used is qualitative with a descriptive approach to gain a profound understanding of individuals' subjective experiences, particularly in the context of family communication crises in the city of Surabaya. Data collection was carried out through in-depth interviews with eleven (11) active college student informants who became the research subjects.

The study finds that the self-disclosure decision-making process of early adulthood individuals regarding academic stress is heavily determined by the foundation of communication experiences established within the family. Informants with democratic communication patterns tend to feel secure in opening up because they are accustomed to a space without judgment. Conversely, informants with authoritarian parents exhibit a tendency toward emotional withdrawal (de-penetration) as a form of self-protection. Consequently, students' self-disclosure becomes restricted; they tend to be selective by only sharing neutral or administrative academic information while consciously concealing negative emotional dimensions such as stress, exhaustion, and crying. The depth of the shared information heavily depends on the child's level of trust in their parents' responses, highlighting that their primary goal in sharing is actually to seek emotional validation, rather than mere practical solutions.

Keywords: *Self-Disclosure, Academic Stress, Early Adulthood, Family*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASi.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Penelitian Terdahulu	8
2.2 Landasan Teori	15
2.2.1 Teori Penetrasi Sosial.....	15
2.2.2 Komunikasi Keluarga	17
2.2.3 Konseptualisasi <i>Self Disclosure</i>	19
2.2.4 Tekanan Akademik	22
2.3 Kerangka Berpikir	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Pendekatan Penelitian	27
3.2 Definisi Konseptual	28
3.2.1 Komunikasi Keluarga	28

3.2.2 Keterbukaan Diri (<i>Self-Disclosure</i>).....	29
3.2.3 Tekanan Akademik	30
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	30
3.4 Subjek dan Objek Penelitian.....	31
3.5 Pengumpulan Data.....	32
3.6 Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Gambaran Umum Obyek Penelitian	35
4.1.1 Data Informan	36
4.2 Penyajian Data dan Analisis Temuan Penelitian.....	49
4.2.1 Pengalaman Komunikasi Mahasiswa dengan Orang Tua yang Membentuk Keterbukaan Diri	50
4.2.2 Bentuk Keterbukaan Diri Mahasiswa Kepada Orang Tua Mengenai Tekanan Akademik.....	62
4.2.3 Respons Orang Tua terhadap Keterbukaan Diri Mahasiswa mengenai Tekanan Akademik	69
4.2.4 Cara Mahasiswa Menghadapi Tekanan Akademik Sebelum Memutuskan Terbuka Kepada Orang Tua.....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	81
5.1 Kesimpulan	81
5.2 Saran	83
5.2.1 Saran Teoritis	83
5.2.2 Saran Praktis	84
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN	88
RIWAYAT HIDUP.....	172

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Statistik Faktor Pendorong Gangguan Kesehatan Mental Mahasiswa di Indonesia	3
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	26

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	13
Tabel 4. 1 Data Informan.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Screening Question	88
Lampiran 2. Interview Guide	89
Lampiran 3. Hasil Wawancara	93
Lampiran 4. Hasil Observasi	166
Lampiran 5. Dokumentasi Wawancara Informan	168