



## **Self-disclosure dan Dukungan Sosial Sebagai Prediktor Kesejahteraan Subjektif pada Anggota GERKATIN di Surabaya**

Wisnu Aji Syah Putra<sup>(1)</sup>, Muhammad Haidarsyah Kasyfillah<sup>(2)</sup>, Nida Rivdah Aulia<sup>(3)</sup>, Feti Astuti<sup>(4)</sup>, Deassy Marlia Destiani<sup>(5)</sup> Nur Ida Fitria<sup>(6)</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

<sup>2,3,4,5</sup>Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

<sup>6</sup>Universitas Nahdlatul Ulama Blitar, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[wisnuyahpt7@gmail.com](mailto:wisnuyahpt7@gmail.com), <sup>2</sup>[haidarsyah61@gmail.com](mailto:haidarsyah61@gmail.com),

<sup>3</sup>[aulianida0711@gmail.com](mailto:aulianida0711@gmail.com), <sup>4</sup>[fetiastuti.2023@student.uny.ac.id](mailto:fetiastuti.2023@student.uny.ac.id),

<sup>5</sup>[deassymarlia.2023@student.uny.ac.id](mailto:deassymarlia.2023@student.uny.ac.id) <sup>6</sup>[idadafitria1906@gmail.com](mailto:idadafitria1906@gmail.com)

---

### **Abstract**

Subjective well-being is an important aspect that requires attention, particularly when it comes to understanding the differences in subjective well-being levels between people with and without disabilities. This study examines the influence of self-disclosure and social support on subjective well-being among members of the Indonesian Deaf Welfare Movement (GERKATIN) in Surabaya. A quantitative, correlational design was used, and 30 GERKATIN members were selected through random sampling techniques to participate in the study. Three main instruments were used in this study: the Revised Self-Disclosure Scale (RSDS), the Social Support Scale, and the Subjective Well-Being Scale. Multiple linear regression was used to analyze the data and determine the relationships and influences between variables. The results indicate that self-disclosure and social support together account for 7.9% of the variance in subjective well-being. This suggests that improving both variables could enhance the well-being of GERKATIN members. These results offer valuable insights for developing interventions and support programs for individuals with disabilities, particularly to improve their quality of life.

**Keyword:** *Self-disclosure, Social Support, Subjective well-being*

---

### **Abstrak**

Kesejahteraan subjektif merupakan aspek penting yang memerlukan perhatian, terutama dalam memahami perbedaan tingkat kesejahteraan subjektif antara orang dengan dan tanpa disabilitas. Studi ini mengkaji pengaruh pengungkapan diri dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif di kalangan anggota Gerakan Kesejahteraan Tuna Rungu Indonesia (GERKATIN) di Surabaya. Desain kuantitatif korelasi dan 30 anggota GERKATIN dipilih melalui teknik sampling acak untuk berpartisipasi dalam studi ini. Tiga instrumen utama digunakan dalam studi ini: Revised Self-Disclosure Scale (RSDS), Skala Dukungan Sosial, dan Skala Kesejahteraan Subjektif. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk menganalisis data dan menentukan hubungan serta pengaruh antara variabel. Hasil menunjukkan bahwa pengungkapan diri dan dukungan sosial bersama-sama menjelaskan 7,9% varians dalam kesejahteraan subjektif. Hal ini menyarankan bahwa meningkatkan kedua variabel tersebut dapat meningkatkan kesejahteraan anggota GERKATIN. temuan ini memberikan wawasan berharga untuk mengembangkan intervensi dan program dukungan bagi individu dengan disabilitas, terutama untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

**Kata Kunci:** *Keterbukaan Diri, Dukungan Sosial, Kesejahteraan Subjektif*

---

Received: 5 April 2025

Accepted: 7 Juni 2025

Published: 15 Juli 2025

---

## **Pendahuluan**

Manusia sejatinya makhluk sosial yang membutuhkan manusia lain untuk keberlangsungan hidupnya yang akan menuntukan arah kedepannya (Amalia & Nurussa'adah, 2021). sama seperti gerakan kesejahteraan tuna rungu Indonesia (GERKATIN) sebuah komunitas yang membutuhkan orang lain untuk keberlangsungan hidupnya bersama teman-teman tuli (Natalia et al., 2019). GERKATIN ini sebagai komunitas teman-teman tuli yang di pimpin oleh bu Asiok selaku penasehat untuk teman-teman tuli dan suaminya yang sebagai ketua GERKATIN bapak Ketut Indra Laksana, Fenomena menunjukkan bahwa anggota komunitas tuli merasa lebih sejahtera ketika mereka mendapatkan pelatihan yang sesuai dengan minat dan passion mereka (Dela Fuente, 2021).

GERKATIN juga berhasil menjadi tuan rumah Konferensi Regional Asia-Pasifik Federasi Dunia Tuna Rungu pada Desember 2004, yang dihadiri oleh 14 negara. Kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap persepsi mereka tentang kualitas hidup. (Andini & Maryatmi, 2020). *subjective well-being* adalah bentuk evaluasi diri yang mencakup afeksi dan kognisinya untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik untuk individu (Chen et al., 2022). Kesejahteraan yang didapatkan individu pada anak tuna rungu bisa didapatkan dari lingkungan eksternal karena ada dorongan positif yang didapatkannya (Khalimatul, 2024).

Kesejahteraan subjektif merupakan komponen penting dalam kehidupan seseorang karena dapat mengarah pada kondisi hidup yang lebih baik, nyaman, dan seimbang (Diener, 1984). Konsep ini juga merupakan bagian dari psikologi positif yang menekankan pada kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup (Han, 2020). Kehidupan yang sejahtera membawa kebahagiaan kepada individu (Salsabila & Maryatmi, 2020). Kesejahteraan subjektif dapat dipahami sebagai bentuk penilaian pribadi mengenai perasaan sejahtera yang dimiliki oleh seseorang. Hal ini merupakan representasi dari harapan untuk memiliki kehidupan berkualitas yang dinilai secara menyeluruh oleh individu itu sendiri (Anggraini et al., 2022).

Makna kebahagiaan sendiri bagi individu mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan persepsi terhadap kesejahteraan mengacu pada pengalaman hidup masing-masing individu (Anggraini et al., 2022). Kesejahteraan subjektif merupakan prediktor penting kualitas hidup karena memengaruhi kesuksesan individu dalam berbagai aspek kehidupan (Hidayah & Nurhadi, 2022). Orang dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih besar, membangun hubungan sosial yang sehat, dan menunjukkan kinerja kerja yang optimal. Kesejahteraan subjektif mencakup komponen kognitif yang berkaitan dengan kepuasan hidup dan komponen emosional yang terdiri dari perasaan positif dan negative (Indrahadi et al., 2020).

Kesejahteraan diri tergantung pada cara individu mengevaluasi kehidupannya. Sesuai dengan pendapat Muamar dan Suhari (2022), Seseorang yang merasa senang dengan kehidupannya serta sering merasakan perasaan positif, seperti bahagia dan penuh cinta, sekaligus jarang merasakan emosi negatif seperti sedih atau marah, dianggap memiliki tingkat kesejahteraan diri yang baik. Sebaliknya jika individu tidak merasakan

kepuasan dalam hidup, jarang memiliki emosi positif, dan memiliki emosi negatif, maka individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan diri yang rendah. Kejadian Kesejahteraan diri pada GERKATIN yang sudah diungkapkan bahwa kesejahteraan diri pada GERKATIN telah terbentuk dari program pelatihan untuk teman-teman tuli, jadi bisa di sebut keterbukaan diri antar sesama bisa menimbulkan kesejahteraan diri khususnya disini pada GERKATIN.

Salah satu faktor yang bisa meningkatkan *subjective well-being* pada individu adalah *self-disclosure* (Adzhani et al., 2020). Penelitian Hilma et al (2019) menunjukkan bahwa keterbukaan diri secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada pasangan yang berinteraksi secara daring. Temuan penelitian tersebut mengindikasikan adanya korelasi positif antara *self-disclosure* dan kesejahteraan subjektif, di mana individu yang lebih terbuka dalam mengungkapkan pikiran dan perasaannya cenderung mengalami tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Selaras penelitian Hossain et al. (2023) Hasil tersebut merefleksikan bahwa *self-disclosure* berkontribusi secara positif terhadap peningkatan kesejahteraan subjektif individu, khususnya dalam konteks situasi krisis seperti masa pandemi COVID-19. Penelitian Salsabila dan Maryatmi (2020) menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara *self-disclosure* dan *subjective well-being*, di mana dari total populasi 204 siswi, sebanyak 136 siswi dijadikan sampel dan hasilnya mengindikasikan hubungan positif antara keterbukaan diri dan tingkat kesejahteraan subjektif yang dirasakan.

*Self-disclosure* didefinisikan sebagai proses individu memperkenalkan dirinya kepada orang lain melalui pengungkapan informasi pribadi, yang biasanya didasarkan pada tingkat kepercayaan dan dapat mempererat hubungan interpersonal (Jourard, 1971). *self-disclosure* juga didefinisikan sebagai tindakan yang disengaja dalam menyampaikan informasi pribadi yang dianggap benar oleh individu tersebut. (Floyd, 2009). *Self-disclosure* adalah ragam komunikasi yang mengaitkan individu lain untuk mengetahui pandangan, hasrat dan perasaan mengenai diri sendiri secara mendalam (Sari & Suara, 2024). Bisa juga diartikan sebagai proses penyampaian informasi mengenai diri sendiri yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain (Maulidia & Widodo, 2022).

Selain *self-disclosure*, dukungan sosial juga memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being* (Sardi & Ayriza, 2020). penelitian Wijayanti et al. (2020) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh langsung dan positif terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja. Dukungan dari lingkungan sosial membuat remaja merasa dihargai, dicintai, dan diperhatikan, yang pada akhirnya meningkatkan kebahagiaan mereka. Penelitian Khairunisa et al. (2023) menyatakan bahwa pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif sangat mempengaruhi semakin tinggi dukungan sosial peer-group maka semakin tinggi *subjective well-being* siswa. Selanjutnya penelitian Yuspita et al. (2021) Studi ini menyarankan bahwa dukungan sosial yang positif dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif yang positif, menunjukkan bahwa dukungan sosial memengaruhi kesejahteraan subjektif. Mereka yang menerima dukungan sosial

merasa dicintai dan dihargai, serta lebih cenderung merasa menjadi bagian dari lingkungan sosial mereka (Wiffida et al., 2022).

Peran dukungan sosial adalah lingkungan sosial karena secara langsung dapat mempengaruhi individu dalam melakukan tindakan serta perubahan perilaku individu (Yulfa et al., 2022). Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi mengingat pentingnya *subjective well-being* bagi individu, terutama dalam konteks komunitas penyandang disabilitas seperti GERKATIN. Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan interaksi dan dukungan dari orang lain untuk mencapai kesejahteraan yang optimal. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi bagaimana *self-disclosure* dan dukungan sosial dapat meningkatkan *subjective well-being* anggota GERKATIN, serta untuk memberikan rekomendasi bagi kebijakan dan praktik yang mendukung kesejahteraan penyandang disabilitas (Nurofiqhoh et al., 2024).

### Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan signifikan antara variabel-variabel yang diteliti, baik secara parsial maupun simultan, dalam kerangka memahami dinamika psikologis pada populasi tunarungu. Subjek penelitian terdiri dari laki-laki dan perempuan yang merupakan anggota aktif komunitas GERKATIN di wilayah Surabaya. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik random sampling guna menjamin keterwakilan data secara proporsional dan menghindari bias seleksi. Penentuan jumlah sampel merujuk pada tabel Isaac & Michael, yang merekomendasikan bahwa apabila jumlah populasi kurang dari 100, maka keseluruhan populasi dapat digunakan sebagai sampel dengan tingkat signifikansi 5%. Oleh karena itu, dari total populasi sebanyak 30 individu, seluruhnya dijadikan sebagai responden dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui penyebaran instrumen kuesioner berbasis Google Form, yang kemudian didistribusikan secara efisien melalui aplikasi WhatsApp untuk menjangkau responden secara langsung dan memastikan partisipasi aktif meskipun dalam keterbatasan interaksi fisik. Pendekatan metodologis ini dipilih untuk menjamin validitas eksternal serta relevansi hasil penelitian dalam konteks komunitas inklusif.

Penelitian ini menggunakan tiga jenis instrumen pengukuran. Instrumen pertama adalah *Subjective well-being Scale* yang diadaptasi dari penelitian Nooryan (2020), berdasarkan konsep yang dikembangkan oleh Diener (2002), yang mencakup tiga aspek utama: kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif. Skala ini terdiri dari 20 item dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,936 dan menggunakan skala Likert empat poin, yaitu 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 4 (Sangat Setuju). Instrumen kedua adalah *Revised Self-disclosure Scale*, yang diadaptasi dari penelitian Septiani (2019) dan merujuk pada konsep dari (Jourard, 1971). Instrumen ini mengukur lima aspek keterbukaan diri, yaitu: niat untuk mengungkapkan diri, jumlah informasi yang diungkapkan, sifat positif atau negatif dari pengungkapan, kejujuran dan ketepatan pengungkapan, serta kendali terhadap kedalaman informasi yang diungkapkan. Instrumen ini terdiri dari 15 item dengan reliabilitas sebesar 0,863 dan juga menggunakan skala Likert 1–4. Instrumen ketiga adalah Skala Dukungan Sosial, yang diadaptasi dari penelitian Khairani (2022)

berdasarkan teori Sarafino (2010), Instrumen ini mencakup lima jenis dukungan sosial, yaitu dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasi, serta jaringan sosial. Terdiri dari 15 butir pertanyaan, instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,911 dan menggunakan skala Likert dengan empat tingkatan, mulai dari 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 4 (Sangat Setuju).

Alat instrument yang digunakan penelitian kemudian dilakukan uji validitas untuk mengetahui validitas butir aitem dengan total keseluruhan 50 aitem valid (20 aitem *subjective well-being*, 15 aitem *self-disclosure* dan 15 aitem dukungan sosial). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan regresi linier berganda menggunakan IBM SPSS Statistics 24 for Windows. Sebelum analisis utama, dilakukan uji normalitas, heteroskedastisitas, dan multikolinearitas untuk memastikan terpenuhinya asumsi dasar regresi. Setelah semua asumsi dipenuhi, analisis regresi dilanjutkan guna mengidentifikasi hubungan antara variabel yang di teliti.

### Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1.** Klasifikasi Data Responden

Kategori	N	%
Laki-laki	17	56,6%
Perempuan	13	43,3%

Berdasarkan hasil tabel 1 di atas menunjukkan terdapat 30 anggota GERKATIN dengan persebaran anggota laki-laki sebanyak 17 orang yang memiliki presentase 56,6% dari jumlah keseluruhan dan persebaran anggota perempuan sebanyak 13 orang yang memiliki presentase 43,3% dari jumlah keseluruhan.

**Tabel 2.** Klasifikasi Rentang Usia Responden

Usia	N	%
27-36 tahun	13	0,43%
37-46 tahun	5	0,17%
47-57 tahun	12	0,4%

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa terdapat 30 orang dengan persebaran usia dimulai dari 27 tahun sampai 57 tahun. Usia 50 keatas memiliki presentase lebih kecil dalam penelitian ini sedangkan usia 27 sampai 30 tahun memiliki nilai presentase lebih tinggi dari 30 orang anggota GERKATIN.

**Tabel 3.** Uji Normalitas  
*Kolmogorov-Smirnov*

<b>N</b>	<b>30</b>
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	126

Pada tabel 3 diatas dapat diketahui pengujian terhadap nilai unstandardized residual menunjukkan asymptotic signifikansi sebesar 0,126. Karena nilai ini melebihi batas

signifikansi 0,05, maka sesuai dengan aturan pengujian, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memiliki distribusi normal.

**Tabel 4.** Uji Heterokedastisitas

	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>		Sig
	B	Std. Error	Beta	t	
Self-disclosure	-0.343	0.258	-0.253	-1.328	0.195
Dukungan Sosial	0.099	0.246	0.077	0.402	0.691

Hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel self-disclosure sebesar 0,195 dan dukungan sosial sebesar 0,691, keduanya melebihi ambang signifikansi 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas, sehingga model regresi dinyatakan memenuhi asumsi klasik homoskedastisitas.

**Tabel 5.** Uji Multikolinieritas

Variabel	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
Self-disclosure	.942	1.061
Dukungan Sosial	.942	1.061

Berdasarkan table 5 diatas kedua variabel menunjukkan nilai tolerance sebesar 0,942 > 0,10 serta nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 1,061 < 10. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat indikasi multikolinieritas antara kedua variabel tersebut.

**Tabel 6.** Uji Determinasi (R Square)

Variabel	R Square
Self-disclosure dan Dukungan sosial	0.079

Hasil analisis pada Tabel 6 menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,079. Temuan ini mengindikasikan bahwa variabel self-disclosure dan dukungan sosial secara bersama-sama mampu menjelaskan 7,9% variasi pada variabel subjective well-being. Adapun sisanya, yaitu sebesar 92,1%, dipengaruhi oleh variabel lain di luar model yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini.

**Tabel 7.** Uji T Linier Berganda

Variabel	B	SE	$\beta$	T	p
Self-disclosure	-0.343	0.258	-0.253	-1.328	0.195

---

Dukungan Sosial	0.099	0.246	0.077	0.402	0.691
-----------------	-------	-------	-------	-------	-------

---

Berdasarkan hasil analisis parsial sebagaimana tercantum dalam Tabel 7, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,195 untuk variabel *self-disclosure* terhadap *subjective well-being*, yang menunjukkan adanya hubungan positif meskipun belum mencapai tingkat signifikansi konvensional. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan keterbukaan diri cenderung berkontribusi pada meningkatnya kesejahteraan subjektif di kalangan anggota GERKATIN. Adapun untuk variabel dukungan sosial, nilai signifikansi sebesar 0,691 mengarah pada hubungan positif yang tidak signifikan secara statistik, namun tetap merefleksikan kecenderungan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* individu. Dengan demikian, kedua variabel independen tersebut menunjukkan kontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis, meskipun dalam batas signifikansi yang berbeda.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *self-disclosure* dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada anggota GERKATIN di Kota Surabaya. Metode analisis regresi linier berganda digunakan untuk menguji hubungan serta pengaruh antar variabel yang diteliti. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel *self-disclosure* berperan signifikan dalam memengaruhi *subjective well-being* pada anggota komunitas GERKATIN. Temuan ini mendukung hipotesis yang diajukan dalam penelitian, sehingga hipotesis tersebut dinyatakan diterima. Anggota GERKATIN yang memiliki *self-disclosure* yang baik akan memiliki kesadaran atau kepekaan untuk individu dan orang lain, mengetahui kapan individu bercerita dengan orang lain kapan individu tidak bercerita dengan orang lain, memiliki hal-hal positif yang membuat orang lain menjadi simpatik pada individu, memiliki ketepatan informasi dan kejujuran dalam menyampaikan informasi. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa keterbukaan diri memengaruhi kesejahteraan subjektif. Penerimaan hipotesis kedua membuktikan hal ini, dengan nilai *R-Square* sebesar 0,567. Hal ini menunjukkan bahwa 56,7% variasi dalam kesejahteraan subjektif dijelaskan oleh keterbukaan diri, sementara 43,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar lingkup penelitian ini. (Hilma et al., 2019).

Penelitian sebelumnya juga menjelaskan bahwa *self-disclosure* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* (Rianti et al., 2023). Menyatakan bahwa *self-disclosure* memberi pengaruh 56,7% terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Telkom. Pada penelitian sebelumnya juga membuktikan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang dimana ketika *self-disclosure* kepada individu itu tinggi maka kesejahteraan pada individu juga semakin tinggi jadi memiliki hubungan yang dimana bisa diartikan ketika *self-disclosure* memiliki hubungan dengan *subjective well-being*, *self-disclosure* juga bisa dikatakan memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* (Hilma et al., 2019). *Self-disclosure* pada anggota GERKATIN akan membuat setiap individu merasa dirinya sejahtera karna ada perhatian dari orang lain dan kasih sayang dari orang lain untuk individu dan sebaliknya, maka disitu timbul *subjective well-being* pada anggota GERKATIN maupun orang lain. Penelitian sebelumnya juga mengatakan hasil yang didapatkan diperoleh berpengaruh signifikan pada *self-*

*disclosure* dengan *subjective well-being* (Nurhanifa & Effendi, 2022). Hal ini menjadi penting bagi anggota GERKATIN untuk meningkatkan *self-disclosure* supaya bisa meningkatkan kesejahteraan pada diri pribadi teman-teman GERKATIN yang dimana jika mampu membuka dirinya kepada orang lain maka mampu juga untuk mensejahterakan dirinya.

Berdasarkan hasil kategorisasi *self-disclosure* yang dimiliki anggota GERKATIN mayoritas anggota GERKATIN memiliki *self-disclosure* yang tinggi dengan jumlah subjek 21 orang. Dari hal tersebut bisa dilihat bahwa mayoritas anggota GERKATIN memiliki tingkat ketinggian pada *self-disclosure* maka bisa mendapatkan kesejahteraan diri yang akan menjadikan orang-orang pada anggota ini merasakan sejahtera pada keseluruhannya. *Self-disclosure* yang dilaksanakan mahasiswa membantu mereka guna belajar lebih banyak tentang diri mereka sendiri, dan menjaga kesejahteraan diri secara psikologis (Rahayu et al., 2023). Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada seseorang dapat memfasilitasi individu dalam menjalin komunikasi yang terbuka dan jujur dengan orang lain, sehingga hal tersebut berkontribusi pada meningkatnya perasaan sejahtera dalam diri individu. (Marhani & Suprihatin, 2022).

Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* pada anggota komunitas GERKATIN. Sehingga, hipotesis kedua dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Temuan ini mengidentifikasi bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan rasa nyaman, ketenangan, serta kesejahteraan subjektif para anggota komunitas tersebut. Hasil ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menekankan bahwa dukungan sosial memberikan dampak positif terhadap *subjective well-being*. Peran dukungan sosial dianggap krusial dalam menjaga kestabilan *subjective well-being*, karena individu yang memperoleh dukungan dalam bentuk emosional, penghargaan, atau informasi, cenderung merasa lebih dihargai dan diperhatikan oleh lingkungan sosial mereka (Khairudin & Mukhlis, 2019). Hal ini dibuktikan juga pada penelitian sebelumnya, yang mengemukakan adanya pengaruh yang positif antara dukungan sosial dan *subjective well-being* (Arindawanti & Izzati, 2021). Selaras dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* (Martadinata et al., 2020).

Berdasarkan hasil kategorisasi dukungan sosial yang dimiliki anggota GERKATIN mayoritas anggota GERKATIN sebanyak 12 orang dengan dukungan sosial yang sedang dan 16 orang dengan dukungan sosial yang tinggi. Tingginya tingkat dukungan sosial yang dimiliki oleh anggota GERKATIN mencerminkan adanya dorongan dan perhatian yang mereka terima, baik dari keluarga maupun lingkungan sekitar, yang diwujudkan melalui motivasi, perhatian, serta kasih sayang. Adapun dukungan dari teman yang memberikan semangat dan saran-saran untuk melanjutkan kehidupannya dimasa yang akan datang. Dukungan dari lingkungan sekitar yang memberikan rasa nyaman, aman dan saling bersama dalam suatu hal apapun. Penelitian sebelumnya, mengatakan bahwa dukungan sosial membantu seseorang untuk meraih *subjective well-being* yang ada pada dirinya maupun orang lain (Maspupah et al., 2021).

studi ini selaras dengan penelitian Hartini et al (2025) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif secara signifikan terhadap aspek kognitif dari *subjective well-being*, serta memiliki hubungan positif yang kuat dengan aspek afektif positif. Selain itu, ditemukan pula korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan afektif negatif, yang merupakan komponen esensial dalam kesejahteraan subjektif. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan sosial berkontribusi positif terhadap *subjective well-being* (Yuin et al., 2024). Merujuk pada temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial sangat penting bagi anggota GERKATIN dalam meningkatkan semangat, motivasi, serta memberikan perhatian yang lebih dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Adapun uji analisis regresi linier berganda secara simultan antara *self-disclosure* dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being*, hasil tersebut memiliki pengaruh secara simultan artinya hipotesis diterima. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa *self-disclosure* berpengaruh terhadap *subjective well-being*. Penelitian terdahulu juga menegaskan bahwa keterbukaan diri memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif individu. (Rianti et al., 2023). Kemudian dalam penelitian sebelumnya juga mengemukakan, adanya pengaruh yang positif antara dukungan sosial dan *subjective well-being* (Arindawanti & Izzati, 2021). Dari paparan diatas bisa dilihat jika *self-disclosure* dan dukungannya tinggi maka *subjective well-being* individu juga tinggi.

*Self-disclosure* dan dukungan sosial dipandang sebagai dua determinan utama yang berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan tingkat *subjective well-being* pada individu. Dalam konteks anggota GERKATIN, keterbukaan diri memungkinkan individu untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya kepada keluarga, teman, serta lingkungan sosial terdekat, sehingga mendukung terbentuknya hubungan interpersonal yang lebih positif. Hal ini memberikan ruang bagi individu untuk mengekspresikan diri, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kepuasan dan kebahagiaan dalam lingkungan sosial mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Sitohang & Zulkarnain (2022) menunjukkan bahwa pengungkapan diri tidak hanya memberikan kenyamanan dalam hubungan, tetapi juga menciptakan keterbukaan yang lebih dalam antara individu dan orang lain. Selain itu, penelitian oleh Damayanti & Purwantini (2025) mengungkapkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap *subjective well-being*, terutama pada mahasiswa dalam menghadapi tantangan atau tekanan akademik. Dukungan dari orang-orang di sekitar mereka, serta dorongan untuk maju, dapat memengaruhi cara mereka menerima diri dan menikmati hidup dengan lebih nyaman. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kesejahteraan individu dapat meningkat ketika mereka memiliki dukungan sosial yang kuat, baik dalam aspek finansial maupun non-finansial.

Berdasarkan nilai koefisien determinasi menunjukkan kontribusi *self-disclosure* dan dukungan sosial secara simultan memiliki pengaruh dengan *subjective well-being* sebesar 7,9%. Dengan ini, *self-disclosure* dan dukungan sosial memiliki pengaruh dengan *subjective well-being* pada anggota GERKATIN. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa anggota GERKATIN memerlukan *self-disclosure* dan dukungan sosial agar

mendapatkan *subjective well-being* pada anggota GERKATIN. Temuan ini sejalan dengan hasil-hasil penelitian terdahulu yang mengatakan bahwa *self-disclosure* menjadi faktor penting bagi kehidupan seseorang untuk meningkatkan kesejahteraan diri pada seseorang (Hilma et al., 2019). Kemudian, menyatakan bahwa dukungan sosial dapat membantu *subjective well-being* pada individu (Al Amelia et al., 2022). Sehingga *self-disclosure* dan dukungan sosial memiliki pengaruh pada *subjective well-being* pada anggota GERKATIN untuk mensejahterahkan dirinya dan bisa menjalani kehidupannya dimasa yang akan datang.

### Simpulan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa baik *self-disclosure* maupun dukungan sosial memiliki hubungan positif terhadap *subjective well-being* pada anggota Gerakan Kesejahteraan Tuna Rungu Indonesia (GERKATIN) di Surabaya. Temuan tersebut didukung oleh hasil analisis regresi yang mengindikasikan bahwa kontribusi kedua variabel tersebut terhadap *subjective well-being* hanya sebesar 7,9%, sementara 92,1% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Hasil ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan subjektif anggota GERKATIN tidak semata-mata bergantung pada tingkat *self-disclosure* dan dukungan sosial, melainkan juga berpotensi dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual lainnya, seperti ketahanan psikologis (resiliensi), pengalaman diskriminasi, atau proses pemberdayaan dalam komunitas.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan variabel dengan memasukkan faktor-faktor psikososial lain seperti efikasi diri, resiliensi, dan partisipasi sosial yang relevan dengan konteks disabilitas. Selain itu, pendekatan kualitatif atau mixed methods dapat digunakan guna menggali secara mendalam pengalaman subjektif anggota komunitas dalam membentuk kesejahteraan mereka

### Referensi

- Adzhani, S. N., Baihaqi, M. I. F., & Kosasih, E. (2020). Persepsi Dukungan Sosial Sebagai Mediator Pengungkapan Diri Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Pengguna Instagram. *Mediapsi*, 6(1), 60–70. <https://doi.org/10.21776/Ub.Mps.2020.006.01.7>
- Al Amelia, S. D., Nainggolan, E. E., & Pratikto, H. (2022). Dukungan Sosial Dan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Rantau. *Inner: Journal Of Psychological Research*, 2(1), 58–66. <https://doi.org/https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/481>
- Amalia, R., & Nurussa'adah, E. (2021). Analisis Fenomena Culture Shock Mahasiswa Kepulauan Riau Dalam Melakukan Interaksi Sosial Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Komunikasi Andalan*, 4(1), 20–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.31949/jika.v4i1.1.4952>
- Andini, P., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan Antara Harga Diri Dan Prestasi Akademik Dengan Subjective Well Being Pada Mahasiswa Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Di Universitas Persada Indonesia Y.A.I. *Jurnal Ikra-lth Humaniora*, 4(3), 127–134.
- Anggraini, C. D., Derivanti, A. Des, & Andini, M. (2022). Self Disclosure Anak Broken

- Home Pada Media Sosial Tiktok (Studi Deskriptif Followers Tiktok Di Halaman Komentar Pada Konten @Akuisann). *Jcommsci - Journal Of Media And Communication Science*, 5(3), 170–184. <https://doi.org/10.29303/jcommsci.v5i3.174>
- Arindawanti, R. A. D., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Karyawan Bagian Produksi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 1–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i4.41139>
- Chen, W., Yang, T., & Luo, J. (2022). Core Self-Evaluation And Subjective Wellbeing: A Moderated Mediation Model. *Frontiers In Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1036071>
- Damayanti, A. R., & Purwanti, L. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa. *Wissen : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 239–248. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/wissen.v3i1.563>
- Dela Fuente, J. A. (2021). Implementing Inclusive Education In The Philippines: College Teacher Experiences With Deaf Students. *Issues In Educational Research*, 31(1), 94–110.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Han, J. H. (2020). The Effects Of Personality Traits On Subjective Well-Being And Behavioral Intention Associated With Serious Leisure Experiences. *Journal Of Asian Finance, Economics And Business*, 7(5), 167–176. <https://doi.org/10.13106/jafeb.2020.vol7.no5.167>
- Hartini, S., Ernawati, S., & Purnomosidi, F. (2025). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Di Universitas Sahid Surakarta. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 157–170. <https://doi.org/https://doi.org/10.58192/sidu.v4i1.3132>
- Hidayah, L. N., & Nurhadi. (2022). Makna Kesejahteraan Subjektif Bagi Perempuan Penyandang Disabilitas Pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal Of Social Development Studies*, 3(1), 56–69. <https://doi.org/10.22146/jsds.4378>
- Hilma, M. S., Luqman, Y., & Lukmanto, T. (2019). Peran Keterbukaan Diri Dalam Memediasi Pengaruh Intensitas Komunikasi Interpersonal Terhadap Subjective Well-Being Pasangan Yang Menjalani Hubungan Kencan Berbasis Online. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Hossain, M. M., Islam, K. M. Z., Al Masud, A., Hossain, M. A., & Jahan, N. (2023). Antecedents And Consequences Of Self-Disclosure In Subjective Well-Being: A Facebook Case With A Social Support Mediator. *Sage Open*, 13(2), 1–18. <https://doi.org/10.1177/21582440231179925>
- Indrahadi, D., Habibi, M., & Ilham, M. (2020). Faktor Sosial Penentu Kesejahteraan Subjektif: Bukti Dari Indonesia. *Jurnal Socius: Journal Of Sociology Research And Education*, 7(2), 111. <https://doi.org/10.24036/scs.v7i2.220>
- Jourard, S. M. (1971). *The Transparent Self: Revised Edition*. Thomson Publishing Company.

- Khairudin, K., & Mukhlis, M. (2019). Peran Religiusitas Dan Dukungan Sosial Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 85. <https://doi.org/10.24014/jp.v15i1.7128>
- Khairunisa, Y., Hasannuddin, H., & Khairina, K. (2023). Hubungan Religiusitas Dan Dukungan Sosial Peer-Group Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Siswa Sma Swasta Al-Ulum Terpadu Medan. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(4), 2768–2779. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i4.1891>
- Khalimatul, L. (2024). *Dukungan Sosial Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologi Pada Orangtua Anak Tunarungu*. Kompasiana.Com.
- Marhani, N. T. W., & Suprihatin, T. (2022). Hubungan Antara Daya Tarik Interpersonal Dengan Keterbukaan Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu)* 7, 347–356.
- Martadinata, M. A., Situmorang, N. Z., & Tentama, F. (2020). Keseimbangan Kehidupan Kerja, Dukungan Sosial, Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Sekolah Luar Biasa (Slb). *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25, 245–256. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss2.art6>
- Maspupah, R., Violina, S. S., Diva, V. V., & Rahman, S. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Dan School Well Being Pada Pelajar Di Indonesia. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(2), 18–25. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i2.71>
- Maulidia, C., & Widodo, B. (2022). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Berbasis Cyber-Counseling Via Video Call Whatsapp Dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(5), 1495–1500. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i5.593>
- Muamar, & Suhari, Y. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Guru Dalam Memoderasi Hubungan Motivasi Dan Passion Belajar Siswa Terhadap Student Engagement Mata Pelajaran Pjok Di Sma Negeri 1 Randudongkal Kabupaten Pemalang. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(2), 95–98. <https://doi.org/10.5771/9781475865769-95>
- Natalia, N., Paramita, S., & Winduwati, S. (2019). Aktivitas Komunikasi Social Marketing Organisasi Nirlaba Sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Tuli (Studi Kasus Pada Gerkatin Kepemudaan). *Prologia*, 2(2), 434. <https://doi.org/10.24912/pr.v2i2.3724>
- Nurhanifa, F., & Effendi, A. (2022). Pengaruh Keterbukaan Diri Terhadap ketrampilan Komunikasi Interpersonal Pada Pengurus Mahasiswa Pecintaalam Institut Islam Mamba'ul 'Ulum Surakarta Tahun 2022. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(3), 5315–5322.
- Nurofiqhoh, A., Rohmah, D. N., Laiali, D. N., Roziqi, I., Maulidiah, R. N., & Pradana, H. H. (2024). Studi Fenomenologi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Pada Siswa Menjelang Kelulusan. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 2(1), 20–28. <https://doi.org/10.28926/psychoaksara.v2i1.1339>
- Rahayu, D. I., Ardiansyah, A., Al-Hafiz, M., & Novealdi, H. (2023). Postingan Instagram Sebagai Media Self Disclosure Mahasiswa Komunikasi Dan Penyiaran Islam Uin Jambi. *Jurnal Perspektif*, 6(3), 289–299. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v6i3.784>

- Rianti, D., Suryati, S., & Noviza, N. (2023). Penerapan Teknik Self Disclosure Untuk Meningkatkan Well Being Remaja (Studi Kasus Pada Klien "A"). *Journal Of Society Counseling*, 1(2), 166–170. <https://doi.org/10.59388/Josc.V1i2.191>
- Salsabila, S. M., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan Kualitas Pertemanan Dan Self Disclosure Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Putri Kelas Xii Di Sma Negeri 'X'kota Bekasi. *Jurnal Ikra-lth Humaniora*, 18(April), 312–323.
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41–48. <https://doi.org/10.21831/Ap.V1i1.34116>
- Sari, D. W., & Suara, M. (2024). Pengaruh Self Disclosure Terhadap Tingkat Stress Perawat. *Malahayati Nursing Journal*, 6(2), 802–809. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V6i2.10757>
- Sitohang, D. A., & Zulkarnain, I. (2022). Self Disclosure Adjustment Dalam Komunikasi Antar Pribadi Mahasiswa Baru Universitas Sumatera Utara Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Komuikasi Communique*, 4(2), 117–124. <https://doi.org/https://doi.org/10.62144/Jikq.V4i2.74>
- Wiffida, D., Dwijayanto, I. M. R., & Priastana, I. K. A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Rekan Kerja Dengan Self-Compassion Pada Perawat. *Indonesian Journal Of Health Research*, 5(2), 94. <https://doi.org/https://doi.org/10.51713/ldjhr.V5i2.54>
- Wijayanti, R., Sunarti, S., & Krisnatuti, D. (2020). Peran Dukungan Sosial Dan Interaksi Ibu-Anak Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja Pada Keluarga Orang Tua Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(2), 125–136. <https://doi.org/10.24156/Jikk.2020.13.2.125>
- Yuin, K., Agung, A. A. G., & Dantes, K. R. (2024). Dampak Dukungan Sosial, Optimisme, Religius, Dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Subyektif Guru. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 7(1), 95–109. <https://doi.org/10.23887/Jippg.V7i1.73524>
- Yulfa, R., Puspitawati, H., & Muflikhati, I. (2022). Tekanan Ekonomi, Coping Ekonomi, Dukungan Sosial, Dan Kesejahteraan Perempuan Kepala Keluarga. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 15(1), 14–26. <https://doi.org/10.24156/Jikk.2022.15.1.14>
- Yuspita, S., Kamil, I., & Ratnasari, F. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dan Interaksi Ibu-Anak Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja Pada Keluarga Orang Tua Bekerja Di Desa Gelam Kutajaya. *Nusantara Hasana Journal*, 1(7), 15–20.