



Self Expression Etika Komunikasi Di Kalangan Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang)

Suryati^{1*}, Selvia Assoburu², Dewi Sartika³

¹ Universitas Islam Negeri Raden Fatah: suryati_uin@radenfatah.ac.id

² Universitas Islam Negeri Raden Fatah; selvia_uin@radenfatah.ac.id

³ Universitas Islam Negeri Raden Fatah

Abstrak: Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus, yang berlokasi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang Jalan Prof. K. H. Zainal Abidin Fikri, Pahlawan, Kec. Kemuning, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Teknik pengumpulan data ini dengan deskriptif kualitatif melalui tiga tahapan yaitu dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teori self-Expression dari Kim, Heejung S. dan Deeborah Ko. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri menjadi faktor utama yang mempengaruhi kemampuan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif. Mahasiswa yang kurang percaya diri cenderung ragu dan khawatir membuat kesalahan saat berbicara. Dukungan sosial dari teman, keluarga, dan dosen sangat membantu meningkatkan kepercayaan diri mereka. Faktor budaya, terutama bahasa dan dialek daerah, juga mempengaruhi interaksi, di mana mahasiswa dengan latar belakang berbeda sering merasa tidak percaya diri. Kecemasan sosial menjadi hambatan besar bagi beberapa mahasiswa, yang menghindari situasi formal karena takut dikritik. Selain itu, keterampilan komunikasi yang kurang terlatih dan lingkungan pendidikan yang kurang mendukung partisipasi aktif juga memengaruhi self-expression mereka

Kata Kunci: Self Expression, Etika Komunikasi, Mahasiswa

DOI:

<https://doi.org/10.47134/converse.v1i3.3632>

*Correspondence: Suryati

Email: suryati_uin@radenfatah.ac.id

Received: 09-11-2024

Accepted: 15-12-2024

Published: 21-01-2025



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: The purpose of this study was to determine the factors that influence the self-confidence of students of the Faculty of Da'wah and Communication of UIN Raden Fatah Palembang in expressing themselves and communicating effectively. The type of research used is qualitative research with a case study type, which is located at the Faculty of Da'wah and Communication of UIN Raden Fatah Palembang, Jalan Prof. K. H. Zainal Abidin Fikri, Pahlawan, Kec. Kemuning, Palembang City, South Sumatra. The data collection technique is descriptive qualitative through three stages, namely observation, interviews, and documentation. This study uses the theory of self-Expression from Kim, Heejung S. and Deeborah Ko. The results of the study indicate that self-confidence is the main factor that influences the ability of students of the Faculty of Da'wah and Communication of UIN Raden Fatah Palembang in expressing themselves and communicating effectively. Students who lack self-confidence tend to hesitate and worry about making mistakes when speaking. Social support from friends, family, and lecturers is very helpful in increasing their self-confidence. Cultural factors, especially language and regional dialects, also influence interactions, where students with different backgrounds often feel insecure. Social anxiety is a major obstacle for some students, who avoid formal situations for fear of criticism. In addition, poorly trained communication skills and an educational environment that does not support active participation also affect their self-expression.

Keywords: Self Expression, Communication Ethics, Students

Pendahuluan

Ekspresi diri adalah proses penyampaian maksud, gagasan, perasaan, dan emosi melalui tindakan atau ekspresi wajah, yang mencerminkan emosi seperti kebahagiaan, kekecewaan, atau ketidakpuasan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran diri dan pemahaman terhadap lingkungan, berfungsi sebagai alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Berakar pada teori konstruktivisme sosial, teori ini menekankan interaksi aspek kognitif dan emosional dalam pemecahan masalah dalam konteks interaktif (Ryan, 2015).

Kebudayaan merupakan suatu cara hidup yang berkembang dalam suatu masyarakat dan diwariskan dari generasi ke generasi. Hal ini terkait erat dengan kehidupan sosial dan dapat dipelajari, seperti yang terlihat ketika individu beradaptasi dengan perbedaan budaya dalam komunikasi. MeN Fille J. Herskovits dan Bronislaw Malinowski menyoroti bahwa budaya mempengaruhi semua aspek masyarakat, sebuah konsep yang dikenal sebagai Determinisme Budaya. Edward Burnett Tylor mendefinisikan budaya sebagai suatu keseluruhan yang kompleks, mencakup pengetahuan, kepercayaan, seni, moral, hukum, adat istiadat, dan keterampilan lain yang diperoleh individu sebagai anggota masyarakat.

Budaya yang berbeda memiliki sistem nilai unik yang membentuk tujuan hidup yang beragam, yang mencerminkan gaya hidup yang berbeda dari setiap komunitas. Meski terdapat kesamaan, seperti penyiapan makanan, namun perilaku manusia berbeda karena variasi budaya. Tindakan kita sering kali dipengaruhi oleh nilai-nilai dan budaya yang secara inheren kita bawa.

Judith Glaser menyoroti pentingnya ekspresi diri, dengan menyatakan bahwa ekspresi diri yang otentik tidak hanya membantu individu mencapai potensi mereka tetapi juga meningkatkan kolaborasi. Dengan mengekspresikan diri kita secara terbuka, kita beralih dari “negara protektif”, yang berfokus pada pelestarian diri, ke “negara bermitra”, di mana berbagi dengan orang lain menjadi hal yang wajar. Pergeseran ini membuka kemampuan kita untuk berpikir kreatif, berinovasi, memecahkan masalah, dan membuat rencana dengan lebih efektif (Aisah, 2021).

Menurut Gergen, mempelajari diri dalam psikologi lintas budaya sangat penting karena diri memainkan peran kunci dalam psikologi manusia dan interpretasi ilmu pengetahuan. Ilmu pengetahuan sendiri membentuk warisan budaya yang diserap oleh para peneliti. Diri penting dalam psikologi karena tiga alasan: (1) Organisasi identitas diri mempengaruhi pilihan dan aspirasi, (2) Evaluasi diri bagaimana manusia menghargai dirinya sendiri, dan (3) Konflik sosial, diri menavigasi ketegangan antara kebebasan individu dan harapan masyarakat.

Kebebasan berekspresi sangatlah penting, sehingga individu dapat bertindak secara autentik dan tetap menghormati orang lain. Keaslian melibatkan merangkul akar budaya seseorang dan berinteraksi dengan beragam orang, yang dapat memengaruhi kepribadian. Misalnya, perbedaan budaya dalam gaya komunikasi, seperti berbicara pelan dan keras, dapat menyebabkan kesalahpahaman atau gangguan.

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan tinggi dan dianggap sebagai calon intelektual, seperti yang dijelaskan oleh Knopfemacher. Mereka diharapkan

untuk terlibat dengan masyarakat melalui perjalanan akademis mereka. Di UIN Raden Fatah Palembang, Fakultas Dakwah dan Komunikasi merupakan salah satu dari delapan fakultas, dan penelitian ini berfokus pada angkatan mahasiswanya tahun 2021.

Kemajuan teknologi dan globalisasi telah mempengaruhi komunikasi dan ekspresi diri secara signifikan. Bagi mahasiswa fakultas ini, ekspresi diri menjadi penting baik dalam konteks akademik maupun sosial. Ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana berbagi ide tetapi juga sebagai cerminan identitas pribadi, nilai-nilai, dan keyakinan. Namun, tantangan seringkali muncul karena terbatasnya pemahaman tentang etika komunikasi, sehingga berdampak pada cara siswa mengekspresikan diri secara efektif (Junaedi, 2019:39).

Di era digital, komunikasi tidak hanya mencakup interaksi tatap muka, tetapi juga mencakup berbagai platform media sosial dan digital, sehingga memberikan kesempatan yang lebih luas bagi siswa untuk mengekspresikan diri. Namun, hal ini juga membawa tantangan dalam mempraktikkan etika komunikasi yang baik. Banyak siswa mungkin mengabaikan batasan etika, sehingga menimbulkan potensi salah tafsir atau konflik yang disebabkan oleh komunikasi yang tidak etis. Permasalahan ini sangat relevan bagi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang diharapkan memiliki pemahaman lebih dalam mengenai prinsip-prinsip komunikasi Islam yang beretika.

Budaya komunikasi di kalangan pelajar banyak dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya. Lingkungan kampus yang majemuk, dengan latar belakang sosial, budaya, dan agama yang beragam, membentuk cara mahasiswa mengekspresikan diri. Beberapa siswa mungkin merasa lebih bebas dalam mengemukakan pendapatnya tanpa mempertimbangkan aspek etika, sementara siswa lainnya mungkin lebih berhati-hati dalam berkomunikasi. Hal ini menghasilkan dinamika komunikasi yang kompleks, yang menyoroti perlunya pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana ekspresi diri dapat selaras dengan etika komunikasi yang tepat.

Dari pantauan peneliti, beberapa mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Raden Fatah Palembang (angkatan 2021) kesulitan dalam mengekspresikan diri. Misalnya, seorang siswa yang disebut sebagai "NNNA" sangat pendiam dan menghindari berpartisipasi dalam diskusi. Saat dimintai pendapat, Nyimas Nandita Noeresha Aryan menghindari kontak mata dan berharap tidak dipanggil. Meski mempunyai ide bagus, dia kurang percaya diri, takut pendapatnya dianggap salah atau tidak relevan. Akibatnya, "NNNA" sering kali berdiam diri, kehilangan kesempatan untuk berkontribusi, menyempurnakan pemikiran kritis, dan meningkatkan keterampilan komunikasi.

Demikian pula SYR menghadapi tantangan ketika diminta berbicara di depan kelas. Meski memahami materi, SYR merasa sangat gugup. Saat presentasi, suaranya lembut dan sering terlihat tidak yakin saat mencari kata yang tepat. Di tengah jalan, dia kehilangan akal sehatnya dan panik, akhirnya meminta teman sekelasnya untuk mengambil alih. Belakangan, SYR merasa sangat kecewa pada dirinya sendiri karena tidak mampu tampil efektif di hadapan teman-temannya.

Siswa lainnya, MAR, kesulitan mengekspresikan dirinya di kelas. Ia sering menganggap materinya membingungkan namun ragu untuk mengajukan pertanyaan, karena takut pertanyaan tersebut terkesan terlalu mendasar atau memperlihatkan

kurangnya pemahamannya. Meskipun terdapat kesempatan pada sesi tanya jawab, MAR memilih untuk mencari jawaban secara mandiri setelah kelas selesai, seringkali dengan hasil yang tidak memuaskan, yang selanjutnya menghambat pemahamannya. Hal ini mencerminkan keraguan diri MAR dan ketakutannya akan penilaian dari dosen dan teman sejawatnya.

Demikian pula, AA menghadapi tantangan dalam komunikasi emosional, terutama selama pergumulan pribadi. Dia cenderung menekan perasaannya, percaya tidak ada yang mengerti atau peduli. Bahkan ketika teman-temannya menyadari kesuramannya dan bertanya, AA akan mengabaikan kekhawatiran mereka dengan mengatakan, "Aku baik-baik saja." Keenggannya berasal dari rendahnya rasa percaya diri dan kecemasan akan diabaikan atau disalahpahami. Hal ini menyoroti perlunya dukungan emosional dan keterampilan komunikasi yang lebih baik untuk membantu AA mengungkapkan perasaannya secara terbuka.

Hasil observasi menunjukkan bahwa kurangnya rasa percaya diri siswa dalam berkomunikasi dan berekspresi diri merupakan permasalahan kompleks yang memerlukan perhatian khusus. Kasus seperti NNNA, SYR, MAR, dan AA menyoroti pengaruh penting lingkungan akademik dan sosial dalam membentuk keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri siswa. Hambatan psikologis seperti rasa takut dihakimi, kecemasan berbicara di depan umum, dan kesulitan mengekspresikan emosi seringkali menghambat perkembangan akademik dan pribadi siswa.

Penelitian ini menjadi krusial karena permasalahan ekspresi diri dan etika komunikasi di kalangan mahasiswa tidak hanya berdampak pada hubungan interpersonal namun juga reputasi institusi pendidikan khususnya Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Sebagai fakultas yang mengkhususkan diri dalam dakwah dan komunikasi, penting bagi mahasiswa untuk menguasai ekspresi diri dan menjunjung tinggi etika komunikasi dalam segala interaksi.

Penelitian bertujuan untuk menganalisis bagaimana mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi mengekspresikan diri dan pemahamannya terhadap etika komunikasi Islam. Temuan ini diharapkan dapat menyempurnakan kurikulum fakultas, menekankan pentingnya komunikasi etis sebagai landasan ekspresi diri yang efektif.

Metodologi

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Berdasarkan sumbernya data kualitatif dibedakan menjadi data historis, data teks, data kasus dan data pengalaman individu. Penelitian yang akan digunakan ini dilihat dari sumbernya termasuk penelitian yang bersumber dari data individu. Ini merupakan bahan keterangan mengenai apa yang dialami individu. Setelah data dari lapangan terkumpul dengan menggunakan metode pengumpulan di atas, maka peneliti akan mengolah dan menganalisis data tersebut dengan menggunakan analisis secara tematik. Analisis tematik merupakan salah satu cara untuk menganalisa data dengan tujuan untuk mengidentifikasi pola atau untuk menemukan tema melalui data yang telah dikumpulkan oleh peneliti (Miles dan Huberman, 2015:118). Penelitian ini berlokasi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang, yang beralamat di Jalan Prof. K. H. Zainal Abidin Fikri, Pahlawan, Kecamatan Kemuning, Kota Palembang, Sumatera Selatan.

Pemilihan lokasi ini didasarkan pada beberapa pertimbangan ilmiah yang mendukung relevansi penelitian. Fakultas ini memiliki fokus akademik pada bidang komunikasi dan dakwah, yang sangat berkaitan dengan topik penelitian mengenai *self-expression* dan etika komunikasi di kalangan mahasiswa. Selain itu, populasi mahasiswa di fakultas ini merupakan kelompok yang relevan karena mereka mempelajari dan mengaplikasikan etika komunikasi dalam berbagai aktivitas akademik dan sosial. Sebagai mahasiswi di fakultas ini, peneliti memiliki akses yang lebih mudah untuk mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, sehingga proses penelitian dapat berlangsung lebih efektif dan efisien.

Hasil dan Pembahasan

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self-Expression Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-expression* mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif sangat beragam, dan masing-masing faktor tersebut berperan penting dalam membentuk kemampuan mereka untuk berinteraksi secara optimal di lingkungan sosial dan akademik. Faktor-faktor ini mencakup kepercayaan diri, dukungan sosial, budaya, kecemasan sosial, keterampilan komunikasi, dan lingkungan pendidikan, yang kesemuanya saling terkait dan dapat memberikan pengaruh baik secara positif maupun negatif terhadap kemampuan mahasiswa untuk menyampaikan ide, perasaan, serta gagasan mereka secara efektif. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *self-expression* mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif, sebagai berikut:

a. Kepercayaan Diri (*Self-Confidence*)

Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam mengekspresikan diri mereka. Mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung merasa lebih nyaman dan percaya diri saat berbicara di depan umum atau saat terlibat dalam diskusi. Kepercayaan diri ini memungkinkan mahasiswa untuk lebih terbuka dan berani menyampaikan pendapat atau ide-ide mereka tanpa rasa takut atau cemas. Hal ini sangat penting di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, di mana keterampilan berbicara di depan umum dan berdebat merupakan bagian dari kurikulum yang diajarkan. Mahasiswa yang tidak percaya diri mungkin merasa terintimidasi atau enggan untuk berpartisipasi dalam diskusi kelas atau kegiatan akademik lainnya, yang akhirnya dapat membatasi kesempatan mereka untuk berinteraksi dengan orang lain dan mengembangkan kemampuan komunikasi mereka.

Menurut Bandura dalam teori *Self-Efficacy*, kepercayaan diri berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan tugas tertentu dengan sukses. Mahasiswa yang merasa cemas untuk berbicara di depan kelas atau menyampaikan pendapatnya menunjukkan rendahnya kepercayaan diri, yang diakibatkan oleh ketidakpercayaan terhadap kemampuan mereka untuk sukses dalam

komunikasi sosial. Mereka merasa terancam oleh kemungkinan kegagalan atau penilaian negatif dari orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* (kepercayaan diri terhadap kemampuan diri) sangat penting dalam membentuk perilaku dan keterlibatan mereka dalam kelas (Rakhmat, 2012).

Namun, kepercayaan diri bukanlah sesuatu yang diperoleh begitu saja. Banyak faktor yang dapat mempengaruhinya, termasuk pengalaman sebelumnya dalam berkomunikasi, dukungan sosial dari teman-teman dan dosen, serta kesempatan untuk mengasah keterampilan komunikasi. Oleh karena itu, penting bagi pihak kampus untuk menyediakan fasilitas dan kesempatan bagi mahasiswa untuk berlatih berbicara di depan umum dan meningkatkan rasa percaya diri mereka, seperti melalui latihan presentasi, diskusi kelompok, atau kegiatan organisasi yang melibatkan komunikasi.

Dalam hal ini, program-program pengembangan diri yang diadakan oleh fakultas, seperti pelatihan public speaking atau seminar tentang pengembangan diri, bisa menjadi wadah yang efektif untuk membantu mahasiswa membangun kepercayaan diri mereka. Dosen juga memiliki peran penting dalam memberikan umpan balik yang konstruktif kepada mahasiswa, sehingga mereka merasa didukung dan dihargai. Lingkungan yang suportif dan bebas dari penilaian yang menghakimi dapat sangat membantu mahasiswa dalam merasa lebih aman untuk mengekspresikan diri mereka (Rakhmat, 2012).

Selain itu, kepercayaan diri yang tinggi juga dapat mempengaruhi cara mahasiswa berinteraksi dengan orang lain, baik itu teman sekelas, dosen, atau bahkan di luar kampus. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang percaya diri lebih mudah beradaptasi dengan situasi sosial yang berbeda dan lebih mampu menjaga hubungan interpersonal yang sehat. Sebaliknya, kurangnya kepercayaan diri dapat menyebabkan mahasiswa merasa terisolasi atau enggan untuk terlibat dalam interaksi sosial, yang akhirnya dapat menghambat perkembangan kemampuan komunikasi mereka.

b. Dukungan Sosial (*Social Support*)

Dukungan sosial sangat berpengaruh dalam kemampuan mahasiswa untuk mengekspresikan diri mereka secara efektif. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang memiliki dukungan sosial yang kuat cenderung merasa lebih aman dan didukung dalam setiap langkah yang mereka ambil, termasuk dalam berkomunikasi. Dukungan ini bisa datang dari berbagai sumber, seperti teman-teman sekelas, keluarga, dosen, atau bahkan mentor. Ketika mahasiswa merasa ada orang yang mendukung mereka, mereka akan lebih berani untuk berbicara di depan umum, mengungkapkan pendapat dalam diskusi kelas, atau berpartisipasi dalam kegiatan akademik lainnya. Dukungan sosial ini juga mencakup perasaan diterima, dihargai, dan diakui oleh lingkungan sekitar, yang sangat penting dalam membangun rasa percaya diri dan motivasi untuk berkomunikasi.

Menurut Rebecca dalam bukunya Panduan Lengkap untuk Ekspresi Diri, dukungan sosial dari keluarga, teman, rekan kerja, dan lingkungan sosial memiliki

peran penting dalam menentukan seberapa nyaman seseorang mengekspresikan dirinya. Dukungan sosial dapat berupa dukungan emosional, seperti memberikan semangat atau pujian, hingga dukungan instrumental, seperti memberikan waktu atau ruang untuk berbicara. Ketika seseorang merasa didukung dan diterima oleh lingkungannya, mereka cenderung merasa lebih nyaman dan aman dalam mengekspresikan ide, pendapat, atau emosi mereka (Rakhmat, 2012).

Di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, yang seringkali menekankan pentingnya interaksi sosial dan komunikasi, dukungan sosial menjadi faktor penentu yang membantu mahasiswa untuk merasa lebih nyaman dalam berkomunikasi. Teman-teman sekelas yang memberikan dorongan positif dapat menjadi sumber motivasi yang kuat, sementara dosen yang mendukung dan memberikan umpan balik yang membangun dapat meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa. Dengan adanya dukungan sosial yang positif, mahasiswa akan merasa lebih berani untuk mengekspresikan ide-ide mereka, bahkan ketika mereka menghadapi situasi yang menantang atau tidak familiar.

Namun, tidak semua mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang memiliki dukungan sosial yang memadai. Beberapa mahasiswa mungkin merasa kesulitan untuk mencari teman yang bisa memberikan dukungan atau merasa terisolasi dalam lingkungan sosial yang lebih besar. Dalam hal ini, peran kampus sangat penting untuk menciptakan ruang yang inklusif di mana mahasiswa dapat saling mendukung satu sama lain. Hal ini bisa dilakukan melalui kegiatan organisasi mahasiswa, kelompok studi, atau program mentoring, di mana mahasiswa dapat saling bertukar pengalaman dan memberikan dukungan emosional kepada satu sama lain.

Dukungan sosial juga berperan penting dalam mengurangi kecemasan sosial yang seringkali menghalangi mahasiswa untuk berbicara atau berkomunikasi dengan orang lain. Ketika mahasiswa merasa didukung dan dihargai oleh orang lain, mereka cenderung merasa lebih aman dalam berbicara dan mengungkapkan pendapat mereka. Dukungan sosial yang kuat juga dapat membantu mahasiswa untuk mengatasi rasa takut atau cemas yang mungkin timbul ketika mereka harus berbicara di depan umum atau berinteraksi dengan orang yang lebih berpengalaman.

c. Budaya (*Culture*)

Budaya yang dimiliki oleh seorang individu mempengaruhi cara mereka berkomunikasi dan mengekspresikan diri, baik dalam situasi sosial maupun akademik. Dalam konteks Fakultas Dakwah dan Komunikasi, mahasiswa datang dari berbagai latar belakang budaya yang berbeda, yang dapat mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain. Misalnya, mahasiswa yang berasal dari latar belakang budaya kolektivisme cenderung lebih berhati-hati dalam berbicara atau mengungkapkan pendapat, karena mereka lebih memprioritaskan keharmonisan kelompok dan menjaga hubungan baik dengan orang lain. Sebaliknya, mahasiswa yang berasal dari budaya individualistik mungkin merasa lebih bebas untuk menyampaikan pendapat mereka tanpa khawatir menyinggung perasaan orang lain.

Edward T Hall dan ahli lainnya menekankan bahwa budaya memiliki pengaruh besar terhadap bagaimana seseorang mengekspresikan diri. Budaya adalah sistem nilai, norma, dan kebiasaan yang diwariskan dari generasi ke generasi, yang mempengaruhi bagaimana individu berinteraksi, termasuk dalam hal komunikasi dan ekspresi diri. Beberapa budaya lebih menghargai individualisme, yang mendorong individu untuk lebih berani dalam mengekspresikan diri secara terbuka dan mandiri. Sebaliknya, budaya yang lebih kolektif cenderung menekankan harmoni sosial, yang membuat seseorang lebih berhati-hati dalam mengekspresikan pendapat mereka agar tidak mengganggu kepentingan kelompok.

Pengaruh budaya ini dapat terlihat dalam cara mahasiswa mengungkapkan pendapat dalam diskusi kelas, presentasi, atau bahkan dalam komunikasi sehari-hari. Mahasiswa yang berasal dari budaya yang lebih terbuka dan ekspresif mungkin merasa lebih nyaman untuk berbicara di depan umum, sementara mereka yang berasal dari budaya yang lebih tertutup mungkin lebih cenderung untuk menjaga pendapat mereka sendiri dan menghindari berbicara di depan orang banyak. Oleh karena itu, penting bagi lingkungan kampus untuk memahami dan menghargai perbedaan budaya ini, serta menciptakan ruang yang mendukung keberagaman dalam berkomunikasi.

Selain itu, budaya juga mempengaruhi cara mahasiswa memandang hierarki dan otoritas. Di beberapa budaya, mahasiswa mungkin merasa enggan untuk berbicara atau berinteraksi dengan dosen atau orang yang lebih senior, karena mereka menganggap hal tersebut tidak sopan. Di budaya lain, mahasiswa mungkin merasa lebih bebas untuk berbicara dengan dosen dan menyampaikan pendapat mereka tanpa rasa takut. Untuk itu, kampus perlu menciptakan suasana yang inklusif dan mendukung, di mana setiap mahasiswa merasa dihargai dan dapat mengekspresikan diri mereka tanpa takut akan penghakiman atau penilaian negatif.

Menghargai keberagaman budaya di kampus dapat membantu mahasiswa merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan diri. Dengan menciptakan lingkungan yang menghargai perbedaan, mahasiswa dapat belajar untuk mengatasi hambatan komunikasi yang mungkin timbul akibat perbedaan budaya, dan lebih mampu beradaptasi dengan situasi sosial yang beragam. Ini akan memperkaya pengalaman mereka dalam berkomunikasi dan meningkatkan keterampilan komunikasi mereka secara keseluruhan.

d. Kecemasan Sosial (*Social Anxiety*)

Kecemasan sosial merupakan masalah yang umum dihadapi oleh banyak mahasiswa, terutama yang merasa cemas atau takut berbicara di depan umum atau berinteraksi dalam situasi sosial. Mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial sering merasa khawatir akan penilaian orang lain, yang membuat mereka enggan untuk berbicara atau berkomunikasi secara terbuka. Di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, yang menekankan keterampilan berbicara dan komunikasi, kecemasan sosial dapat menjadi hambatan besar bagi mahasiswa dalam mengembangkan keterampilan

komunikasi mereka. Kecemasan ini bisa berakar pada pengalaman masa lalu yang buruk dalam berbicara di depan umum atau bahkan pada persepsi diri yang rendah.

self-expression, mengidentifikasi bahwa kecemasan sosial merupakan penghambat utama bagi banyak individu dalam mengekspresikan diri. Kecemasan sosial adalah ketakutan akan penilaian atau kritik negatif dari orang lain, yang sering membuat seseorang ragu untuk berbicara di depan umum atau dalam kelompok. Mereka mungkin merasa bahwa pendapat mereka tidak relevan atau tidak cukup baik, sehingga lebih memilih untuk diam daripada menghadapi kemungkinan penolakan.

Namun, kecemasan sosial dapat diatasi dengan dukungan yang tepat dan pendekatan yang sensitif terhadap masalah ini. Mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial dapat dibantu melalui berbagai program yang mengajarkan cara mengelola kecemasan, seperti pelatihan relaksasi, teknik pernapasan, atau latihan berbicara di depan umum secara bertahap. Kampus juga dapat menyediakan ruang yang aman di mana mahasiswa merasa nyaman untuk berbicara dan berlatih tanpa rasa takut akan penilaian negatif. Dengan demikian, mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial dapat belajar untuk mengatasi ketakutan mereka dan mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih efektif.

Kecemasan sosial juga dapat mempengaruhi interaksi sosial mahasiswa di luar kelas, seperti dalam pertemuan organisasi atau kegiatan sosial lainnya. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang merasa cemas mungkin lebih memilih untuk menghindari interaksi dengan orang lain, yang dapat menghambat perkembangan keterampilan komunikasi mereka. Oleh karena itu, penting bagi kampus untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan tidak menghakimi, di mana mahasiswa merasa aman dan didorong untuk mengungkapkan diri mereka, tanpa khawatir akan kritik atau penghakiman.

Melalui dukungan yang tepat dan kesempatan untuk berlatih dalam lingkungan yang aman, mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial dapat belajar untuk mengelola ketakutan mereka dan meningkatkan kemampuan komunikasi mereka. Sebagai bagian dari pengembangan keterampilan sosial mereka, penting bagi mahasiswa untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kecemasan sosial dan cara menghadapinya secara efektif. Dengan cara ini, mereka dapat lebih mudah mengekspresikan diri mereka dan berinteraksi dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial.

e. Keterampilan Komunikasi (*Communication Skills*)

Keterampilan komunikasi adalah faktor utama yang mempengaruhi bagaimana mahasiswa dapat mengekspresikan diri mereka dan berinteraksi dengan orang lain. Di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang, penguasaan keterampilan komunikasi sangat penting karena kurikulum di fakultas ini berfokus pada pengembangan kemampuan berbicara, mendengarkan, menulis, dan membaca secara efektif. Mahasiswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik akan lebih mudah menyampaikan ide, berdiskusi, atau memberikan presentasi di depan umum. Sebaliknya, mahasiswa yang kesulitan dalam berkomunikasi mungkin merasa

terhambat dalam menyampaikan pendapat mereka atau bahkan dalam berinteraksi dengan sesama mahasiswa atau dosen.

Ahli komunikasi seperti **Deborah Tannen** dalam Jalaludin Rahmat, menekankan bahwa keterampilan komunikasi yang baik sangat penting untuk *self-expression* (Jalaludin, 2003). Kemampuan untuk menyusun ide secara jelas, memilih kata yang tepat, serta menyampaikan informasi dengan cara yang dapat dipahami oleh orang lain sangatlah penting. Individu yang memiliki keterampilan komunikasi yang lemah mungkin mengalami kesulitan dalam menyampaikan ide mereka dengan efektif, yang dapat mengarah pada miskomunikasi atau kebingungan.

Keterampilan komunikasi ini meliputi berbagai aspek, seperti kemampuan berbicara di depan umum (public speaking), mendengarkan aktif, memahami bahasa tubuh, serta menulis dan menyusun argumen secara jelas dan terstruktur (Jalaludin, 2003). Keterampilan berbicara di depan umum, misalnya, sangat penting bagi mahasiswa di bidang dakwah, di mana mereka sering dihadapkan pada tugas untuk berbicara di depan audiens atau menyampaikan pesan-pesan penting. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang terampil dalam berkomunikasi akan lebih percaya diri saat berhadapan dengan audiens dan dapat menyampaikan pesan mereka dengan cara yang menarik dan meyakinkan.

Selain berbicara di depan umum, keterampilan mendengarkan juga sangat penting. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang dapat mendengarkan dengan baik akan lebih mudah memahami sudut pandang orang lain, yang merupakan dasar dari komunikasi yang efektif. Dalam konteks akademik, keterampilan mendengarkan memungkinkan mahasiswa untuk mengikuti pembelajaran dengan lebih baik, memahami instruksi dosen, dan memberikan respons yang relevan dalam diskusi kelas. Keterampilan menulis yang baik juga sangat penting, terutama dalam menyusun karya ilmiah atau menyampaikan pendapat secara tertulis. Keterampilan komunikasi yang kuat akan membantu mahasiswa tidak hanya dalam konteks akademik, tetapi juga dalam kehidupan sosial mereka setelah lulus, di mana komunikasi yang efektif adalah kunci untuk berkarir dan membangun jaringan profesional.

Oleh karena itu, penting bagi Fakultas Dakwah dan Komunikasi untuk memberikan pelatihan yang mengembangkan keterampilan komunikasi ini secara menyeluruh. Hal ini bisa dilakukan melalui kegiatan praktikum, latihan berbicara, diskusi kelompok, atau pembuatan karya tulis yang memungkinkan mahasiswa untuk mengasah kemampuan berbicara, mendengarkan, dan menulis. Selain itu, mahasiswa juga perlu diberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan berbagai kelompok atau audiens, baik di dalam maupun di luar kampus, untuk meningkatkan kemampuan komunikasi mereka dalam berbagai konteks.

f. Lingkungan Pendidikan (*Educational Environment*)

Lingkungan pendidikan di kampus memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung kemampuan mahasiswa untuk mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif (Rakhmat, 2012). Lingkungan yang inklusif, suportif, dan

kondusif akan memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk berkembang, merasa nyaman, dan bebas untuk mengekspresikan ide dan perasaan mereka. Di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang, lingkungan pendidikan ini dapat dibentuk melalui hubungan yang terbuka antara dosen dan mahasiswa, suasana kelas yang interaktif, serta fasilitas yang mendukung proses belajar yang aktif dan partisipatif. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang merasa dihargai dan didengarkan di kelas akan lebih mudah untuk berinteraksi dan mengemukakan pendapat mereka dengan lebih terbuka.

Lingkungan pendidikan dan interaksi sosial dalam proses pembelajaran memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan *self-expression* seseorang (Rakhmat, 2012). Lingkungan belajar yang mendukung diskusi, kolaborasi, dan keterlibatan aktif akan mendorong siswa untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan ide dan pendapat mereka. Sebaliknya, lingkungan yang otoriter dan tidak memberi ruang untuk partisipasi aktif dapat menghambat *self-expression*.

Salah satu elemen penting dari lingkungan pendidikan adalah adanya ruang untuk diskusi dan kolaborasi antara mahasiswa. Kegiatan diskusi kelas, presentasi kelompok, dan proyek bersama memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk berlatih komunikasi efektif, berbagi ide, dan belajar dari perspektif orang lain. Lingkungan yang mendukung interaksi sosial ini dapat memperkaya pengalaman belajar mahasiswa, karena mereka tidak hanya belajar dari dosen, tetapi juga dari teman-teman sekelas yang memiliki latar belakang dan pandangan yang berbeda. Di dalam kelas, mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dapat melatih keterampilan berbicara dan mendengarkan, serta belajar untuk menghargai pendapat orang lain dalam diskusi yang konstruktif.

Selain itu, dukungan dari dosen juga sangat penting dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat. Dosen yang terbuka, komunikatif, dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa akan membantu mahasiswa merasa lebih nyaman dalam menyampaikan pendapat atau mengajukan pertanyaan. Dosen yang memberikan umpan balik yang konstruktif dan mendukung pengembangan keterampilan komunikasi mahasiswa akan mendorong mereka untuk berani berbicara dan terlibat lebih aktif dalam kegiatan akademik. Sebaliknya, dosen yang kurang mendengarkan atau tidak memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk berbicara dapat menghambat mahasiswa untuk berkembang dalam hal keterampilan komunikasi.

Lingkungan pendidikan yang baik juga mencakup fasilitas yang memadai untuk mendukung proses belajar, seperti ruang kelas yang nyaman, akses ke teknologi, dan media pembelajaran yang mendukung pembelajaran aktif (Rakhmat, 2012). Selain itu, keberagaman kegiatan yang ada di kampus, seperti seminar, pelatihan, atau workshop, juga dapat memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan komunikasi mereka di luar kelas. Dalam lingkungan pendidikan yang demikian, mahasiswa tidak hanya belajar teori, tetapi juga praktik komunikasi yang dapat diterapkan di dunia nyata. Dengan adanya lingkungan pendidikan yang mendukung, mahasiswa akan merasa lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam

pembelajaran dan mengasah keterampilan komunikasi mereka (Rakhmat, 2012). Sebagai contoh, mahasiswa yang terlibat dalam organisasi kemahasiswaan atau kegiatan ekstrakurikuler lainnya memiliki kesempatan untuk berlatih berbicara di depan umum, berdebat, atau bekerja dalam tim. Semua pengalaman ini akan membantu mahasiswa mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik, yang sangat penting bagi karir mereka di masa depan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi *self-expression* mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi secara efektif, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memainkan peran penting, karena mahasiswa yang kurang percaya diri cenderung ragu dan takut membuat kesalahan, yang menghambat kemampuan komunikasi mereka. Selain itu, dukungan sosial dari teman, keluarga, dan dosen terbukti meningkatkan kenyamanan dan motivasi mahasiswa untuk mengekspresikan diri; tanpa dukungan ini, mereka lebih rentan terhadap kecemasan dan takut dinilai negatif. Di sisi lain, faktor budaya, termasuk bahasa daerah dan budaya lokal, memengaruhi interaksi mahasiswa, terutama ketika berhadapan dengan teman yang berlatar belakang budaya berbeda, sehingga sebagian merasa tidak percaya diri karena khawatir dianggap berbeda. Lebih lanjut, kecemasan sosial menjadi hambatan signifikan, di mana mahasiswa yang mengalaminya cenderung menghindari interaksi langsung di kelas dan merasa cemas saat harus berpartisipasi dalam situasi formal seperti presentasi. Kemudian, keterampilan komunikasi yang kurang terlatih menyulitkan mahasiswa dalam menyampaikan pesan secara efektif. Sementara itu, lingkungan pendidikan yang mendukung partisipasi aktif, seperti adanya forum diskusi dan kegiatan dialogis, sangat membantu mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan komunikasi mereka.

Referensi

- Abdullah, M. A., Antar Alghazali dan Kant, Etika Filsafat Islam, Yogyakarta: IRCiSoD, 2020.
- Abidin, K., Etika Komunikasi antara Mahasiswa dan Dosen dalam Interaksi Akademik melalui Media Digital, Jurnal Ilmu Komunikasi, 2023, Vol. 6, No. 1.
- Adhani, R., Etika dan Komunikasi, Banjarmasin: PT. Grafika Wangi Kalimantan, 2014.
- Alwisol, Psikologi Kepribadian, Malang: UMM Press, 2022.
- Bandura, A., Self-efficacy - The Exercise of Control, New York: W.H. Freeman and Company, 1997.
- Bandura, A., Theories of Personality, Social Cognitive Theory, New York: W.H. Freeman and Company, 2005.
- Dewi, N. P. S., et al., Psikologi Komunikasi, Bandung: Widinina Media Utama, 2024.

- Dzaljad, R. G., *Etika Komunikasi: Sebuah Paradigma Integratif*, Yogyakarta: Gramasurya, 2022.
- Effendy, O. U., *Ilmu Komunikasi: Teori dan Praktek*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009.
- Ginting, R., *Etika Komunikasi*, Cirebon: Insania, 2021.
- Gunawan, et al., *Peran Pendidikan Kewarganegaraan Dalam Membangun Karakter Moral Pelajar di Era Modern*, *Jurnal Kewarganegaraan*, 2022, Vol. 6, No. 1.
- Hariyanto, D., *Buku Ajar Pengantar Ilmu Komunikasi*, Sidoarjo: Umsida Press, 2021.
- Junaedi, F., *Etika Komunikasi di Era Siber: Teori dan Praktik*, Depok: PT. RajaGrafindo Persada, 2019.
- Kim, H. S., & Ko, D., *Culture and Self-Expression*, Dalam Sedikides, C., & Spencer, S. J. (Eds.), *Self*, New York: Psychology Press, 2007.
- Machado, E., & Rodiah, *Pengaruh Self Expression dan Brand Trust Terhadap Electronic-Word Of Mouth Dengan Brand Love Sebagai Mediasi Pada Konsumen Vans di Jakarta*, *Jurnal Muara Ilmu Ekonomi dan Bisnis*, 2021, Vol. 5, No. 1.
- Miles & Hubermas, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2015.
- Morissan, *Teori Komunikasi: Individu Hingga Massa*, Jakarta: Prenada Media Grup, 2013.
- Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Banjarmasin: Antasari Press, 2011.
- Rakhmat, J., *Psikologi Komunikasi*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012.
- Saputra, B. S. D., *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa-Siswi di SMK Negeri 1 Jepara*, *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung*, Semarang: Perpustakaan Universitas Islam Sultan Agung, 2024.
- Sarwono, S. W., *Psikologi Lintas Budaya*, Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2014.
- Setiawan, R. S., *Twitter Sebagai Media Ekspresi Diri Remaja Karang Taruna Ferari*, *Skripsi Fakultas Teknologi Informasi dan Komunikasi*, Semarang: Perpustakaan Universitas Semarang, 2015.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Sujatmiko, *Psikologi Komunikasi: Memahami Interaksi Sosial*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2014.
- Supratiknya, A., *Komunikasi Antarpribadi: Tinjauan Psikologis*, Yogyakarta: Kanisius, 2016.
- Suranto, *Komunikasi Interpersonal*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011.
- Suryanto, A., & Gunarsa, S., *Psikologi Sosial dan Budaya*, Bandung: Alfabeta, 2018.

-
- Susanti, R., & Supriyantini, Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi*, 2013, Vol. 9, No. 2.
- Tim Studi Edukasi, Bahasa Indonesia Ekspresi Diri dan Akademik, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013.
- Wardani, A. K., Self Expression Terhadap Perbedaan Budaya di Kalangan Mahasiswa, Skripsi UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta: Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga, 2022.
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M., Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi, *Jurnal Sosio Humaniora*, Yogyakarta, 2014, Vol. 5, No. 1.
- Wulandari, E., Psikologi Perkembangan Remaja: Tantangan dan Peluang, Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2020.