

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Keterbukaan Diri

1. Pengertian keterbukaan diri

Menurut Wheelers dan Grotz (1977:251), keterbukaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Apapun jenis informasi yang diungkapkan dan berapapun banyaknya informasi tersebut tergantung dari tingkat keterbukaan diri seseorang. Jika orang lain memberikan respon yang baik atas keterbukaan diri seseorang, maka semakin dalam dan banyak informasi yang diberikan oleh individu tersebut.

Menurut Tubbs & Moss (2000:12) keterbukaan diri adalah memberikan informasi tentang diri sendiri yang disengaja kepada orang lain. Keterbukaan diri dapat dilakukan melalui ekspresi wajah, sikap tubuh, pakaian, nada suara, dan melalui isyarat-isyarat nonverbal lainnya yang tidak terhitung jumlahnya. Keterbukaan diri merupakan suatu usaha untuk membiarkan keotentikan memasuki hubungan sosial dan berkaitan dengan kesehatan mental serta pengembangan konsep diri.

Taylor dkk (2009: 334) mengemukakan bahwa keterbukaan diri adalah mengungkapkan informasi atau perasaan terdalam kepada orang lain. Pada keterbukaan diri berlaku norma timbal balik dalam membentuk suatu hubungan karena keterbukaan diri dapat meningkatkan keakraban dalam suatu hubungan, dan keakraban tersebut melibatkan pernyataan mengenai informasi tentang diri yang bersifat positif maupun negatif. Hubungan yang akrab didasarkan pada

tingginya keterbukaan diri dan tujuan keterbukaan diri (Prager dalam Shirley dkk, 2007:292).

Pearson dan Morton (dalam Gainau, 2006:4) mengartikan keterbukaan diri sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain secara sukarela dan disengaja untuk maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya. Informasi diri bisa bersifat deskriptif dan evaluatif. Informasi disebut deskriptif apabila individu melukiskan berbagai fakta mengenai dirinya sendiri yang belum diketahui orang lain. Misalnya jenis pekerjaan, alamat, dan usia. Informasi yang bersifat evaluatif berkaitan dengan pendapat atau perasaan pribadi individu terhadap sesuatu, seperti orang yang disukai atau dibenci. Dalam hal ini, informasi diri lebih bersifat rahasia karena tidak mungkin diketahui orang lain, kecuali diberitahukan sendiri oleh individu yang bersangkutan. Dengan melakukan keterbukaan diri menunjukkan bahwa seorang individu berusaha untuk mengungkapkan identitas dirinya kepada orang lain dengan harapan orang lain bisa mengetahui tentang dirinya walaupun individu itu sendiri juga belum mengetahui secara pasti bagaimana dirinya dan membiarkan orang lain yang menilainya.

Dari beberapa pendapat ahli di atas dapat diambil kesimpulan bahwa keterbukaan diri adalah tindakan dan kemampuan seseorang dalam memberikan informasi, pikiran dan perasaan yang bersifat pribadi secara sengaja kepada orang lain agar orang lain dapat mengetahui tentang dirinya dan dapat memberikan penilaian terhadap dirinya tersebut.

2. Karakteristik keterbukaan diri

Keterbukaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang bertujuan untuk mencapai hubungan yang akrab. Ada lima karakteristik keterbukaan diri yang dikemukakan oleh Wheelless & Grotz (1977:252), yaitu :

- a. Niat, merupakan kesungguhan dalam melakukan keterbukaan diri. Individu menyadari apa yang dikatakan dan diungkapkan kepada orang lain.
- b. Jumlah (keluasan), berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam memberikan informasi dengan siapa saja (*target person*), baik orang yang baru dikenal, teman biasa, orangtua atau saudara dan teman dekat.
- c. Positif/negatif, berkaitan dengan informasi yang diungkapkan seseorang tentang dirinya, ada informasi yang positif dan informasi yang negatif tergantung kepada siapa seseorang tersebut melakukan keterbukaan diri.
- d. Kedalaman, berkaitan dengan topik yang akan dibicarakan baik bersifat umum maupun khusus. Umum dan khususnya individu menginformasikan dirinya tergantung pada siapa yang hendak diajak bicara. Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka semakin terbuka individu kepada orang tersebut, demikian pula sebaliknya.
- e. Kejujuran atau Ketepatan, berkaitan dengan kebenaran dari informasi yang diungkapkan oleh seseorang kepada orang lain. Semakin akrab hubungan individu dengan orang lain maka akan semakin jujur pula individu tersebut terbuka tentang dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa karakteristik dari keterbukaan diri meliputi niat, keluasan atau jumlah, positif atau negatif, kedalaman dan kejujuran atau ketepatan.

3. Fungsi keterbukaan diri

Menurut Derlega & Grzelak; Omarzu (dalam Taylor dkk, 2009:334), membuka informasi kepada orang lain karena beberapa alasan utama, yaitu :

- a. Penerimaan sosial. Seseorang mengungkapkan informasi tentang dirinya untuk meningkatkan penerimaan sosial dan agar disukai oleh orang lain.
- b. Pengembangan hubungan. Berbagi informasi dan keyakinan pribadi adalah salah satu cara untuk memulai hubungan dan membuat hubungan tersebut menjadi lebih akrab..
- c. Ekspresi diri. Terkadang seseorang berbicara tentang perasaannya untuk melepaskan himpitan di dada dan mengungkapkan perasaan agar dapat menghilangkan stres.
- d. Klarifikasi diri. Dalam proses berbagi perasaan atau pengalaman pribadi kepada orang lain, seseorang mungkin dapat pemahaman dari kesadaran yang lebih luas. Berbicara kepada orang lain tentang masalah yang sedang dihadapi mungkin bisa membantu menjelaskan pemikiran tentang situasi.
- e. Kontrol sosial. Seseorang mungkin mengungkapkan atau menyembunyi kan informasi tentang dirinya sebagai alat kontrol sosial.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa fungsi dari keterbukaan diri meliputi penerimaan sosial, pengembangan hubungan, ekspresi diri, klarifikasi diri dan kontrol sosial.

4. Dampak positif dan negatif dari keterbukaan diri

Keterbukaan diri mempunyai banyak manfaat bagi semua orang, yaitu mengembangkan dan memelihara hubungan interpersonal sehingga menciptakan hubungan yang erat dan memelihara kesejahteraan psikologis individu (Collins & Miller dalam Pathak, 2012:2). Menurut Rosenfeld; Prager; Gergen; Egan (dalam Shirley dkk, 2007:292) keterbukaan diri juga dapat untuk memenuhi kebutuhan dan memelihara keselarasan serta membentuk kesehatan mental. Keterbukaan diri sangat penting dalam hubungan antar manusia. Sifat timbal balik antar manusia dapat meningkatkan keakraban sosial dalam menciptakan keterkaitan, perasaan suka, dan menghargai antar manusia.

Selain memiliki manfaat, keterbukaan diri juga dapat menimbulkan resiko atau bahaya. Almas (2007:79) menemukan resiko dari keterbukaan diri yaitu mendapatkan hukuman dan tidak terjaganya rahasia. Seseorang yang melakukan keterbukaan diri bisa saja memperoleh citra yang negatif dari orang lain, informasi yang diberikan akan disalahgunakan untuk hal yang negatif, kehilangan kendali terhadap orang lain atau terhadap situasi, terlihat seperti menyombongkan diri, dan adanya penolakan (Tubbs & Moss, 2000:18).

Sedangkan menurut Derlega (dalam Taylor dkk, 2009:336) mengungkapkan informasi personal akan membuat seseorang berada dalam

kondisi rawan. Beberapa resiko yang terjadi saat melakukan keterbukaan diri antara lain :

- a. Pengabaian. Seseorang mungkin berbagi sedikit informasi dengan orang lain saat mengawali suatu hubungan. Terkadang pengungkapan diri yang dilakukan oleh orang tersebut di balas dengan pengungkapan diri orang lain dan hubunganpun berkembang. Tetapi, ada juga seseorang yang menyadari bahwa orang lain tidak peduli pada pengungkapan dirinya dan sama sekali tidak tertarik untuk mengenal dirinya.
- b. Penolakan. Informasi diri yang diungkapkan oleh seseorang mungkin dapat menimbulkan penolakan sosial.
- c. Hilangnya kontrol. Terkadang orang lain memanfaatkan informasi yang di berikan oleh seseorang kepada mereka untuk menyakiti atau mengontrol perilaku seseorang tersebut.
- d. Pengkhianatan. Seorang individu mengungkapkan informasi yang bersifat pribadi kepada orang lain dan individu tersebut sering berasumsi atau bahkan secara tegas meminta agar informasi itu di rahasiakan. Namun, orang lain sebagai tempat individu tersebut mengungkapkan diri terkadang berkhianat.

Tidak mengherankan jika seseorang cenderung membuka informasi yang pribadi kepada orang yang dipercayainya. Dengan adanya resiko atau bahaya dalam mengungkapkan diri, seorang individu terkadang menyembunyikan perasaannya, merahasiakannya dari orang yang dicintai dan melindungi hidupnya dari penyelidikan orang lain (Finkenauer & Hazam dalam Taylor dkk, 2009:337).

Dengan kata lain, mungkin ada ketegangan antara ingin mengungkapkan dan ingin melindungi kerahasiaan. Tujuan seseorang sering kali adalah untuk mengontrol informasi yang dimiliki orang lain tentang dirinya dan orang tersebut ingin mengungkapkan hal-hal yang memang ingin diungkapkan saja.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri

Keterbukaan diri terjadi lebih lancar dalam situasi-situasi tertentu dibandingkan situasi yang lain. Dalam DeVito (1997:62), ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri, yaitu:

a. Rasa suka

Seorang individu membuka dirinya kepada orang-orang yang disukai atau dicintai, dan tidak akan membuka diri kepada orang yang tidak disukai. Ini tidak mengherankan karena orang yang disukai (dan berangkali menyukai) akan bersikap mendukung dan positif. Seseorang tidak hanya membuka diri kepada orang lain yang disukai, tetapi juga suka kepada siapa saja orang tersebut membuka diri dan seorang individu juga lebih banyak membuka diri kepada orang yang dipercayai.

b. Norma berbalasan atau Efek Diadik

Seorang individu melakukan keterbukaan diri bila orang yang bersamanya juga melakukan keterbukaan diri. Efek diadik ini berangkali membuat individu tersebut merasa lebih aman sehingga memperkuat perilaku pengungkapan dirinya sendiri. Pengungkapan diri menjadi lebih akrab bila itu dilakukan sebagai tanggapan atas pengungkapan diri orang lain.

c. Kepribadian

Orang-orang yang pandai bergaul dan *ekstrovert* melakukan keterbukaan diri lebih banyak ketimbang mereka yang kurang pandai bergaul dan *introvert*. Perasaan gelisah juga mempengaruhi derajat keterbukaan diri. Rasa gelisah adakalanya meningkatkan keterbukaan diri dan adakalanya juga mengurangi keterbukaan diri. Orang yang kurang berani bicara pada umumnya juga jarang melakukan keterbukaan diri dari pada orang yang merasa nyaman dalam berkomunikasi.

d. Jenis Kelamin

Faktor terpenting yang mempengaruhi keterbukaan diri adalah jenis kelamin. Umumnya wanita lebih terbuka daripada pria.

e. Besar Kelompok

Keterbukaan diri lebih banyak terjadi dalam kelompok kecil daripada kelompok besar. Kelompok yang terdiri atas dua orang merupakan lingkungan yang paling cocok untuk pengungkapan diri. Dengan satu pendengar, pihak yang melakukan pengungkapan diri dapat menerima tanggapan dengan cermat.

f. Topik

Seseorang cenderung membuka diri tentang topik tertentu daripada topik yang lain. Sebagai contoh, lebih mungkin mengungkapkan informasi diri tentang pekerjaan atau hobi daripada tentang kehidupan seks atau situasi keuangan. Seseorang juga lebih sering mengungkapkan informasi yang

bagus daripada informasi yang kurang baik. Umumnya, makin pribadi dan negatif suatu topik, makin kecil kemungkinan untuk mengungkapkannya.

Ditambahkan lagi oleh Wahyurini dan Ma`shum (dalam Afiah & Purnamasari, 2004:3) faktor lain yang juga mempengaruhi keterbukaan diri adalah keharmonisan keluarga. Lingkungan keluarga memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan sikap atau perilaku individu. Lingkungan keluarga yang dimaksudkan adalah lingkungan keluarga yang harmonis. Kondisi keluarga yang harmonis ditandai dengan suatu bentuk komunikasi yang baik antara orang tua dengan anak, bapak dengan ibu dan antara anak dengan saudaranya. Komunikasi yang terjadi tidak bersifat satu arah (dari orang tua pada anaknya) tetapi anak juga memiliki kebebasan dalam mengemukakan pendapat. Keterbukaan komunikasi terjalin karena adanya sikap terbuka, jujur, saling memperhatikan dan mencintai, serta adanya sikap orang tua yang melindungi anak. Laily & Matulesy (2004:194) mengemukakan bahwa dengan adanya komunikasi dalam keluarga yang harmonis, akan membuat anak lama kelamaan akan lebih terbuka dan leluasa membicarakan masalah yang sedang dihadapinya.

B. Keharmonisan Keluarga

1. Pengertian keharmonisan keluarga

Menurut DeFrain dan Asay (2007:1), keharmonisan keluarga merupakan situasi dan kondisi dalam keluarga dimana di dalamnya tercipta kehidupan beragama yang kuat, saling menghargai dan menyayangi, memiliki waktu

bersama, menjalin komunikasi yang positif dan mampu mengatasi setiap permasalahan secara efektif.

Drajat(1975:9) juga berpendapat bahwa keluarga yang harmonis atau keluarga bahagia adalah apabila kedua pasangan tersebut saling menghormati, saling menerima, saling menghargai, saling mempercayai, dan saling mencintai.

Menurut Sarlito (1982:2) keluarga harmonis hanya akan tercipta kalau kebahagiaan salah satu anggota berkaitan dengan kebahagiaan anggota-anggota keluarga lainnya. Secara psikologi dapat berarti dua hal, yaitu :

- a. Terciptanya keinginan-keinginan, cita-cita dan harapan-harapan dari semua anggota keluarga.
- b. Sedikit mungkin terjadi konflik dalam pribadi masing-masing maupun antar pribadi.

Keharmonisan keluarga adalah keadaan keluarga yang utuh dan bahagia, di dalamnya ada ikatan kekeluargaan yang memberikan rasa aman dan tentram bagi setiap anggotanya. Selain itu adanya hubungan baik antara orang tua dengan anak. Sebuah keluarga disebut harmonis apabila seluruh anggota keluarga merasa bahagia yang ditandai oleh berkurangnya ketegangan, kekecewaan dan puas terhadap seluruh keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi atau aktualisasi diri) yang meliputi aspek fisik, mental, emosi dan sosial seluruh anggota keluarga (Gunarsa, 1991:204).

Keharmonisan keluarga merupakan suatu kesatuan dalam hubungan yang memberikan dukungan dan melindungi anggota keluarga, khususnya pada waktu mengalami perbedaan-perbedaan dan perubahan. Keharmonisan keluarga juga

membantu memelihara ikatan keluarga, mendukung kesejahteraan dan kesehatan bagi perkembangan anggota keluarga (Moore, Chalk, Scarpa, & Vandivere, 2002:3). Menurut Baumrind (dalam Moore, Chalk, Scarpa, & Vandivere, 2002:5) keharmonisan keluarga mempunyai wewenang atau wibawa, hangat, kepedulian orang tua untuk mendiskusikan dan merundingkan suatu informasi dengan anak mereka.

Thomason (2009:3) mengatakan bahwa keharmonisan keluarga terbentuk karena adanya komunikasi dengan anggota keluarga sehingga dapat mengurangi tekanan, saling berbicara dan mendengarkan, mengerti perasaan satu sama lain, dan mampu mengatasi masalah. Keharmonisan keluarga terkait dengan seberapa baik keluarga itu berfungsi bersama-sama sebagai suatu kesatuan. Keharmonisan keluarga tidak hanya melibatkan kesehatan anggota keluarganya dan bagaimana hubungan anggota keluarga satu sama lain, tetapi juga seberapa baik anggota keluarga berhubungan dengan lingkungan masyarakat.

Berdasarkan definisi-definisi yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa keharmonisan keluarga adalah suatu situasi atau kondisi keluarga dimana didalamnya tercipta kehidupan beragama yang kuat, saling menghargai dan menyayangi, saling mempunyai waktu untuk bersama keluarga, adanya kerjasama dalam keluarga, saling berkomunikasi dan setiap anggota keluarga dapat mengaktualisasikan diri dengan baik serta minimnya konflik, ketegangan dan kekecewaan.

2. Karakteristik keharmonisan keluarga

Keluarga yang harmonis menurut DeFrain dan Asay (2007:4), memiliki karakteristik sebagai berikut :

- a. Kehidupan beragama. Dalam sebuah keluarga sangat penting terciptanya sebuah kehidupan beragama. Hal ini dikarenakan dalam sebuah agama terdapat nilai-nilai moral atau etika kehidupan.
- b. Mempunyai waktu untuk bersama. Waktu untuk bersama keluarga itu harus ada. Seringkali orang tua tidak ada waktu untuk anak-anaknya. Ayah tidak ada waktu, ibu pun tidak ada waktu.
- c. Komunikasi yang positif. Keluarga harus menciptakan hubungan yang baik dengan antar anggota keluarga. Harus ada komunikasi yang baik, demokratis, dan timbal balik.
- d. Penghargaan dan kasih sayang. Harus saling menghargai dalam interaksi ayah, ibu, dan anak. Apapun prestasi yang diperoleh anggota keluarganya harus disyukuri.
- e. Komitmen. Masing-masing anggota keluarga merasa terikat dalam ikatan keluarga sebagai kelompok. Masing-masing anggota keluarga saling percaya dengan menanamkan nilai-nilai kejujuran, kebergantungan, menjaga kesetiaan dan saling berbagi satu sama lain.
- f. Kemampuan mengatasi masalah dan krisis secara efektif. Bila terjadi suatu permasalahan dalam keluarga, seluruh anggota keluarga mampu menyesuaikan diri, memandang masalah dan krisis sebagai tantangan dan

kesempatan, menghadapi masalah bersama, terbuka untuk perubahan, mampu bangkit dari masalah.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi keharmonisan keluarga

Menurut Gunarsa (1986:42) keluarga harmonis atau sejahtera merupakan tujuan penting. Olehkarena itu untuk menciptakan perlu diperhatikan faktor-faktor berikut:

- a. Perhatian. Yaitu menaruh hati pada seluruh anggota keluarga sebagai dasarutama hubungan yang baik antar anggota keluarga. Baik padaperkembangan keluarga dengan memperhatikan peristiwa dalam keluargadan mencari sebab akibat permasalahan, juga terdapat perubahan pada setiapanggotanya.
- b. Pengetahuan. Perlunya menambah pengetahuan tanpa henti-hentinya untukmemperluas wawasan sangat dibutuhkan dalam menjalani kehidupankeluarga. Sangat perlu untuk mengetahui anggota keluarganya, yaitu setiapperubahan dalam keluarga, dan perubahan dalam anggota keluarganya, agarkejadian yang kurang diinginkan kelak dapat diantisipasi.
- c. Pengenalan terhadap semua anggota keluarga. Hal ini berarti pengenalanterhadap diri sendiri dan pengenalan diri sendiri yang baik penting untukmemupuk pengertian-pengertian.Bila pengenalan diri sendiri telah tercapai maka akan lebih mudahmenyoroti semua kejadian atau peristiwa yang terjadi dalam keluarga. Masalah akan lebih mudah diatasi,

karena banyaknya latar belakang lebih cepat terungkap dan teratasi, pengertian yang berkembang akibat pengetahuan tadi akan mengurangi kemelut dalam keluarga.

- d. Sikap menerima. Langkah lanjutan dari sikap pengertian adalah sikap menerima, yang berarti dengan segala kelemahan, kekurangan, dan kelebihanannya, ia seharusnya tetap mendapatkan tempat dalam keluarga. Sikap ini akan menghasilkan suasana positif dan berkembangnya kehangatan yang melandasi tumbuh suburnya potensi dan minat dari anggota keluarga.
- e. Peningkatan usaha. Setelah menerima keluarga apa adanya maka perlumeningkatkan usaha. Yaitu dengan mengembangkan setiap dari aspekkeluarganya secara optimal, hal ini disesuaikan dengan setiap kemampuanmasing-masing, tujuannya yaitu agar tercipta perubahan-perubahan danmenghilangkan keadaan bosan.
- f. Penyesuaian harus perlu mengikuti setiap perubahan baik dari fisik orangtua maupun anak.

Sarlito (1982:79) mengemukakan bahwa keluarga harmonis atau keluarga bahagia adalah apabila dalamkehidupannya telah memperlihatkan faktor-faktor berikut:

- a. Faktor kesejahteraan jiwa. Yaitu rendahnya frekwensi pertengkaran dan percekocokan di rumah, saling mengasihi, saling membutuhkan, saling tolong-menolong antar sesama keluarga, kepuasan dalam pekerjaan dan

pelajaran masing-masing dan sebagainya yang merupakan indikator-indikator dari adanya jiwa yang bahagia, sejahtera dan sehat.

- b. Faktor kesejahteraan fisik. Seringnya anggota keluarga yang sakit, banyak pengeluaran untuk kedokter, untuk obat-obatan, dan rumah sakit tentu akan mengurangi dan menghambat tercapainya kesejahteraan keluarga.
- c. Faktor perimbangan antara pengeluaran dan pendapatan keluarga. Kemampuan keluarga dalam merencanakan hidupnya dapat menyeimbangkan pemasukan dan pengeluaran dalam keluarga.

Faktor lain yang juga mempengaruhi keharmonisan keluarga adalah kondisi ekonomi keluarga. Tingkat sosial ekonomi yang rendah seringkali menjadi penyebab terjadinya permasalahan dalam sebuah keluarga. Akibat banyaknya masalah yang ditemui karena kondisi keuangan yang memprihatinkan ini menyebabkan kondisi keluarga menjadi tidak harmonis. Banyaknya masalah yang dihadapi keluarga ini akan berpengaruh kepada perkembangan mental anak, sebab pengalaman-pengalaman yang kurang menyenangkan yang diperoleh anak di rumah, tentu akan terbawa pula ketika anak bergaul dengan lingkungan sosialnya (Gunarsa, 1991:204)

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi keharmonisan keluarga adalah perhatian, pengetahuan dan pengenalan terhadap diri sendiri dan semua anggota keluarga, penerimaan satu sama lain, kemampuan dan kesejahteraan jiwa dan fisik serta kondisi ekonomi keluarga.

C. Remaja

1. Pengertian remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin yaitu '*adolescere*' yang berarti perkembangan menjadi dewasa (Monks, 2002:262). Menurut Hurlock (1980:206) istilah *adolescence* mempunyai arti lebih luas yaitu mencakup emosional, mental, sosial dan fisik. Santrock (2003:26), mengatakan bahwa masa remaja sebagai perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial.

Batasan usia yang ditetapkan para ahli untuk masa remaja berbeda-beda. Menurut Hurlock (1980:206), usia remaja dibagi dua bagian, yaitu awal masa remaja yang berlangsung dari usia 13 tahun sampai 17 tahun, dan masa akhir remaja yang bermula dari usia 17 tahun sampai 18 tahun. Monks (2002:262) menyatakan bahwa batasan usia remaja antara 12 sampai 21 tahun, yang terbagi dalam tiga fase yaitu remaja awal (usia 12 hingga 15 tahun), remaja tengah/madya (usia 15 hingga 18 tahun) dan remaja akhir (usia 18 hingga 21 tahun).

2. Ciri-ciri umum masa remaja

Menurut Hurlock (1980:207), ciri-ciri umum masa remaja adalah sebagai berikut:

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Periode yang penting pada masa remaja adalah fisik dan psikologis. Kedua periode ini sama-sama penting. Perkembangan fisik remaja di sertai

dengan perkembangan mental. Semua perkembangan itu memerlukan penyesuaian mental dan perlu membentuk sikap, nilai dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan tidak berarti memutuskan atau merubah apa yang telah terjadi sebelumnya melainkan sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Remaja harus mempelajari pola perilaku dan sikap yang baru untuk menggantikan perilaku dan sikap dimasa kanak-kanak. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi disebut sebagai anak-anak dan juga bukan orang dewasa.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung dengan pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun. Perubahan yang terjadi pada masa remaja ini meliputi perubahan emosi, perubahan tubuh, minat, peran, nilai-nilai dan menuntut kebebasan.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi dan ada dua alasan yang mendasari kesulitan tersebut. Pertama, selama masa kanak-kanak sebagian besar masalah yang terjadi diselesaikan oleh orang tua dan guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, para remaja merasa mandiri, sehingga mereka ingin

mengatasi masalahnya sendiri dan menolak bantuan dari orang tua atau guru.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat. Pencarian identitas ini mempengaruhi perilaku remaja.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Banyak pandangan tentang remaja yang mempunyai arti dan nilai namun banyak diantaranya yang bersifat negatif. Pandangan budaya menganggap remaja sebagai anak-anak yang tidak disiplin, tidak dapat dipercayai dan cenderung berperilaku yang merusak. Sehingga menyebabkan orang dewasa yang seharusnya membimbing dan mengawasi remaja menjadi takut untuk bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang wajar. Pandangan ini juga mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan dari sudut pandangnya sendiri dan orang lain seperti apa yang diinginkannya dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri awal pada masa remaja. Remaja akan kecewa jika tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

3. Keterbukaan diri pada masa remaja

Keterbukaan diri merupakan salah satu kemampuan yang harus dimiliki oleh remaja untuk bisa melewati tahap-tahap perkembangan yang dilaluinya dengan baik, terutama dikarenakan masa remaja adalah usia dimana individu mulai berinteraksi dengan orang lain untuk menjalin relasi atau hubungan sosial yang baru. Dengan melakukan keterbukaan diri akan membuat orang lain mau menerima remaja tersebut. Keterampilan keterbukaan diri yang dimiliki oleh remaja, akan membantu remaja dalam mencapai penyesuaian diri. Apabila remaja tersebut tidak memiliki kemampuan keterbukaan diri, maka remaja akan mengalami kesulitan berinteraksi dengan orang lain (Gainau, 2009:2). Misalnya dalam lingkungan keluarga dijumpai adanya pertentangan antara remaja dengan orang tua dan salah satu penyebabnya adalah kurang adanya keterbukaan diri remaja. Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala seperti tidak bisa mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa was-was atau takut jika hendak mengemukakan sesuatu.

Keterbukaan diri bagi remaja berguna untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi karena keterbukaan diri merupakan cara langsung agar dipahami oleh orang lain. Keterbukaan diri juga merupakan cara untuk mendapatkan

dukungan dalam melewati masa penyesuaian diri, baik dengan lingkungan maupun penyesuaian dengan perubahan internal. Keterbukaan diri pada masa remaja ini tidak hanya terbatas kepada teman, tetapi juga perlu melibatkan orang tua karena remaja tidak dapat lepas sepenuhnya dari pengaruh orang tua. Keterbukaan remaja dapat berupa kegiatan berbagi dan membicarakan topik-topik yang menarik maupun yang tidak menyenangkan bersama teman dekat dan orang tua (Mujab dkk, 2006:12).

Meskipun remaja sering mengandalkan teman-teman sebaya untuk mendukung dan bersahabat, namun orang tua tetap menjadi sumber bagi remaja untuk mendapatkan kenyamanan dengan remaja aktif mencari berbagai sumber informasi dengan mengungkapkan diri atau memberitahu orang tua mereka tentang pengalaman yang dialaminya. Salah satu alasan remaja mengungkapkan diri kepada orang tua tentang masalah yang mereka hadapi adalah untuk mencari solusi dari orang tua tentang bagaimana cara mengatasi masalah tersebut (Almas, 2009:79).

D. Kerangka Berpikir

Kerangka pemikiran ini menjelaskan hubungan antara variabel keharmonisan keluarga dengan keterbukaan diri remaja terhadap orang tua. Teori utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori DeFrain dan Asay (2007:4) untuk variabel keharmonisan keluarga, dan teori dari Wheelless dan Grotz (1977:252) untuk variabel keterbukaan diri remaja terhadap orang tua.

Keluarga sebagai unit terkecil dari komunitas yang saling berinteraksi dan memiliki hubungan emosional, psikososial, dan spiritual (Nurhayati, 2011:5). Keluarga dikatakan sebagai sistem sosial terkecil yang ada di dalam masyarakat karena di dalam keluarga terjalin hubungan yang kontiniu dan penuh keakraban, sehingga jika diantara anggota keluarga itu mengalami peristiwa tertentu, maka anggota keluarga yang lain biasanya ikut merasakan peristiwa itu (Komala dkk, 2005:8). Keluarga memberikan dasar pembentukan tingkah laku, watak, moral dan pendidikan pada anak. Pengalaman interaksi di dalam keluarga akan menentukan pola tingkah laku anak terhadap orang lain dan masyarakat. Keluarga dapat dikategorikan menjadi dua yaitu kategori keluarga harmonis dan disharmonis (Kusumaningayu, 2013:6).

Menurut DeFrain dan Asay (2007:1), keharmonisan keluarga merupakan situasi dan kondisi dalam keluarga dimana di dalamnya tercipta kehidupan beragama yang kuat, saling menghargai dan menyayangi, memiliki waktu bersama, manjalin komunikasi yang positif dan mampu mengatasi setiap permasalahan secara efektif. Keluarga harmonis mempunyai anggota keluarga yang penuh cinta kasih, saling menghargai dan mensyukuri, sehingga keributan dan ketegangan antara anggota keluarga yang menyebabkan ketidakharmonisan dapat dihindari.

Keharmonisan dalam keluarga akan membentuk suatu perilaku dan kepribadian setiap anggota keluarga untuk lebih terbuka tentang permasalahan dan sesuatu yang dialaminya (Nurhayati, 2011:5).

Menurut Wheelles dan Grotz (1977:251), keterbukaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Seseorang baru dikatakan terbuka apabila memiliki niat untuk melakukan keterbukaan diri, mampu memberikan informasi kepada siapa saja, mampu mengungkapkan informasi tentang diri yang positif ataupun negatif, dan mampu memberikan informasi tentang diri yang bersifat umum ataupun khusus, serta jujur dalam memberikan informasi tersebut.

Konsep di atas, memberikan gambaran bahwa keterbukaan diri remaja terhadap orang tua merupakan suatu upaya remaja untuk mengungkapkan informasi dirinya kepada orang tua. Informasi yang diungkapkan remaja kepada orang tua dapat berupa informasi yang sangat pribadi sekalipun tergantung dari bagaimana reaksi atau respon orang tuanya.

Keluarga yang harmonis bagi remaja sangatlah penting karena menurut Nurhayati (2011:5) dan Wahyurini dkk (dalam Afiah & Purnamasari, 2004:3) keharmonisan keluarga akan meningkatkan keterbukaan diri remaja kepada orang tua. Dalam keluarga yang harmonis memiliki banyak waktu untuk berkumpul bersama keluarga. Ketika berkumpul bersama, banyak informasi yang didapat ataupun yang diberikan kepada keluarga. Waktu bersama juga akan menimbulkan dorongan atau niat untuk memberikan informasi mengenai diri sendiri kepada keluarga. Semakin banyaknya waktu yang tersedia untuk berkumpul bersama keluarga, akan semakin banyak pula informasi yang diberikan dan didapatkan. Waktu bersamadan komunikasi yang efektif merupakan indikasi dari keharmonisan keluarga.

Waktu yang dilalui bersama keluarga memungkinkan orang tua dan remaja untuk saling berbagi perasaan dan terbuka. Remaja dapat terbuka dalam pikiran dan perasaannya kepada orangtua begitu juga sebaliknya, sehingga hubungan yang terjalin dapat berjalan secara jujur dan terbuka. Remaja yang berada dalam keluarga yang tidak banyak memiliki waktu untuk berkumpul bersama bahkan untuk sekedar mengobrol atau melaksanakan liburan bersama akan menyebabkan remaja tidak memiliki kesempatan untuk mengungkapkan dirinya kepada orang tua. Hal tersebut juga ditambah dengan kesibukan orang tua mereka yang bekerja dan memiliki pekerjaan sampingan (Tokic & Pecnik, 2011:208).

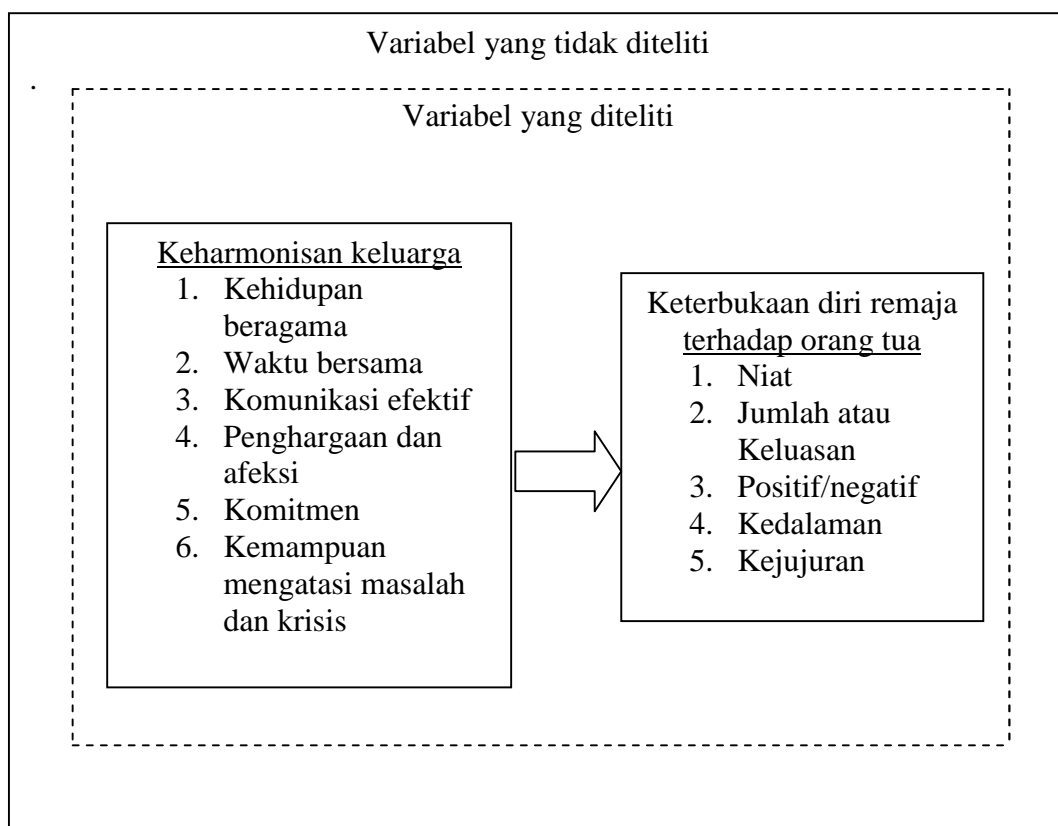
Dalam keluarga harmonis, juga tercipta komunikasi yang efektif dan komunikasi ini berguna untuk membentuk hubungan yang akrab antar sesama anggota keluarga. Semakin akrab hubungan satu sama lainnya maka akan semakin dalam pula komunikasi yang terjalin. Informasi yang diberikan tidak hanya mengenai hal yang biasa saja tetapi juga akan menjurus kepada hal yang lebih pribadi. Anggota keluarga tidak akan ragu untuk mengungkapkan sisi negatif dari dirinya dan secara berterus terang akan mengungkapkannya kepada yang lain. Kedalaman, kejujuran dan jenis informasi yang diberikan juga merupakan indikasi dari keterbukaan diri.

Kondisi keluarga yang harmonis sangat berpengaruh dalam komunikasi yang baik antara ayah dengan ibu, orang tua dengan anak, anak dengan saudaranya. Komunikasi yang terjalin tidak bersifat satu arah melainkan komunikasi yang timbal balik. Hal ini menyebabkan remaja akan menjadi lebih bebas dalam mengemukakan pendapatnya dan pada akhirnya remaja akan menjadi

lebih terbuka kepada orang tuanya dan keterbukaan remaja kepada orang tuanya mencakup berbagai aspek kehidupan (Afiah & Purnamasari, 2004:8). Keberlangsungan komunikasi dalam keluarga akan membentuk suatu kepribadian remaja untuk mengungkapkan permasalahan atau sesuatu yang dialaminya. Komunikasi yang efektif antara orang tua dan remaja memberikan kesempatan saling mengungkapkan isi hati atau kekesalan yang dirasakan serta harapan yang diinginkan, karena pada hakikatnya seorang anak dalam pertumbuhan dan perkembangannya membutuhkan uluran tangan orang tua.

Dengan demikian, remaja yang dibesarkan dalam keluarga yang harmonis dan sehat, akan tumbuh dan berkembang menjadi remaja yang memiliki kepribadian yang matang karena dalam keluarga yang harmonis kebutuhan dasar remaja seperti kasih sayang, perhatian dan rasa aman dapat terpenuhi. Remaja yang cukup mendapat kasih sayang cenderung akan lebih mampu untuk melakukan keterbukaan diri dan terhindar dari masalah perilaku yang beresiko (Nurhayati, 2011:5)

Berdasarkan pemahaman konseptual di atas, maka dapat digambarkan alur pemikiran hubungan antara keharmonisan keluarga dengan keterbukaan diri remaja terhadap orang tua sebagai berikut :



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian tinjauan pustaka yang telah dikemukakan, peneliti mengajukan hipotesis: “Ada hubungan antara keharmonisan dalam keluarga dengan keterbukaan diri remaja terhadap orang tua”. Harmonis atau tidak harmonisnya keluarga berhubungan dengan terbuka atau tidak terbukanya remaja terhadap orang tua.