

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Teori Keterbukaan Diri Johari Window

Dalam kaitannya dengan hubungan jarak jauh antara orang tua dan mahasiswa, teori Johari Window dapat meningkatkan tingkat keterbukaan dan pemahaman di antara mereka. Konsep Johari Window *Theory* membantu individu memahami bagaimana hubungan mereka dengan orang lain. Pemikiran ini pertama kali diperkenalkan oleh dua psikolog Amerika, Joseph Luft dan Harrington Ingham pada tahun 1955.¹⁹ Johari Window juga sering dikenal sebagai teori kesadaran diri. Menurut konsep Johari Window, hubungan komunikasi antara individu bergantung pada seberapa terbuka seseorang dalam mengungkapkan diri kepada orang lain maupun kepada diri sendiri. Jika seseorang tidak mengizinkan orang lain untuk mengetahui tentang dirinya, maka hubungan komunikasi antara keduanya akan terganggu.

Teori Johari Window didasarkan pada keyakinan dan kenyataan bahwa setiap manusia itu memiliki kepribadian yang unik. Pada dasarnya tidak ada individu yang sama persis corak kepribadiannya. Maksud penggunaan konsep Johari Window adalah untuk meningkatkan pemahaman diri dan memperluas area terbuka seseorang. Dengan memperluas ruang terbuka maka kemungkinan besar komunikasi mahasiswa rantau dan orang tua akan berjalan lancar, mahasiswa rantau dapat meningkatkan komunikasi dengan orang tua di rumah, saling memahami, dan menyadari kelebihan dan kelemahan satu sama lain. Relasi keduanya bisa terjalin dalam suasana yang intim dan akrab dalam jangka

¹⁹ Achmad S. Rucky, *Buku Interpersonal Communication* (Yogyakarta: CV ANDI OFFSET, 2022), hlm 123.

waktu yang lama, namun terkadang juga dapat terjadi hubungan yang singkat dan kurang akrab antara mahasiswa rantau dan orang tua. Terdapat empat area dalam Johari Window, yaitu:

1. Area terbuka, atau publik, informasi dalam area ini diketahui oleh kita dan orang lain. Misalnya informasi mengenai nama, tinggi tubuh, alamat rumah, adalah contoh informasi yang dapat dibagikan kepada orang lain.
2. Area buta, informasi dalam area ini diketahui orang lain, namun tidak disadari oleh diri kita sendiri. Misalnya, orang lain menyadari kecemasan yang kita alami, tetapi tidak kita rasakan. Atau kita tidak menyadari bakat yang kita miliki, akan tetapi orang lain melihatnya.
3. Area tersembunyi, kita mengetahui informasi dalam area ini, namun kita memiliki untuk tidak mengungkapkannya kepada orang lain. Kita memilih untuk tidak menyampaikan beberapa kelemahan atau trauma yang terjadi di masa lalu.
4. Area gelap, area ini berisi informasi yang tidak diketahui, baik oleh diri sendiri maupun orang lain. Area ini berisi informasi mengenai potensi yang belum terungkap, bakat yang belum dimanfaatkan, dan reaksi terhadap peristiwa yang belum pernah kita alami. Kita tidak akan tahu bagaimana cara menangani sebuah konflik hingga kita sendiri mengalaminya.

Kita harus mampu mendapatkan informasi di dalam area buta dan area gelap. Salah satu cara menggalinya adalah dengan memasuki situasi yang belum

pernah kita alami sebelumnya, mencoba hal-hal baru, dan mencoba cara baru dalam berkomunikasi.²⁰

	Disadari oleh diri sendiri	Tidak disadari oleh diri sendiri
Disadari oleh orang lain	OPEN (Area terbuka, disadari oleh diri sendiri dan orang lain)	BLIND (Area buta, disadari oleh orang lain tapi tidak disadari oleh diri sendiri)
Tidak disadari oleh orang lain	HIDDEN (Area tertutup, disadari oleh diri sendiri tapi tidak disadari oleh orang lain)	UNKNOWN (Area tidak diketahui, tidak disadari oleh diri sendiri maupun orang lain)

Gambar 1.1 Empat Jendela Johari (*Sumber vogue.co*).

Teori Johari Window terdiri dari empat kuadran, masing-masing bagaimana setiap individu mengungkapkan dan memahami diri sendiri dalam kaitannya dengan orang lain. Asumsi johari bahwa setiap jika setiap individu bisa memahami diri sendiri maka mereka bisa mengendalikan sikap dan tingkah lakunya saat berhubungan jarak jauh.²⁵

Dengan memanfaatkan konsep Johari Window, mahasiswa rantau dan orang tua dapat meningkatkan pemahaman dan keterbukaan dalam komunikasi mereka, meskipun berada dalam jarak yang jauh. Adapun tujuan untuk mempelajari teori ini agar dapat melihat konsep diri seseorang dari sikap mereka. Konsep diri yang buruk akan mengakibatkan rasa tidak percaya diri, tidak berani mencoba hal-hal baru, tidak berani mencoba hal-hal yang

²⁰ Nur Maghfirah, *Buku Ajar Komunikasi Interpersonal* (Sidoarjo: Umsida press, 2018), hlm 27.

menantang, takut gagal, tidak berharga, dan masih banyak perilaku inferior lainnya. Teori Johari Window merupakan perangkat sederhana dan berguna dalam mengilustrasikan dan meningkatkan keterbukaan diri serta pengertian antara mahasiswa rantau dan orang tua. Model konsep Johari Window ini berfungsi meningkatkan keterbukaan diri.²⁶

A. Keterbukaan Diri

Hal yang paling penting dalam sebuah hubungan atau komunikasi adalah keterbukaan diri karena dapat memudahkan orang lain dalam penilaian dari segala sesuatu yang dirasakan atau dialami oleh diri kita. Keterbukaan diri merupakan sebuah proses pengungkapan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain, komunikasi, memperkuat hubungan, dan membantu mengurangi stres untuk kesehatan. Dari segala definisi tersebut, mengungkapkan diri atau keterbukaan diri adalah proses berbagi perasaan, informasi, dan membangun hubungan dekat dengan orang lain melalui menyampaikan informasi tentang diri sendiri secara detail dan penilaian.

Keterbukaan diri sebagai komponen kunci dalam pengembangan hubungan pribadi karena dapat menumbuhkan kedekatan seseorang dengan orang lain. Hubungan interaksi seseorang dalam keterbukaan diri yang didasari oleh perasaan yang tulus antara mahasiswa rantau Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi (Jabodetabek) dengan orang tua di rumah. Keterbukaan diri sebagai bentuk ekspresi dengan adanya suatu komunikasi

²⁶ Asni Hasanuddin, *Buku Ajar Komunikasi Kesehatan* (Jatinangor: Mega Press Nusantara, 2022), hlm 4-6.

ketika seseorang dengan sukarela dan sengaja memberitahukan kepada orang lain mengenai dirinya secara akurat, yang tidak diperoleh orang lain. Keterbukaan diri juga merupakan keakuratan informasi mengenai seseorang. Keterbukaan diri dapat berupa berbagai topik, seperti informasi, perilaku, perasaan, keinginan, motivasi. Kedalaman dari keterbukaan diri seseorang tergantung pada situasi dan orang yang diajak berdiskusi.²⁷

Pada dasarnya keterbukaan diri tidak hanya sekedar memberikan informasi kepada orang lain tentang apa yang dialami oleh setiap orang, tetapi dapat membawa manfaat bagi kedua belah pihak, baik sumber informasi maupun orang lain yang berbagi pengalaman atau kejadian dari orang tersebut. Keterbukaan diri antara mahasiswa rantau dengan orang tua adalah kunci penting dalam menjaga hubungan yang erat dan mendukung selama masa perantauan.²⁸ Berikut beberapa manfaat yang bisa diperoleh dari keterbukaan diri:

a. Untuk Mahasiswa:

1. Mengurangi Stres: Membagi beban pikiran dan perasaan dengan orang tua dapat membantu mengurangi stres yang sering kali dialami mahasiswa rantau.
2. Meningkatkan Rasa Aman: Mengetahui bahwa orang tua selalu siap mendengarkan dan mendukung dapat memberikan rasa aman dan nyaman.

²⁷ Munnal Hani'ah, *Buku Panduan Mengelola Keberanian Mengekspresikan Diri* (Yogyakarta:Laksana, 2023), hlm 37-38

²⁸ Ilmi Nur Fadhillah, *Buku Problematika Teori dan Praktik Komunikasi* (Jakarta,

lebih banyak dan dapat memberikan nasihat yang berharga serta dukungan emosional.

3. Memperkuat Ikatan Keluarga: Keterbukaan diri dapat memperkuat ikatan emosional antara mahasiswa dan orang tua.
 4. Memudahkan Proses Adaptasi: Dengan berbagi pengalaman dan kesulitan, mahasiswa dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan baru.
- b. Untuk Orang Tua:
1. Mengerti Kondisi Anak: Orang tua dapat lebih memahami kondisi dan kesulitan yang dihadapi anak selama merantau. Merasa Tenang: Mengetahui bahwa anak terbuka dengan mereka dapat membuat orang tua merasa lebih tenang dan tidak terlalu khawatir.
 2. Memiliki Kesempatan untuk Berkontribusi: Orang tua dapat memberikan dukungan yang lebih efektif dan merasa memiliki peran penting dalam kehidupan anak.
 3. Mempererat Hubungan Keluarga: Keterbukaan diri dapat mempererat hubungan antara orang tua dan anak, bahkan ketika jarak memisahkan mereka.

B. Komunikasi Antarpribadi

Berinteraksi melalui komunikasi adalah salah satu aktivitas fundamental manusia. Dengan komunikasi manusia dapat menjalin hubungan dengan orang lain dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan keluarga, tempat kerja, pasar, masyarakat, atau di mana pun manusia berada. Komunikasi memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Kemajuan pengetahuan manusia terus berkembang seiring dengan adanya komunikasi. Komunikasi juga berperan

dalam membentuk sistem sosial yang saling bergantung satu sama lain, sehingga komunikasi dan masyarakat tidak dapat dipisahkan.

Komunikasi dalam sebuah keluarga khususnya antara orang tua dengan anak memiliki kontribusi yang luar biasa bagi keduanya, karena dengan adanya komunikasi yang efektif dan efisien yang dilaksanakan secara terus menerus dapat menciptakan keakraban, keterbukaan, perhatian yang lebih antara keduanya serta orang tua pun lebih dapat mengetahui perkembangan pada anak baik fisik maupun psikisnya. Karakter adalah suatu watak terdalam untuk merespon situasi yang menurut moral baik. Karakter adalah watak, tabiat, akhlak, atau kepribadian seseorang yang terbentuk dari hasil internalisasi berbagai kebajikan yang diyakini dan digunakan sebagai landasan untuk cara pandang, berpikir, bersikap, dan bertindak. Kebajikan terdiri atas sejumlah nilai, moral, dan norma, seperti jujur, berani bertindak, dapat dipercaya, religius, percaya diri, simpati, empati, dan lain-lain. Karakter terbentuk karena adanya interaksi seseorang dengan lingkungan sosial dan budaya yang bersangkutan.

Dampak jenis interaksi yang dilakukan dalam keluarga dalam kehidupan sehari-hari, adanya perbedaan pembentukan karakter yang berbeda pada setiap anak. Ada anak yang pendiam, percaya diri, senang bekerja sama, empati, jujur bertanggung jawab dan lain-lain.²⁹ Komunikasi itu di dalamnya meliputi sebuah usaha untuk menciptakan sebuah pesan, dan memberikan diri kita sebagai sebuah tempat yaitu di hati dan otak orang lain untuk menerima pesan. Dalam melakukan komunikasi tentu memiliki sebuah usaha, misalnya dalam menciptakan sebuah pesan seseorang tidak bisa sembarangan memberikan pesannya kepada orang lain. Hasil dari sebuah komunikasi bersama adalah *interpersonal understanding* (pemahaman atas hubungan antarpribadi) karena ada kesamaan keyakinan serta kesamaan gaya

komunikasi.³⁰

a. Tujuan Komunikasi Antarpribadi

Menurut Suranto komunikasi antarpribadi atau komunikasi interpersonal merupakan suatu *action oriented*, yaitu sebuah tindakan yang berorientasi pada tujuan tertentu. Tujuan komunikasi interpersonal ada bermacam-macam yaitu :²¹

1. Mengungkapkan perhatian kepada Orang lain Mengungkapkan perhatian kepada individu lain. Seseorang berkomunikasi dengan cara menyapa, tersenyum, melambaikan tangan, membungkukkan badan, menanyakan kabar kesehatan lawan bicaranya, dan sebagainya. Komunikasi interpersonal hanya dimaksudkan untuk menunjukkan adanya perhatian kepada orang lain dan menghindari kesan dari orang lain sebagai individu yang tertutup, dingin, “cuek”.
2. Mengenali Diri sendiri dan Orang lain Komunikator melakukan komunikasi interpersonal untuk mengetahui dan mengenali karakteristik diri pribadi berdasarkan informasi dari orang lain. Komunikasi interpersonal memberikan kesempatan kepada keduanya untuk berbicara tentang apa yang disukai dan apa yang tidak disukai keduanya. Dengan membicarakan keadaan diri, minat dan harapan maka seseorang memperoleh informasi berharga untuk mengenali jati diri dengan kata lain menemukan diri sendiri.
3. Menemukan Dunia Luar Dengan komunikasi antarpribadi ada beberapa kesempatan untuk mendapatkan berbagai informasi dari

²¹ <https://ng.je/Mh5wH> diakses pada 30, November 2024.

orang lain, termasuk informasi penting dan aktual. Jadi komunikasi merupakan “jendela dunia” karena dengan berkomunikasi dapat mengetahui berbagai kejadian di luar.

4. Membangun dan Memelihara Hubungan yang Harmonis Salah satu kebutuhan setiap orang yang paling besar adalah membentuk dan memelihara hubungan baik dengan orang lain. Oleh karena itulah setiap orang telah menggunakan banyak waktu untuk komunikasi antarpribadi yang diabdikan untuk membangun dan memelihara hubungan sosial dengan orang lain.
5. Mempengaruhi sikap dan tingkah laku proses sebuah pesan dari komunikator kepada komunikan guna memberitahu atau mengubah sikap, pendapat baik secara langsung maupun tidak langsung. Ketika pihak komunikan menerima informasi, berarti komunikan telah mendapat pengaruh dari proses komunikasi karena komunikasi dasarnya adalah pengalaman. Pengalaman memberi makna pada situasi kehidupan manusia, termasuk memberi makna tertentu terhadap kemungkinan terjadinya perubahan sikap.
6. Mencari kesenangan atau sekedar menghabiskan waktu seseorang melakukan komunikasi interpersonal sekedar mencari kesenangan atau hiburan. Di samping itu juga dapat mendatangkan kesenangan, karena komunikasi interpersonal dapat memberikan keseimbangan yang penting dalam pikiran yang memerlukan suasana rileks, ringan dan menghibur dari semua keseriusan berbagai kegiatan sehari-hari.
7. Menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi. Komunikasi interpersonal dapat menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi

(*miss communication*) dan salah interpretasi (*miss interpretation*) yang terjadi antara sumber dan penerima pesan karena dengan komunikasi interpersonal dapat dilakukan pendekatan secara langsung menjelaskan berbagai pesan yang rawan menimbulkan kesalahan interpretasi.

8. Memberikan bantuan (konseling) di kalangan masyarakat sehari-hari masyarakat pun juga dapat dengan mudah memperoleh menunjukkan fakta bahwa komunikasi interpersonal dapat dipakai sebagai pemberian bantuan (konseling) bagi orang lain yang memerlukan. Tanpa disadari setiap orang ternyata sering bertindak sebagai konselor maupun konseling dalam kehidupan sehari-hari.

D. Hubungan Jarak Jauh

Masa muda adalah masa yang penuh pertimbangan dikuasai oleh dinamika-dinamika untuk mengakarkan diri. Masa muda adalah masa untuk menentukan berbagai hal, terutama dalam memilih tujuan untuk melanjutkan pendidikan yang jauh dari orang tua dalam usaha melepaskan diri dari ketergantungan orang tua. Hubungan jarak jauh antara mahasiswa dan orang tua, terutama dalam masa transisi menuju dewasa seperti saat kuliah, sangat krusial. Jarak fisik yang memisahkan mereka bisa menjadi tantangan tersendiri, namun juga bisa menjadi peluang untuk memperkuat ikatan emosional. Seseorang pada masa remaja lanjut sedang pada masa melepaskan diri dari ketergantungan emosional dari orang yang dekat dalam hidupnya (orang tua). Kehidupan emosi yang sebelumnya banyak mendominasi sikap dan tindakannya mulai terintegrasi dengan fungsi psikis lain, sehingga lebih stabil, lebih terkendali.³¹

Kemudian mampu mengungkapkan pendapat dan perasaannya dengan sikap dan kebebasan emosionalnya. Mahasiswa Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi

(Jabodetabek) menghadapi banyak kesulitan saat mengalami hubungan jarak jauh dengan kedua orang tua terutama ketika *homesick* adalah hal yang wajar dialami oleh mahasiswa rantau. Jauh dari keluarga dan lingkungan yang familiar memang bisa membuat kita merasa sedih, kesepian, dan tidak nyaman. Namun, jangan khawatir, ada banyak cara untuk mengatasi rasa *homesick* ini.

E. Orang Tua

Keluarga adalah tempat pertama dan utama di mana seorang anak dididik dan dibesarkan. Keluarga juga berperan sebagai salah satu tempat sosialisasi pertama bagi anak-anak untuk mempelajari semua hal (*Socialization agent*). Anggota keluarga merupakan orang yang paling berarti dalam kehidupan anak selama tahun-tahun pertama hidupnya, saat kepribadian mulai terbentuk. Orang tua menginvestasikan waktu, emosi energi dan uang dalam membesarkan anaknya. Orang tua ingin apa yang dilakukan akan bermanfaat bagi kehidupan anak sehingga pengorbanan yang dilakukan dapat membantu anak untuk tumbuh. Orang tua juga melakukan investasi dan komitmen abadi pada seluruh periode perkembangan yang panjang dalam kehidupan anak untuk memenuhi tanggung jawab dan perhatian yang mencakup:

- a) Kasih sayang dan hubungan dengan anak yang terus berlangsung
- b) Memenuhi kebutuhan material seperti makanan, pakaian dan tempat tinggal
- c) Akses kebutuhan medis
- d) Disiplin yang bertanggungjawab, menghindarkan anak dari kecelakaan dan kritikan pedas dan hukuman yang berbahaya
- e) Pendidikan intelektual dan moral; Persiapan untuk bertanggungjawab sebagai orang dewasa
- f) Mempertanggungjawabkan tindakan anak kepada masyarakat luas.

Selain bentuk tanggung jawab orang tua tersebut di atas, di sisi lain orang tua juga bertanggung jawab untuk memberikan kontribusi substansial dalam rangka memelihara anaknya secara berkelanjutan, baik etika, karakter, maupun kompetensinya yang dilakukan melalui upayasosialisasi orang tua kepada anak-anaknya. Proses sosialisasi dalam hal ini merupakan upaya orang dewasa yang diprakarsai oleh adanya kebutuhan untuk menanamkan nilai-nilai sosial, pendidikan, dan nilai agama pada anak.³²

F. Mahasiswa

Mahasiswa tidak sama dengan siswa, sebagai mahasiswa kita dituntut untuk lebih mandiri dan berbeda baik dalam lingkungan kampus atau luar kampus. Lingkungan kampus misalnya, dalam bidang akademis, seorang mahasiswa harus bisa menyelesaikan kontrak kuliahnya. mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual dalam suatu lapisan masyarakat. Mahasiswa bertanggung jawab berarti menjadi seorang *agent of change*. Agen perubahan di mana dituntut untuk mampu mencerminkan sebuah sikap sebagai seorang aktivis akademika yang berkarakter, mandiri, berbudi pekerti luhur, serta berjiwa sosial, dan bermanfaat bagi masyarakat.³³

Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon *intelektual* atau *cendikiawan* muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat. yang diharapkan menjadi calon-calon intelektual. Dalam Peraturan Pemerintah Mahasiswa adalah

peserta didik yang terdaftar dan belajar pada suatu perguruan tinggi. Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik universitas, Institut atau akademi. Mereka yang terdaftar dapat disebut sebagai mahasiswa. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi.³⁴

Mahasiswa juga merupakan calon *intelektual* atau *cendekiawan* muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat. Dari pendapat diatas bisa dijelaskan bahwa mahasiswa adalah status yang disandang oleh seseorang karena hubungannya dengan perguruan tinggi yang diharapkan menjadi calon-calon *intelektual*. Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi, disebutkan bahwa untuk menjadi mahasiswa harus memenuhi persyaratan sebagai berikut:³⁵

1. Memiliki Surat Tanda Belajar pendidikan tingkat menengah.
2. Memiliki kemampuan yang disyaratkan oleh perguruan tinggi yang bersangkutan.