

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kerangka Teoritis

1. Keterbukaan Diri

a. Pengertian Keterbukaan Diri

Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan ungkapan respon ataupun asumsi seseorang terhadap suasana yang sedang dihadapi. Konsep keterbukaan diri yang lebih jelas juga dijelaskan oleh DeVito, dijelaskan bahwa keterbukaan diri adalah jenis komunikasi yang mana seseorang akan menceritakan hal apapun secara tertulis ataupun lisan tentang dirinya yang biasanya bersifat rahasia.³⁵

Rogers menjelaskan keterbukaan diri merupakan hubungan interaksi individu dengan orang lain yang didasari dengan perasaan tulus, menerima orang lain, dan rasa empati yang akan menjadikan suatu hubungan menjadi lebih akrab. Keterbukaan diri dapat dijelaskan sebagai tindakan yang dilakukan individu ketika memberi suatu informasi yang sifatnya pribadi pada orang lain secara terbuka dan disengaja untuk maksud memberikan informasi yang jelas tentang dirinya.

Jadi bisa disimpulkan bahwa keterbukaan diri merupakan wujud komunikasi interpersonal yang membuat individu mengungkapkan inspirasi, fantasi, perasaan, informasi tentang diri sendiri yang sifatnya rahasia serta belum sempat diceritakan kepada orang lain secara jujur.

b. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri

Joseph A. Devito menyebutkan beberapa faktor yang bisa mempengaruhi keterbukaan diri, yaitu:

1) Efek Diadik

³⁵ Joseph A. Devito, *The Interpersonal Communication Book* (USA: Person Education, 2016), 112.

Keterbukaan diri sifatnya timbal balik, jadi adanya keterbukaan diri pada diri seseorang akan ditanggapi oleh keterbukaan diri dari orang yang diajak berkomunikasi sehingga interaksi dapat berlangsung. Keterbukaan diri mendorong interaksi di antara individu untuk membuka diri.

2) Ukuran Khalayak

Keterbukaan diri kemungkinan besar terjadi dalam komunikasi dengan khalayak yang lebih kecil, seperti dalam komunikasi antarpribadi atau komunikasi dalam kelompok kecil. Jika khalayak komunikasi memiliki jumlah besar maka individu akan sulit mengontrol dan menerima umpan balik dari lawan komunikasi. Apabila komunikasinya dalam khalayak kecil saja maka individu bisa mengontrol komunikasi. Ketika lawan komunikasi memberikan respon yang baik terhadap keterbukaan diri dengan melakukann keterbukaan diri juga maka proses komunikasi akan terus berlangsung.

3) Topik Bahasan

Pada awalnya seseorang akan selalu berbicara tentang hal-hal yang umum. Makin akrab maka akan semakin mendalam topik pembicaraan yang dibahas. Tidak mungkin seseorang akan berbicara tentang hal-hal yang sangat pribadi, misalnya tentang kehidupan seksual, pada orang yang baru dikenal. Seseorang akan lebih memilih topik pembicaraan yang umum, seperti tentang cuaca, politik secara umum, kondisi keuangan negara atau kondisi sosial.

4) Valensi

Pada keterbukaan diri, valensi terkait dengan sifat positif atau negatif keterbukaan diri. Secara umum, manusia cenderung lebih menyukai valensi positif atau keterbukaan diri positif dibandingkan dengan keterbukaan diri negatif. Apabila lawan komunikasi bukanlah orang yang akrab, keterbukaan diri positif

bisa dilakukan. Namun, apabila lawan komunikasi itu adalah orang yang sudah akrab maka keterbukaan diri negatif bisa saja dilakukan.

5) Jenis Kelamin

Wanita lebih terbuka daripada pria. Ungkapan tersebut merupakan ungkapan stereotipikal. Namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa ternyata wanita memang lebih terbuka daripada pria. Adanya hal tersebut dapat diartikan bahwa bukan berarti pria tidak melakukan keterbukaan diri. Perbedaannya, jika wanita mengungkapkan tentang dirinya pada orang yang disukai maka pria mengungkapkan tentang dirinya pada orang yang dipercayai.

6) Ras, Nasionalitas, dan Usia

Ras, nasionalitas, dan usia dapat dipandang sebagai bentuk stereotipe. Kenyataannya hal ini menunjukkan bahwa ras tertentu ada yang lebih sering melakukan keterbukaan diri. Misalnya, orang-orang kulit putih Amerika biasanya lebih sering melakukan keterbukaan diri dibanding orang Negro. Usia juga mempengaruhi, orang dengan usia sekitar 17-50 tahun lebih banyak melakukan keterbukaan diri daripada dengan orang yang lebih muda dan tua.

7) Mitra dalam Hubungan

Tingkat keakraban adalah penentu kedalaman keterbukaan diri. Orang yang diajak berkomunikasi (mitra dalam hubungan) juga akan menentukan bagaimana individu akan menentukan keterbukaan diri. Seseorang akan melakukan keterbukaan diri kepada orang lain yang telah dianggap sebagai orang dekat, misalnya suami atau istri, teman dekat, dan sesama anggota keluarga.³⁶

³⁶ Joseph A. Devito, *The Interpersonal Communication Book* (USA: Pearson Education, 2016), 250.

c. **Tingkatan Keterbukaan Diri**

John Powell berpendapat ada beberapa tingkatan keterbukaan diri, yaitu:

1) Basa-basi

Basa-basi adalah tingkatan pengungkapan diri paling rendah atau dalam. Dalam melakukan basa-basi, diri individu terdapat keterbukaan tetapi tidak terjadi hubungan antarpribadi. Individu yang berkomunikasi biasanya melakukan basa-basi hanya untuk kesopanan.

2) Membicarakan orang lain

Dalam melakukan komunikasi biasanya antar individu juga membicarakan orang lain atau tentang hal-hal yang ada di luar dirinya. Komunikasi pada tingkat ini terjadi lebih mendalam tapi individu tidak melakukan pengungkapan diri.

3) Menyatakan gagasan atau pendapat

Dalam mengungkapkan pendapat atau ide, individu mulai menjalin hubungan yang akrab. Individu mulai melakukan pengungkapan diri kepada orang lain walau sebatas ide dan pendapat tentang hal tertentu.

4) Perasaan

Setiap orang bisa mempunyai pendapat atau ide yang sama tetapi perasaan dan emosi yang mengiringi pendapat atau ide pasti berbeda. Sebuah hubungan pertemanan dan pribadi harus didasari dengan hubungan yang terbuka, jujur, dan perasaan saling mengerti.

5) Hubungan puncak

Ketika pengungkapan diri sudah mendalam dilakukan, individu yang menjalani hubungan pribadi bisa memahami perasaan yang telah dialami orang lain. Misalnya saja pada hubungan persahabatan, persahabatan yang sifatnya sudah

mendalam pasti berdasar pada pengungkapan diri dan penuh kejujuran.³⁷

d. Aspek Keterbukaan Diri

Untuk mengukur pengungkapan diri, Wheelless membuat instrumen yang dinamakan *Wheelless Revised Self Disclosure Scale* (RSDS). Ada beberapa aspek yang telah dikemukakan, yaitu:

1) Kuantitas (*Amount of disclosure*)

Pengungkapan diri bisa diukur dengan cara mengetahui frekuensi bersama siapa individu melakukan pengungkapan diri. Selain itu, mengetahui berapa lama waktu yang diperlukan untuk mengungkapkan pernyataan keterbukaan diri terhadap orang lain juga bisa digunakan untuk mengukur pengungkapan diri. Jadi kuantitas adalah seberapa besar (jumlah) diri dalam melakukan keterbukaan diri.

2) Valensi (*Positive and negative nature of Self-Disclosure*)

Valensi adalah suatu hal positif dan negatif dalam keterbukaan diri. Seseorang dapat terbuka tentang hal-hal mengenai dirinya, seperti hal menyenangkan, menyedihkan, memuji, dan menjelekkan. Penilaian dari orang lain juga akan mempengaruhi sifat yang mendasar dan tingkat dari pengungkapan diri. Oleh karena itu, respon dari orang lain mengenai pengungkapan diri yang dilakukan akan mempengaruhi diri sendiri dan pendengarnya.

3) Kejujuran dan Ketepatan (*Honesty-Accuracy of Disclosure*)

Tingkat seseorang mengetahui dirinya sendiri menjadi batasan kejujuran dan ketepatan dari keterbukaan diri seseorang. Kejujuran belum tentu dilakukan oleh seseorang dalam mengungkapkan diri karena seseorang bisa melebih-lebihkan dan

³⁷ Nailun Izzati Wahdah, *Hubungan Kontrol Diri Dan Pengungkapan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Facebook Pada Siswa SMP Sunan Giri Malang*, UIN Malik Ibrahim, 2016.

berbohong dalam mengungkapkan kejujuran. Aspek ini mengacu pada hal yang diungkapkan oleh seseorang.

4) Tujuan (*Intent to disclose*)

Keterbukaan diri dilakukan individu secara sadar dan memiliki tujuan. Tujuan dari keterbukaan diri yaitu seluas individu mengungkapkan tentang apapun, individu akan sadar untuk mengontrol apapun yang diungkapkan sebelum dikatakan kepada orang lain.

5) Kedalaman (*Control of depth of disclosure*)

Keterbukaan diri pada seseorang bisa dikontrol dengan mengungkapkan informasi pribadi. Oleh karena itu kedalaman pemberian informasi kepada seseorang menjadi tolak ukur bagaimana tingkatan keterbukaan diri yang dibangun.³⁸

2. Intimasi Pertemanan

a. Pengertian Intimasi Pertemanan

Dalam teori Erikson, intimasi menjadi salah satu kemampuan untuk menjadi lebih akrab dengan orang lain, seperti dekat sebagai teman, sahabat, pasangan, dan masyarakat. Dalam menjalin hubungan dengan orang lain, kemampuan berkomunikasi memiliki peran yang penting dalam meningkatkan intimasi. Intimasi dan komunikasi itu saling berkaitan karena dalam setiap berinteraksi diperlukan komunikasi yang baik. Jika seseorang sulit dalam melakukan komunikasi dengan orang lain, dapat dikatakan bahwa tidak terdapat intimasi pada hubungan mereka.³⁹

Intimasi dapat dikatakan sebagai perasaan dekat dan terikat secara fisik atau emosi yang didapat dari orang yang dicintai, yang mana perasaan tersebut akan diekspresikan secara verbal atau

³⁸ Joseph A. Devito, *The Interpersonal Communication Book* (USA: Pearson Education, 2016), 247.

³⁹ Cahyaning Utami dan Heru Astikasari Setya Murti, "Hubungan Antara Kelekatan Dengan Orang Tua Dan Keintiman Dalam Berpacaran Pada Dewasa Awal", *Psikologika*. Vol. 22 No. 1, 2017, 41.

nonverbal. Saat melakukan intimasi, individu akan bertukar perasaan, membagi dan menerima, mengerti dan dimengerti, menjaga hubungan, dan saling membantu bila sedang dalam kesusahan. Hal-hal seperti itu adalah sebuah intimasi dimana individu melakukan interaksi. Dalam melakukan interaksi terdapat berbagai emosi dan sikap yang dapat dimunculkan, seperti rasa pengertian, simpati, marah, dan bingung pada diri individu.⁴⁰

Intimate friendship atau intimasi pertemanan adalah sebuah ikatan yang memperbolehkan setiap individu untuk berinteraksi dengan orang lain yang mana dalam interaksi mereka saling berbagi pengalaman, kesamaan atensi, dan memiliki kemampuan untuk terbuka (*self disclosure*) yang membuat orang lain bisa sama-sama terbuka dalam membicarakan pemikiran dan perasaan. Intimasi pertemanan (*intimate friendship*) dapat diartikan sebagai interaksi seseorang yang dapat menjadikan orang lain memiliki rasa percaya dan aman untuk bercerita tentang berbagai hal, seperti keluh kesah, diri sendiri, bahkan meminta saran untuk mengatasi permasalahan yang sifatnya lebih pribadi.⁴¹

b. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Intimasi Pertemanan

Menurut Collin & Sroufie ada beberapa faktor yang mempengaruhi intimasi pertemanan, yaitu:

1) Berorientasi Kedekatan

Intimasi pertemanan harus berarah pada kedekatan antara individu dengan individu lain untuk melihat dan menilai bagaimana keaktifan intimasi yang dilakukan individu terhadap individu lain. Bilamana individu menginginkan sebuah keintiman

⁴⁰ Tri Indah Kusumawati, “Komunikasi Verbal dan Nonverbal”, *Al Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol. 6 No. 2, 2016, 87.

⁴¹ Fionna Almira Pohan, Skripsi: “Hubungan *Intimate Friendship* Dengan *Self Disclosure* Pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Media Sosial Facebook di Universitas Medan Area Tahun Ajaran 2013” (Medan: Universitas Medan Area, 2017), 22.

maka yang harus dilakukan adalah menjadi aktif dan kreatif dalam menjalin hubungan dengan orang lain.

2) Toleransi

Toleransi adalah kemampuan memahami segala hal pada orang lain yang dimiliki oleh individu. Dalam perkembangan intimasi pertemanan membutuhkan toleransi diantara kedua individu yang melakukan interaksi.

3) Kemampuan

Kemampuan yang harus dimiliki individu adalah terbuka terhadap orang lain agar orang lain juga terbuka kepada individu, sehingga ada hubungan timbal balik. Selain itu, individu juga harus paham terhadap perasaan orang lain dan saling membantu.⁴²

c. Karakteristik Intimasi Pertemanan

Dahm menjelaskan ada empat karakteristik intimasi pertemanan, yaitu:

1) Saling Akses

Individu dan teman bisa saling mengetahui satu sama lain, mengetahui bagaimana hak dan kewajiban. Pembahasan dalam hak dan kewajiban berupa pembahasan perilaku, menghargai batasan, dan kejujuran.

2) Penerimaan

Menerima artinya menghargai orang lain, tidak berpura-pura, tulus, saling menolong, dan mengetahui apa yang disukai oleh teman. Hal itu menunjukkan bahwa individu menerima teman apa adanya, dengan segala hal yang dimiliki oleh teman, tanpa meminta seorang teman menjadi apa yang individu inginkan.

⁴² W. Andrew Collins and L. Alan Sroufe. *Capacity for Intimate Relationships: A Developmental Construction*, (University of Minnesota: Institute of Child Development, Cambridge University Press), 3.

3) Tidak Posesif

Individu dan teman saling memberi kebebasan untuk bergaul maupun melakukan hal lain yang tidak selalu dilakukan bersama. Tidak ada permasalahan jika individu dan teman intim pergi, bermain, dan melakukan kegiatan bersama dengan orang lain. Baik individu maupun teman intim pasti memiliki hak dan kewajiban masing-masing.

4) Proses

Intimasi adalah proses aktif, saling berbagi informasi sesuai dengan situasi dan kondisi. Jika keintiman selalu dipertahankan, maka individu dan teman akan saling menyempatkan waktu dan kekuatan untuk menjaga sebuah intimasi pertemanan.⁴³

d. Aspek Intimasi Pertemanan

Menurut Sharabany, intimasi pertemanan adalah suatu hubungan emosional yang mana individu memiliki empati dan berbagi perasaan dengan orang lain, perhatian, percaya dan berkomitmen dengan orang lain, terbuka, pengembangan harga diri yang positif, dan penyesuaian diri yang lebih baik.⁴⁴ Sharabany menjelaskan ada delapan dimensi dari intimasi pertemanan, yaitu:

1) Kejujuran dan Spontanitas (*frankness and spontaneity*)

Kejujuran dan spontanitas berkaitan dengan keterbukaan diri individu dalam mengatakan kelemahan dan kelebihan serta memberikan pendapat atau komentar dengan terus terang secara terbuka.

2) Kelekatan (*attachment*)

⁴³ Margaret H. Hoopes, "Friendship and Intimacy", *A Journal of Mormon Thought*. Vol. 20 No. 2, 1987, 84-85.

⁴⁴ Ruth Sharabany, "Boyfriend, Girlfriend in A Traditional Society: Parenting Styles and Development of Intimate Friendships among Arabs in School", *International Journal of Behavioral Development*. Vol. 32, 2008, 67.

Kelekatan yang ada pada diri individu menimbulkan keakraban dan kecocokan yang menimbulkan adanya perasaan dekat dengan orang lain.

3) Kepercayaan dan Kesetiaan (*trust and loyalty*)

Suatu keadaan dimana orang lain yang telah memiliki hubungan dekat dengan individu bisa menjaga rahasia dan akan saling melindungi satu sama lain jika ada intimidasi dari luar.

4) Pengertian (*knowing*)

Pengertian berarti adanya reaksi dari seseorang terhadap suatu keadaan yang mana hal ini dapat membuat seseorang sadar untuk memahami teman.

5) Eksklusifitas (*exclusiveness*)

Eksklusifitas menyatakan unik dan tingginya tingkatan suatu ikatan pertemanan itu lebih besar dibanding ikatan bersama orang lain.

6) Memberi dan Berbagi (*giving and sharing*)

Memberi dan berbagi dapat dilakukan kepada orang lain dengan membagikan barang berupa materi serta hal lain seperti dukungan sosial atau motivasi.

7) Penerimaan (*taking*)

Individu yang melakukan penerimaan akan menerima segala sifat baik atau buruk yang dimiliki teman, sahabat, dan orang lain yang dekat dengannya.

8) Kegiatan yang sama (*common activities*)

Individu yang memiliki aktivitas yang sama dengan orang lain akan memperlihatkan ketertarikannya dalam hal yang sama. Individu cenderung akan menghabiskan waktunya bersama dengan orang lain.⁴⁵

⁴⁵ Ruth Sharabany, "Intimate Friendship Scale: Conceptual Underpinnings, Psychometric Properties and Construct Validity", *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol. 11, 1994, 455.

3. Remaja Akhir

a. Pengertian Remaja Akhir

Dalam kehidupan manusia, masa yang sangat penting salah satunya adalah masa remaja. Masa remaja adalah masa perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Secara psikologis, remaja adalah usia dimana seseorang berinteraksi dengan orang dewasa yang menyebabkan anak tidak merasa di bawah orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Intelektual dari cara berpikir remaja yang mengalami perubahan dapat membuat remaja mencapai sebuah integrasi dalam hubungan sosial di lingkungan orang dewasa.⁴⁶

Sarwono berpendapat, perkembangan psikologis dan pola identifikasi adalah perubahan yang terjadi pada masa remaja dimana seseorang mengalami perubahan dari anak-anak menjadi dewasa. Dinyatakan oleh WHO bahwa remaja merupakan pertama kali masa seorang individu berkembang dengan menunjukkan tanda-tanda seksualitas sampai seksualitasnya matang, peralihan ketergantungan sosial menjadi lebih mandiri, dan perkembangan kanak-kanak menjadi dewasa. Dikemukakan oleh WHO, remaja itu penduduk yang ada pada rentang usia 10-19 tahun.⁴⁷

Adanya pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah perubahan dari anak-anak menuju dewasa dimana seseorang telah mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi.

b. Batasan Usia Remaja Akhir

Masa remaja akhir adalah remaja dengan rentang usia 18 – 21 tahun. Pada tahap remaja akhir, remaja mendekati masa dewasa, hal ini terlihat dari pencapaian minat, ego ingin bersama dengan orang lain, mendapatkan sebuah pengalaman baru, seksual yang terbentuk,

⁴⁶ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Erlangga, 2003), 206.

⁴⁷ Sarlito W Sarwono, "*Psikologi Remaja*" (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2010), 23.

egosentrisme, dan mengerti saat menjadi diri sendiri dan saat berada dengan masyarakat umum.⁴⁸

Tugas perkembangan pada masa remaja akhir adalah mencapai kemandirian dan lebih terfokus pada persiapan diri untuk terlepas dari orang tua, membentuk pribadi yang bertanggung jawab, mempersiapkan karir ekonomi, dan membentuk pemikiran pribadi yang meliputi penerimaan terhadap nilai dan budaya.

c. Perkembangan Remaja Akhir

Sarwono mengemukakan terdapat beberapa tahap perkembangan remaja akhir, yaitu:

1) Perkembangan Psikologis

Perkembangan psikologis terdiri dari perkembangan kepribadian, perkembangan emosi, perkembangan penalaran moral, perkembangan kognitif, dan perkembangan religi atau agama. Pada tahap perkembangan kepribadian dan emosi, remaja akhir perlu status, kemandirian, prestasi dan falsafah hidup yang memuaskan. Emosi atau perasaan meliputi rasa senang-tidak senang, rasa benci-sayang, suka-tidak suka, dan sebagainya. Hal-hal seperti itu relatif cepat berubah di dalam masa remaja. Bentuk emosi yang sering terlihat pada masa remaja adalah marah, cemas, malu, iri hati, cemburu, sedih, gembira, kasih sayang, dan ingin tahu.

2) Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial remaja akhir terdiri dari dua macam perilaku pada remaja akhir. Perilaku tersebut berupa gerak memisahkan diri dari orang tua dan perilaku mencari teman sebaya. Remaja akhir mencari teman sebaya karena mereka berada pada nasib yang sama, yaitu berada dalam keadaan sementara. Sebagian besar kehidupan sosial remaja akhir dengan

⁴⁸ Novia Riska dan Ami Widyastuti, "Hubungan Antara *Sense of Humor* Dan *Intimate Friendship*", *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*. Vol. 4 No. 1, 2019, 40.

orang tua ditinggalkan dan bergabung dengan teman sebaya atau kelompok lain dalam usaha untuk mencari nilai-nilai baru.⁴⁹

⁴⁹ Sarlito W Sarwono, "*Psikologi Remaja*" (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2011)