

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dewasa akhir merupakan tahap terakhir dari masa perkembangan manusia. Masa ini dimulai ketika individu memasuki usia 60 tahun ke atas (Santrock, 2005). Sebagaimana tahap perkembangan sebelumnya, individu dewasa akhir juga masih menunjukkan adanya perkembangan serta perubahan.

Menurut Santrock (2005) perubahan yang terjadi pada individu dewasa akhir antara lain perubahan fisik, kognitif, dan sosioemosional. Perubahan fisik ditandai dengan menurunnya fungsi-fungsi biologis yang kemudian dapat mengarah ke timbulnya berbagai macam penyakit. Perubahan kognitif juga menunjukkan adanya penurunan dalam fungsi kognitif seperti penurunan terhadap kecepatan memproses informasi, fungsi memori, proses mengingat kembali informasi.

Walaupun beberapa aspek kognitif mengalami penurunan, ada pula yang mengalami peningkatan yaitu kearifan (*wisdom*). Perubahan sosioemosional ditunjukkan dengan timbulnya perasaan integritas (*integrity*) dan keputusasaan (*despair*). Bila individu menilai masa mudanya secara negatif, individu akan menghasilkan perasaan sedih yang berakibat menjadi keputusasaan (*despair*). Namun, bila individu telah berhasil dalam menjalani semua tahap perkembangan, individu akan melihat kehidupannya dijalani dengan baik. Individu akan memiliki perasaan puas dan integritas (*integrity*) pun tercapai. Selain itu, dalam hubungan sosial individu dewasa akhir lebih selektif dalam menjalin hubungan sosial. Individu sering menghabiskan waktunya dengan orang-orang yang sudah akrab misalnya, keluarga dan

teman dekat. Individu bisa saja menarik diri dari hubungan sosial untuk menghindari resiko yang mungkin terjadi (Santrock, 2005).

Perubahan tak hanya terjadi dalam diri individu, melainkan perubahan terhadap lingkungan sekitar individu atau di luar individu (Suardiman, 2011). Perubahan tersebut misalnya perubahan struktur keluarga dari keluarga besar ke keluarga kecil yang disebabkan oleh anak yang ingin tinggal terpisah karena sudah berkeluarga. Selain itu, semakin tua usia banyak rekan-rekan yang sudah terlebih dahulu meninggal. Ada pula individu dewasa akhir yang sudah terlebih dahulu ditinggal pasangan meninggal. Perubahan ekonomi juga terjadi dikarenakan individu dewasa akhir sudah memasuki usia pensiun sehingga penghasilan pun terbatas.

Banyak individu dewasa akhir yang tidak menerima perubahan-perubahan yang terjadi serta mengabaikan aspek positif penuaan yang dialaminya (Antonucci & others, 200; Rowe & Kahn, 1997 dalam Santrock, 2005). Keadaan ini membuat individu dewasa akhir selalu mengungkapkan keluhan mengenai keadaan dirinya. Hal ini ditunjukkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Coupland, Coupland, Giles, Henwood, and Wiemann (1988, dalam Barker, 2007) yang menunjukkan bahwa dalam suatu komunikasi, individu dewasa akhir menghabiskan seperenam dari waktu pengungkapan diri untuk mengungkapkan informasi yang menyakitkan atau menyedihkan, misalnya keluhan tentang penyakitnya, perasaan kesepian, dan perasaan kehilangan seseorang. Pengungkapan diri seperti ini terkadang keluar dari topik yang sedang dibicarakan. Dalam pengungkapan diri seperti ini individu lebih menonjolkan *stereotype* negatif dibandingkan *stereotype* positif tentang karakteristik yang dimiliki individu dewasa akhir (Bonnesen dan Hummert, 2002 dalam Barker, 2007).

Selain itu, pengungkapan diri individu dewasa akhir juga terkadang tidak dilakukan secara jujur. Seperti hasil penelitian dari Lin, Hummert, dan Harwood (2004) yang dilakukan dalam sebuah forum diskusi yang menunjukkan bahwa ketika individu dewasa akhir mengungkapkan mengenai

informasi negatif tentang dirinya. Individu dewasa akhir tersebut menggunakan strategi *framing* dengan cara menutupi identitas dirinya sebagai dewasa akhir yang ditunjukkan dengan menolak kekurangan fisik, perasaan kehilangan, dan penuaan. Hal ini menunjukkan bahwa individu tidak benar-benar jujur dan akurat dalam mengungkapkan dirinya. Sedangkan, dalam pengungkapan diri diperlukan kejujuran serta keaslian informasi yang diungkapkan (Pearce dan Sharp, 1973).

Selain itu, pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu dewasa akhir lebih menonjolkan tentang “pengalaman kepahlawanannya”. Pengalaman ini tentang apa yang pernah mereka dialami, seberapa besar penderitaannya, dan apa yang sedang mereka alami saat ini (Peterson, 1999 dalam David & Hei, 2012). Pembicaraan seperti ini tidak hanya dilakukan kepada orang yang sudah dekat saja, namun, individu dewasa akhir juga mengungkapkannya ke kenalan baru atau orang yang tidak dikenal (Coupland, Coupland, & Giles, 1991 dalam Fowler, 2013).

Dengan pengungkapan diri tersebut, lawan bicara menganggap bahwa individu dewasa akhir sebagai orang yang egois (*self-centered*). Selain itu, pembicaraan tersebut menempatkan lawan bicara dalam situasi yang sulit. Di satu sisi, lawan bicara harus merespon yang dibicarakan oleh pembicara. Di sisi lainnya, lawan bicara merasa topik yang dibicarakan terlalu mengutamakan kesedihan individu dewasa akhir. Keadaan tersebut membuat lawan bicara menjadi merasa terikat dalam pembicaraan tersebut (Williams & Nussbaum, 2001 dalam Fowler, 2013).

Keadaan tersebut dapat menimbulkan kerenggangan hubungan. Lawan bicara cenderung menghindar dari komunikasi dengan individu dewasa akhir dikarenakan pengalaman sebelumnya. Hal ini menunjukkan ketidakberhasilan pengungkapan diri yang dilakukan individu dewasa akhir dikarenakan pengungkapan diri yang dilakukan tidak sesuai dengan manfaat yang seharusnya didapat individu yaitu mempererat hubungan dengan orang lain (DeVito, 2011).

Pada dasarnya, pengungkapan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain (Morton dalam Sears, Freedman, & Peplau, 1992). Informasi yang diungkapkan meliputi nilai, perasaan dan keinginan, perilaku, sifat dan kualitas yang biasanya disembunyikan kepada orang lain diri (DeVito, 2011). Menurut DeVito (2011) manfaat dari melakukan pengungkapan diri antara lain meningkatkan pemahaman diri, meningkatkan kemampuan mengatasi masalah, dapat memperbaiki komunikasi antar hubungan, dan mempererat hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, pengungkapan diri dibutuhkan oleh individu dewasa akhir dalam menjalani kehidupan. Individu dewasa akhir membutuhkan orang lain yang bersedia untuk berbagi informasi dengannya. Pengungkapan diri tidak hanya mengenai permasalahan diri namun juga informasi lainnya yang dirasa perlu diungkapkan.

Pada umumnya individu mau membuka diri kepada orang yang betul-betul dipercaya. Pengungkapan informasi diri dipengaruhi oleh kedekatan hubungan dengan lawan bicara (Wheeless & Grotz, 1976). Para individu dewasa akhir dapat memilih orang yang dipercayai seperti anggota keluarga, pasangan, saudara, atau teman. Semakin akrab hubungan individu dewasa akhir dengan orang tersebut, maka semakin banyak informasi pribadi yang diberikan. Dalam pengungkapan diri, topik pembicaraan pun perlu disesuaikan dengan lawan bicara (DeVito, 2011). Informasi yang diberikan harus dapat dimengerti lawan bicara. Misalnya, pembicaraan individu dewasa akhir dengan cucunya yang masih anak-anak tentu berbeda dengan menantu yang sudah dewasa.

Adanya orang lain yang bersedia mendengarkan pengungkapan diri individu dewasa akhir belum tentu membuat pengungkapan dirinya menjadi lebih mudah dilakukan. Ada individu dewasa akhir yang tidak bersedia untuk mengungkapkan permasalahannya yang dikarenakan adanya perasaan bahwa masalah yang dihadapinya tidak akan dimengerti atau tidak dianggap serius oleh orang lain (Kelly, 2014). Hal ini menunjukkan ketidakberhasilan

dalam pengungkapan diri. Individu yang melakukan pengungkapan diri harus memiliki kesediaan dalam mengungkapkan diri. Individu harus bersedia membuat orang lain mengetahui tentang dirinya (Peace dan Sharp, 1973).

Selain itu, faktor dalam diri yakni kepribadian juga dapat mempengaruhi pengungkapan diri (DeVito, 2011). Individu yang memiliki kepribadian *introvert* cenderung menarik diri dari lingkungan sehingga tidak terbiasa mengungkapkan informasi pribadinya, begitupula dengan individu dewasa akhir yang memiliki kepribadian *introvert*. Individu dewasa akhir merasa tidak yakin dalam pengungkapan dirinya. Individu khawatir terhadap respon yang akan didapatkan dari lawan bicaranya. Seharusnya, individu yang melakukan pengungkapan diri tidak merasa cemas dalam mengungkapkan dirinya (Cozby, 1973).

Permasalahan – permasalahan mengenai pengungkapan diri di atas memperlihatkan bahwa individu dewasa akhir kurang memiliki penerimaan diri yang baik. Dalam permasalahan-permasalahan tersebut terlihat bahwa individu kurang mau menerima keterbatasan dirinya sendiri. Individu dewasa akhir juga mendasarkan perilakunya bukan dari nilai dalam diri melainkan tekanan dari luar diri. Selain itu, individu dewasa akhir tidak yakin dalam menjalani kehidupannya serta khawatir terhadap kritik yang diberikan dari orang lain. Hal ini bertentangan dengan indikator yang dikemukakan oleh Berger (1952) mengenai individu yang memiliki penerimaan diri yang baik.

Menurut Maslow (dalam Schultz, 1991) individu yang memiliki penerimaan diri yang baik menerima kelemahan-kelemahan dan kekuatan-kekuatan diri sendiri tanpa ada keluhan serta menerima kodrat dirinya sebagaimana adanya. Individu yang menerima dirinya dapat menerima kodratnya sendiri dari sisi baik dan buruk pada dirinya (Jung dalam Schultz, 1991). Selain itu, individu yang memiliki penerimaan diri memiliki keyakinan diri tanpa khawatir dan takut oleh opini yang diberikan orang lain lain (Jersild, 1978).

Hal ini menunjukkan bahwa tanpa adanya penerimaan diri yang baik individu akan mengalami kesulitan dalam mengungkapkan diri. Jika individu menolak dirinya (*self-rejecting*), maka pengungkapan dirinya akan dianggap riskan (Supratiknya, 1995). Semakin individu dewasa akhir menerima diri sendiri, maka individu pun semakin mudah mengungkapkan dirinya.

Penelitian dari Griffith & Hebl (2002) menunjukkan hasil bahwa meningkatnya penerimaan diri seseorang berhubungan secara signifikan dengan peningkatan perilaku pengungkapan diri. Semakin tidak menutupi siapa sebenarnya diri individu, semakin mudah untuk mengungkapkan diri di lingkungan masyarakat. Oleh karena itu, agar dapat melakukan pengungkapan diri demi mengungkapkan keluh kesahnya, individu dewasa akhir memerlukan adanya penerimaan diri.

Berdasarkan uraian fenomena tersebut, penulis ingin mengetahui apakah penerimaan diri dapat mempengaruhi pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu dewasa akhir. Oleh karena itu, penulis memberi judul penelitian yaitu pengaruh penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis mengidentifikasi masalah-masalah yang terdapat dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1.2.1 Apakah terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir?
- 1.2.2 Seberapa besar pengaruh penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka cakupan masalah dibatasi pada pengaruh antara penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir.

1.4 Rumusan Masalah

Guna memperjelas permasalahan yang akan diteliti maka perumusan masalah yang hendak diteliti adalah “Apakah terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir?”

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang diajukan, maka tujuan yang hendak dicapai penulis adalah untuk mengetahui pengaruh antara penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan menjawab permasalahan-permasalahan yang telah dirumuskan dan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoretis

Diharapkan penelitian ini dapat memperkaya perkembangan ilmu gerontologi di Indonesia mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi individu dewasa akhir dalam bermasyarakat khususnya tentang pengungkapan diri dan penerimaan diri. Selain itu penulis berharap penelitian ini dapat memberi sumbangan ilmiah yang berguna untuk perkembangan ilmu tentang psikologis individu dewasa akhir.

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Individu Dewasa Akhir

Memberikan pengetahuan kepada individu dewasa akhir pentingnya memiliki penerimaan diri yang baik agar dapat melakukan pengungkapan diri dengan baik pula.

b. Bagi Psikolog

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat menjadi bahan masukan bagi psikolog dalam proses konseling untuk mengatasi permasalahan individu dewasa akhir yang mengalami kesulitan untuk mengungkapkan diri karena disebabkan oleh kurangnya penerimaan diri.

c. Bagi Keluarga

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada keluarga mengenai pentingnya penerimaan diri dalam pengungkapan diri pada individu dewasa akhir, sehingga keluarga dapat membantu individu dewasa akhir jika mengalami masalah mengenai penerimaan diri maupun pengungkapan diri.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya terkait dengan permasalahan pengungkapan diri dan penerimaan diri pada individu dewasa akhir. Selain itu, dapat dijadikan rujukan untuk membandingkan hasil penelitian pada konteks dan subjek penelitian yang berbeda.