

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Keterbukaan diri (*self disclosure*) sebagai salah satu aspek penting dalam komunikasi interpersonal, komunikasi yang dilakukan antara dua individu merupakan bagian dari komunikasi interpersonal. Menurut Devito (2019) keterbukaan diri (*self disclosure*) yaitu tindakan mengkomunikasikan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain, biasanya melibatkan nilai keyakinan, perilaku, dan kualitas diri. Pengungkapan berisi pernyataan tentang diri yang dilakukan secara sadar mengenai informasi dalam diri yang tersembunyi. Pearson (2011) menyatakan bahwa keterbukaan diri (*self disclosure*) sebagai proses penyampaian informasi tentang diri yang pribadi, sensitif, dan bersifat rahasia kepada orang lain. Lebih lanjut Farber (2006), mengungkapkan keterbukaan diri sebagai sarana untuk lebih memahami pikiran dan perasaan.

Terbuka kepada orang lain tidak mudah untuk dilakukan bagi individu, banyak pertimbangan agar bisa terbuka kepada orang lain. Ada beberapa faktor keterbukaan diri menurut Devito dalam Ramadhana (2018) menyebutkan yaitu besaran kelompok, perasaan menyukai kepada siapa akan terbuka, efek diadik, kompetensi seseorang, kepribadian, dan jenis kelamin. Beberapa faktor tersebut menjadi pertimbangan individu untuk bisa terbuka kepada orang lain.

Rentang usia keterbukaan diri (*self disclosure*) diungkapkan oleh Devito dalam Arnus (2016), terjadi antara usia 17 tahun - 45 tahun. Secara psikologis usia remaja, nalar, akal, dan kesadaran dirinya sudah mulai muncul. Lebih lanjut Pratiwi & Rusinani (2020), mengatakan bahwa usia remaja adalah masa pencarian jati diri. Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, untuk memenuhi

keingintahuannya remaja berusaha untuk aktif berinteraksi dengan orang lain baik didalam keluarga, dan lingkungan sosialnya.

Kesulitan remaja untuk terbuka bisa berdampak pada kesalahan remaja dalam mengambil keputusan yang tidak tepat. Beberapa kasus yang muncul pada anak usia remaja diantaranya: berita bunuh diri yang dilakukan oleh remaja berinisial YSS, diduga disebabkan adanya tekanan dalam keluarga dan kerap mendapatkan *bullying* di sekolah oleh teman-temannya lantaran anak seorang narapidana. Lebih lanjut, youtuber berinisial DP dalam kanal *youtube* pribadinya menceritakan perjalanan hidupnya yang hamil saat masih duduk dibangku SMP. Kebebasan yang DP rasakan membuatnya sering menghindar dan menutup diri dari orang tua. DP menyesali kesalahannya di masa lalu hingga membuatnya kini menjadi dekat dengan orang tua dan menyadari pentingnya keterbukaan diri.

Keterbukaan diri dapat membantu seseorang dalam menghadapi masalahnya setianingsih (2015), mengatakan orang yang terbuka akan mampu bercerita dan meminta pendapat orang lain. Keterbukaan diri (*self disclosure*) sangat menguntungkan bagi dua orang yang memiliki hubungan akrab, seperti kepada teman, saudara, dan keluarga. Seseorang yang sulit membuka diri biasanya ditandai dengan gejala takut jika hendak mengemukakan pendapat, tidak bisa mengeluarkan pendapat, dan tidak mampu mengemukakan ide.

Penelitian mengenai keterbukaan diri yang dilakukan oleh Ramadhana (2018), dengan judul Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Orang tua-Anak pada Remaja Pola Asuh Orang tua Authoritarian menunjukkan, sebanyak 11.8% pada kategori tinggi, dan skor rata-rata sebesar 95,4 termasuk pada kategori sedang. Keterbukaan diri pada kategori sedang pada remaja dengan pola asuh orang tua *authoritarian* dikarenakan antara orang tua dan anak kurang terbuka satu sama lain.

Penelitian selanjutnya oleh Setianingsih (2016), mengenai Keterbukaan Diri Siswa (*Self disclosure*) yang menunjukkan keterbukaan diri pada peserta didik tingkat SMA termasuk dalam kategori rendah adapun persentase sebesar 74%.

Studi pendahuluan yang dilakukan kepada 82 orang peserta didik kelas X dan XI di Madrasah Aliyah (MA) swasta daerah Pandeglang Banten. Perolehan data sebanyak 12% peserta didik memiliki keterbukaan diri rendah dengan orang tua, dan sebanyak 67% memiliki keterbukaan diri pada kategori sedang. Peserta didik dengan orang tua tunggal sebanyak 21 orang, sebagian lainnya sebanyak 61 orang memiliki keluarga dengan orang tua yang utuh. Fernando, T., & Elfida, D. (2017) perempuan merasa dekat dengan ibu karena adanya keterbukaan (relasi), sedangkan laki-laki merasa dekat dengan ibu karena adanya hubungan emosional yang berasal dari ibu.

Sebagian besar peserta didik menuliskan alasan kesulitan terbuka dengan orang tua diantaranya: tidak ingin membuat orang tuanya kecewa, malu, berbeda pendapat dengan orang tua, sehingga lebih memilih untuk menuruti apa yang orang tua inginkan. Naqiyah (2018), kebanyakan remaja sulit terbuka kepada orang tua jika masalah berkaitan dengan nilai buruk, kenakalan, dan ketertarikan dengan lawan jenis, sehingga akan menimbulkan jarak yang terjadi antara anak dengan orang tua.

Peserta didik dengan kategori sedang perlu mendapatkan perhatian menurut Ramadhana (2018), bisa jadi masalah terjadi dikarenakan antara orang tua dan anak kurang terbuka satu sama lain. Lebih lanjut, Mustafa dan Hadiyati (2019) apabila memiliki masalah remaja cenderung memendam, dan menghindar. Remaja biasanya akan lebih memilih terbuka dengan teman sebaya sebagai tempatnya bercerita.

Guru BK mengungkapkan karakteristik peserta didik baru lebih terbuka dengan orang tua dibandingkan peserta didik yang

sudah lama menetap di asrama, karena sudah mampu beradaptasi dengan teman sebayanya, sebaliknya peserta didik yang jarang dijenguk oleh orang tua akan lebih melimpahkan perasaan kepada teman sebaya. Guru BK juga mengungkapkan tentang keadaan orang tua yang mendukung anaknya dalam kegiatan sekolah, dan sebagian orang tua ada yang melimpahkan tanggung jawab pada pihak *boarding* dikarenakan kesibukan orang tua.

Asiza dan Hendrati (2013), remaja pesantren yang jarang dikunjungi oleh orang tua akan membuat mereka mengalami masalah diantaranya suka menyendiri, sering menangis, tidak mendengarkan guru. Pesantren menjadi alternatif orang tua dalam mendidik anak dengan harapan *self regulation* anak menjadi lebih baik, baik ketika berada di lingkungan pesantren, lingkungan sosial, atau bermasyarakat.

Bergsma (2007), menjelaskan bahwa buku bantuan diri merupakan salah satu cara untuk mengatasi permasalahan pribadi yang dilakukan sendiri tanpa bantuan ahli atau professional. Gould dan Clum (2008), aktivitas bantuan diri berbasis media menjadi salah satu alternatif terbaru untuk individu mengelola dirinya baik yang memiliki permasalahan medis maupun psikologis, salah satunya media dalam bentuk buku.

Buku bantu diri sebagai media cetak lebih praktis digunakan. Masruri (2011), bahwa media cetak memiliki daya tarik karena mudah dibawa, dapat dibaca berulang dimanapun dan kapanpun, kontennya ringan, dapat dipilih sesuai alur. Buku bantu diri menjadi penjualan dan pembelian terbaik, Bergsma (2007) karena menjadikan pembacanya menjadi bagian dari kelompok dalam buku.

Tidak semua orang dapat dengan mudah mengungkapkan perasaannya kepada orang lain. Bergsma (2007), buku bantu diri bersifat pribadi, sehingga cocok bagi individu yang mungkin memiliki kesulitan untuk berbicara dengan terapis. Individu dengan

karakteristik *introvert* tentunya mengalami kesulitan terbuka dengan orang asing yang baru dikenal melalui buku bantu diri diharapkan dapat menjadi salah satu solusi bagi remaja yang memiliki masalah keterbukaan diri dengan orang tua. Keberhasilan pengembangan buku bantu diri pada penelitian sebelumnya dengan judul “Pengembangan *Self-Help Book* untuk Membantu Peserta Didik Mengatasi Konflik Dengan Orang Tua Dalam Perspektif Konseling Realitas” hasil penelitian oleh Fitriyani dan Syamila (2018) menunjukkan kevalidan media *self help book* dari uji ahli media mencapai 82,9% kategori (baik), uji ahli materi mencapai 88,6% kategori (sangat baik) dan penilaian oleh peserta didik mencapai 91,9% kategori (sangat baik).

Pengembangan Hipotetik Buku Bantuan Diri Tentang Bahaya Merokok oleh Tjalla, dkk. (2016), menghasilkan buku bantuan diri yang berjudul “#mahasiswatanparokok” mendapatkan persentase kelayakan buku dari validator materi, bahasa, dan validator pengguna sebesar 80,5% pada kategori (sangat layak).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan sebanyak (76%) 62 orang peserta didik MA Ibad Ar Rahman terbiasa membaca buku baik dalam bentuk *e-book* ataupun *hardbook*. Kebiasaan membaca buku didukung dengan adanya program literasi yang mewajibkan setiap peserta didik memiliki buku bacaan selama satu semester. Separuh dari jumlah peserta didik sebanyak (41%) 34 orang pernah membaca buku bantuan diri. Peserta didik tertarik dengan pengembangan buku bantu diri untuk meningkatkan keterbukaan diri anak dengan orang tua, sehingga (83%) 69 orang peserta didik menyatakan jika pengembangan buku bantuan diri perlu dilakukan. Tujuan yang diharapkan peserta didik bisa mendapatkan informasi untuk mengembangkan diri dan mampu secara mandiri dalam menghadapi masalah.

Kesimpulan dari hasil studi pendahuluan bahwa peserta didik MA Ibad Arrahman sangat cocok dengan kondisi dan antusias

dalam pengembangan media buku bantu diri. Peneliti bermaksud mengembangkan buku bantuan diri untuk meningkatkan keterbukaan diri anak orang tua dengan menekankan pada cara-cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterbukaan diri yaitu dengan menggunakan Model Knapp. Model Knap merupakan tahapan hubungan yang tujuannya menunjukkan hubungan yang lebih baik kepada orang lain.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan deskripsi yang dikemukakan pada bagian latar belakang, fokus masalah penelitian yaitu:

1. Bagaimana gambaran keterbukaan diri anak dengan orang tua?
2. Konten apa saja yang perlu ada dalam buku bantu diri untuk meningkatkan keterukaan diri anak dengan orang tua?

## **C. Batasan Masalah**

Agar penelitian lebih fokus dan tidak meluas penulis membatasi penelitian pada masalah yang berkaitan dengan pengembangan buku bantuan diri untuk meningkatkan keterbukaan diri anak dengan orang tua.

## **D. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah pengembangan buku bantuan diri untuk meningkatkan keterbukaan diri anak dengan orang tua?

## **E. Tujuan Penelitian**

Menghasilkan media berupa buku bantu diri untuk meningkatkan keterbukaan diri anak dengan orang tua.

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praksis. Adapun penjelasan lebih lanjut sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ditunjukkan untuk memperkaya kazhanah keilmuan dan kepustakaan, khususnya yang

berkaitan dengan bimbingan dan konseling. Selanjutnya, diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya, atau mungkin dapat dijadikan sebagai perbandingan untuk penelitian yang berkaitan dengan keterbukaan diri (*self disclosure*).

## 2. Manfaat praksis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi:

### 1. Guru bimbingan dan konseling

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan sebagai media yang dapat digunakan dalam melakukan layanan bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan keterbukaan diri (*self disclosure*).

### 2. Peserta didik

Bagi peserta didik diharapkan dapat memiliki bekal pengalaman dan pengetahuan tentang cara meningkatkan keterbukaan (*self disclosure*) dengan orang tua.

### 3. Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya dalam melakukan intervensi, dan diharapkan menjadi masukan bagi peneliti dalam mengembangkan pendekatan dan teknik didalam bimbingan dan konseling yang lebih komprehensif.