

**ANALISIS *SELF DISCLOSURE* ANTARA KLIEN
DAN KONSELOR
(STUDI KOMUNIKASI TERAPEUTIK ANTARA KLIEN DAN KONSELOR
DI PUSAT PEMBELAJARAN KELUARGA
PROVINSI SULAWESI SELATAN)**



**NUR APRILIANI HERMAN
E021211080**



**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL ILMU POLITIK
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

**ANALISIS *SELF DISCLOSURE* ANTARA KLIEN
DAN KONSELOR
(STUDI KOMUNIKASI TERAPEUTIK ANTARA KLIEN DAN KONSELOR
DI PUSAT PEMBELAJARAN KELUARGA
PROVINSI SULAWESI SELATAN)**

**OLEH :
NUR APRILIANI HERMAN
E021211080**



**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

**ANALISIS *SELF DISCLOSURE* ANTARA KLIEN
DAN KONSELOR
(STUDI KOMUNIKASI TERAPEUTIK ANTARA KLIEN DAN KONSELOR
DI PUSAT PEMBELAJARAN KELUARGA
PROVINSI SULAWESI SELATAN)**

**OLEH:
NUR APRILIANI HERMAN
E021211080**

*Skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana pada Departemen Ilmu Komunikasi*

**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**ANALISIS *SELF DISCLOSURE* ANTARA KLIEN
DAN KONSELOR**

**(STUDI KOMUNIKASI TERAPEUTIK ANTARA KLIEN DAN KONSELOR
DI PUSAT PEMBELAJARAN KELUARGA
PROVINSI SULAWESI SELATAN)**

**NUR APRILIANI HERMAN
E021211080**

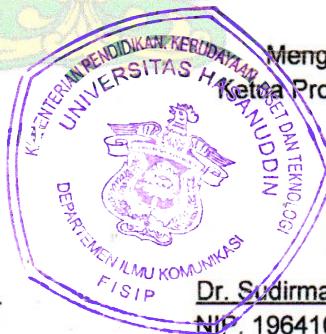
Skripsi,

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Ilmu Komunikasi
pada 2 Desember 2024 dan dinyatakan telah
memenuhi syarat kelulusan pada

Program Studi Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Hasanuddin Makassar

Mengesahkan:
Pembimbing tugas akhir,

Dr. Indrayanti, S.Sos., M.Si.
NIP. 197603292010122002



Mengetahui:
Ketua Program Studi,

Dr. Sudirman Karnay, M.Si.
NIP. 196410021990021001

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN MELIMPAHKAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi berjudul **Analisis *Self Disclosure* Antara Klien Dan Konselor (Studi Komunikasi Terapeutik Antara Klien Dan Konselor Di Pusat Pembelajaran Keluarga Provinsi Sulawesi Selatan)** adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing. (Dr. Indrayanti, S.Sos., M.Si. sebagai pembimbing utama). Karya ilmiah ini belum diajukan dan sedang tidak diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka skripsi ini. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut berdasarkan aturan yang berlaku.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta (hak ekonomis) dari karya tulis saya berupa skripsi ini kepada Universitas Hasanuddin.

Makassar, 21 November 2024



Nur Apriliani Herman
E021211080

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penelitian ini yang berjudul "*Analisis Self Disclosure Antara Klien Dan Konselor (Studi Komunikasi Terapeutik Antara Klien Dan Konselor Di Pusat Pembelajaran Keluarga Provinsi Sulawesi Selatan)*" Skripsi ini merupakan syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Hasanuddin, Makassar.

Penulis menyadari bahwa selama proses penyusunan skripsi ini, terdapat berbagai tantangan yang harus dilalui. Tanpa dukungan, pengorbanan, dan bantuan dari banyak pihak, pencapaian ini tentu sulit terwujud. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Indrayanti, S.Sos., M.Si. selaku selaku dosen pembimbing, yang telah dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi kepada penulis selama penyusunan skripsi ini. Bimbingan, nasihat, dan dukungan yang telah diberikan sangat berharga dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Dr. Sudirman Karnay, M.Si. selaku Ketua Departemen Ilmu Komunikasi dan sekaligus penguji, yang telah memberikan arahan dan masukan selama penulis menempuh pendidikan di Departemen ini.
3. Ibu Prof. Dr. Jeanny Maria Fatimah, M.Si. selaku penguji yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Kepada seluruh staf Departemen Ilmu Komunikasi dan staf Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, yang telah membantu dan memberikan kemudahan dalam proses administratif selama penulis menempuh studi.
5. Ibu Meisy Papayungan, S.K.M., M.Sc.PH. selaku Kepala Bidang Perlindungan Perempuan dan Anak sekaligus Ketua Pusat Pembelajaran Keluarga Provinsi Sulawesi Selatan, yang telah memberikan izin penelitian dan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepada seluruh pegawai PUSPAGA khususnya kak Idelia Liling Pandin, S.Psi. dan Andi Ririn Puspitasari, S.Pd., M.Pd. yang menjadi informan pada penelitian ini. Terima kasih telah meluangkan waktu dan berbagi informasi yang sangat berharga.
7. Orang tua tercinta, Ibunda Andi Irma Suriani, Ayahanda Herman dan Tante Dra. Andi Fitriana, AS, M.Si. yang selalu memberikan doa, motivasi, kasih sayang, ketulusan, kesabaran, serta pengorbanan tanpa batas. Dukungan moril dan materil yang diberikan telah menjadi dorongan besar bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Kepada keempat informan Agus, Amerta, Jihan dan Niki yang telah berbagi informasi serta pengalaman yang sangat berharga untuk

- penyusunan skripsi ini.
9. Sahabat penulis Najwa, Diva, Dini, Shifa, Muti, Made, Adek, Alika, Namira dan Caca yang telah menjadi bagian penting semasa kuliah. Terima kasih atas dukungan, semangat, dan kebersamaan yang selalu diberikan.
 10. KOSMIK yang merupakan tempat penulis belajar pengembangan diri selama kuliah. Terima kasih telah menjadi wadah untuk berkarya yang penuh kehangatan.
 11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih telah memberikan dukungan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
 12. Untuk diri sendiri, terimakasih telah menyelesaikan tugas besar ini. Terima kasih atas usaha keras dan perjuangan yang telah dilakukan. Semoga masa depan menyambutku dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan senang hati menerima kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pihak yang berkepentingan, khususnya dalam bidang Ilmu Komunikasi.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua. Aamiin.

Makassar, 21 November 2024

Penulis,

Nur Apriliani Herman

ABSTRAK

Nur Apriliani Herman. Analisis *Self Disclosure* Antara Klien Dan Konselor (Studi Komunikasi Terapeutik Antara Klien Dan Konselor Di Pusat Pembelajaran Keluarga Provinsi Sulawesi Selatan) (Dibimbing oleh Indrayanti).

Tujuan dari penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui proses terjadinya *self-disclosure* pada klien dalam pelaksanaan konseling di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan; (2) Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat klien untuk melakukan *self-disclosure* kepada konselor di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara mendalam terhadap 2 orang konselor dan 4 orang klien di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Provinsi Sulawesi Selatan. Metode ini memberikan wawasan mendalam mengenai proses terjadinya *self disclosure* serta pendukung dan penghambat *self disclosure* klien terhadap konselor di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Provinsi Sulawesi Selatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) proses *self-disclosure* membantu konselor memahami kondisi psikologis klien lebih mendalam, sehingga intervensi yang diberikan lebih efektif. Tahapan komunikasi terapeutik, seperti pra-interaksi, orientasi, kerja, dan terminasi, mendukung keterbukaan klien, dengan konselor serta menciptakan lingkungan yang aman dan empati. (2) Faktor pendukung *self-disclosure* mencakup kecemasan klien dan kebutuhan untuk memahami diri, sementara faktor penghambat meliputi ketidakpercayaan dan norma sosial. Dalam konteks komunikasi antarpribadi, konselor memiliki peran penting dalam mengatasi hambatan tersebut melalui pendekatan yang bersifat mendukung dan membangun hubungan saling percaya, sehingga komunikasi yang efektif dan terapeutik dapat tercapai.

Kata Kunci: *Self-disclosure*, Kondisi Psikologis, Puspaga, Komunikasi Antarpribadi.

ABSTRACT

Nur Apriliani Herman. *Analysis of Self Disclosure Between Clients and Counselors (Study of Therapeutic Communication Between Clients and Counselors at the Family Learning Center of South Sulawesi Province).* (Supervised by Indrayanti).

The objectives of this research are: (1) To determine the process of self-disclosure in clients during the implementation of counseling at PUSPAGA, South Sulawesi province; (2) To determine the supporting and inhibiting factors for clients to carry out self-disclosure to counselors at PUSPAGA South Sulawesi province.

This research uses descriptive qualitative methods, with data collection techniques through observation and in-depth interviews with 2 counselors and 4 clients at the Family Learning Center (PUSPAGA) South Sulawesi Province. This method provides in-depth insight into the process of self-disclosure as well as the supporters and obstacles to client self-disclosure to counselors at the Family Learning Center (PUSPAGA) South Sulawesi Province.

The research results show that (1) the self-disclosure process helps counselors understand the client's psychological condition more deeply, so that the intervention provided is more effective. The stages of therapeutic communication, such as pre-interaction, orientation, work, and termination, support the client's openness to the counselor and create a safe and empathetic environment. (2) Supporting factors for self-disclosure include client anxiety and the need to understand oneself, while inhibiting factors include distrust and social norms. In the context of interpersonal communication, counselors have an important role in overcoming these obstacles through a supportive approach and building a relationship of mutual trust, so that effective and therapeutic communication can be achieved.

Keywords: *Self-disclosure, Psychological Condition, Puspaga, Interpersonal Communication.*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN MELIMPahkan HAK CIPTA.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Kerangka Konseptual.....	6
1. Komunikasi Interpersonal.....	6
2. Self disclosure.....	6
3. Asesmen awal.....	7
4. Dewasa awal.....	8
5. Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA).....	8
F. Definisi Konseptual	9
1. PUSPAGA.....	9
2. Klien.....	9
3. Konselor.....	9
4. Self-disclosure	9
G. Metode Penelitian	9
1. Waktu dan Lokasi Penelitian.....	9
2. Tipe Penelitian	10
3. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	10

4. Teknik Penentuan Informan	10
5. Teknik Analisis Data.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Komunikasi	13
1. Definisi Komunikasi.....	13
2. Tujuan Komunikasi.....	13
3. Proses Komunikasi	14
B. Konsep Komunikasi Antarpribadi	16
1. Definisi Komunikasi Antarpribadi	16
2. Unsur-Unsur Komunikasi Antarpribadi	17
C. Teori Komunikasi Terapeutik	18
1. Konsep Teori Komunikasi Terapeutik	18
2. Karakteristik Komunikasi Terapeutik.....	18
3. Tahapan Komunikasi Terapeutik	19
4. Faktor Keberhasilan Komunikasi Terapeutik.....	20
D. <i>Self Disclosure</i>	21
1. Definisi <i>Self Disclosure</i>	21
2. Manfaat <i>Self Disclosure</i>	21
3. Dimensi <i>Self Disclosure</i>	22
BAB III GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN.....	25
A. Sejarah PUSPAGA	25
B. Tujuan dan Sasaran PUSPAGA.....	25
1. Tujuan	25
2. Sasaran.....	26
C. Logo PUSPAGA.....	26
D. Lokasi PUSPAGA	26
E. Struktur Organisasi PUSPAGA	27
F. Program dan Layanan PUSPAGA	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Hasil Penelitian	29
1. Identitas Informan	29
2. Proses self-disclosure klien terhadap konselor pada pelaksanaan konseling di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Provinsi Sulawesi Selatan	31

3. Faktor pendukung dan penghambat klien untuk melakukan self-disclosure kepada konselor di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan.....	36
B. Pembahasan.....	40
1. Proses self-disclosure klien terhadap konselor pada pelaksanaan konseling di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Provinsi Sulawesi Selatan	40
2. Faktor pendukung dan penghambat klien untuk melakukan self-disclosure kepada konselor di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan.....	45
BAB V PENUTUP	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	49
GLOSARIUM	52
LAMPIRAN	53
DOKUMENTASI PENELITIAN	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Teori Johari Window.....	7
Gambar 1.2 Teknik Analisis Miles dan Hubberman.....	11
Gambar 3.1 Logo PUSPAGA	26

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	9
Bagan 3.1 Struktur Organisasi PUSPAGA.....	27

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Internal PUSPAGA: Kasus klinis usia dewasa awal.....	1
Tabel 4.1 Identitas Informan Konselor Puspaga.....	29
Tabel 4.2 Identitas Informan Klien Puspaga.....	30

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Meningkatnya kasus kekerasan yang terjadi dan terungkap pada tahun 2023 oleh Meisy Papayungan, Kepala bidang Perlindungan Perempuan dan Anak. Terdapat 1.606 orang yang menjadi korban kekerasan terhadap perempuan dan anak pada tahun 2023. Berdasarkan data Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DPPPA) Provinsi Sulawesi Selatan jumlah kasus kekerasan yang terjadi pada 2023 yaitu sebanyak 2.080 kasus. (Abdul, 2024)

Kasus tersebut meliputi kekerasan fisik sebanyak 616 kasus, kekerasan psikis sebanyak 535 kasus, kekerasan seksual sebanyak 565 kasus, eksploitasi sebanyak 12 kasus, *trafficking* sebanyak 38 dan kekerasan lainnya sebanyak 184 kasus. (Abdul, 2024)

Tabel 1.1 Data Internal PUSPAGA: Kasus Klinis Usia Dewasa Awal

TAHUN	JUMLAH KASUS (Usia Dewasa Awal)	JUMLAH KUNJUNGAN
2022	23 Kasus	73 Kunjungan
2023	25 Kasus	133 Kunjungan
2024	36 Kasus	231 Kunjungan

(Sumber Data Internal PUSPAGA)

Pada tahun 2024, terjadi peningkatan yang signifikan dalam penanganan kasus klinis usia dewasa awal, yaitu sebanyak 36 kasus dan 231 kali kunjungan yang melakukan konseling dan konsultasi ke Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA). Sedangkan, pada tahun 2023 dilaporkan, terdapat 25 kasus dan pada tahun 2022 terdapat 23 kasus terkait masalah klinis di usia dewasa awal, dan terdapat 133 kali kunjungan pada tahun 2023 dan 73 kali kunjungan di tahun 2022 yang meminta bimbingan dalam praktik konsultasi dan konseling.

Berdasarkan hasil observasi pra-penelitian di PUSPAGA, klien yang datang ke PUSPAGA diberikan penanganan awal oleh konselor di PUSPAGA serta dilakukan asesmen awal oleh konselor PUSPAGA dan dalam proses tersebut konselor melakukan observasi dan wawancara mendalam terhadap klien, dengan rata-rata gangguan yang dialami klien seperti gangguan kecemasan atau *anxiety disorder*, *bipolar disorder* hingga *self harm*. (Data Internal PUSPAGA, 2024)

Seseorang yang dengan sengaja menyakiti dirinya sendiri sering disebut mengalami perilaku *self-harm*. Orang-orang yang melakukan *self-harm* biasanya terlibat dalam berbagai tindakan yang membahayakan tubuh mereka atau memiliki dorongan untuk mengakhiri hidup. (Nasution, 2021, p. 3)

Beberapa faktor utama yang mendorong perilaku ini antara lain adalah upaya untuk mengendalikan perasaan tegang yang sulit ditoleransi, menghadapi kesedihan yang mendalam, atau tekanan emosional yang sudah tidak tertahankan lagi. Selain itu, tindakan *self-harm* sering kali merupakan bentuk respons terhadap

stres yang dirasakan, sebagai cara individu tersebut mencoba mengatasi atau mengelola stres yang mereka alami. (Nasution, 2021, p. 4)

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia gangguan bipolar adalah gangguan mental yang ditandai dengan perubahan emosi yang drastis dari rasa gembira yang ekstrim menjadi depresi yang parah. Seseorang yang menderita bipolar dapat merasakan gejala mania (sangat senang) dan depresif (sangat terpuruk). Beberapa studi pencitraan otak menunjukkan perubahan fisik pada otak penderita gangguan bipolar.

Freud menjelaskan *anxiety disorder* sebagai "suatu keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan ini sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan." (Semiun, 2006, p. 88)

Salah satu faktor gangguan *anxiety disorder*, *bipolar disorder* hingga *self harm* terjadi karena kurangnya komunikasi atau kepedulian orang sekitar. Pola asuh orang tua atau keluarga memegang peranan penting dalam membentuk kepribadian anak. Pola asuh dapat dibagi menjadi empat kategori utama: otoritatif, otoriter, permisif, dan neglectful. Pola asuh otoritatif adalah pendekatan yang seimbang, di mana orang tua memberikan aturan yang jelas dan konsisten, namun tetap mendukung, responsif, dan terbuka terhadap pendapat anak. Anak-anak dalam lingkungan ini cenderung mandiri dan percaya diri.

Pola asuh otoriter lebih berfokus pada disiplin ketat, dengan sedikit ruang untuk diskusi. Orang tua biasanya menuntut kepatuhan tanpa mempertimbangkan kebutuhan atau perasaan anak, yang dapat menyebabkan anak menjadi patuh namun kurang percaya diri. Pola asuh permisif ditandai dengan kehangatan dan sedikit pembatasan atau aturan. Orang tua cenderung menghindari konfrontasi dan membiarkan anak membuat banyak keputusan sendiri, yang dapat membuat anak sulit memahami batasan.

Kemudian terdapat pola asuh *neglectful* atau mengabaikan adalah ketika orang tua tidak memberikan cukup perhatian, dukungan, atau kontrol. Anak-anak dari lingkungan ini mungkin merasa kurang dihargai dan menghadapi kesulitan dalam mengembangkan hubungan sosial yang sehat. Fondasi perilaku seorang anak dibangun oleh orang tuanya, yang berperan sebagai pembimbing sekaligus pengasuh dalam keluarga. Anak-anak terus-menerus mengamati, mengevaluasi, dan meniru sikap, perilaku, dan kebiasaan orang tuanya, yang pada akhirnya menjadi kebiasaan mereka.

Impian setiap orang adalah memiliki keluarga yang sejahtera, bahagia, dan tenteram. Lingkungan pendidikan yang paling penting adalah keluarga, yang merupakan unit sosial terkecil. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan seorang anak terutama diberikan oleh keluarganya. Membesarkan dan merawat anak biasanya merupakan tugas kedua orang tua (Prio Utomo, 2022, pp. 35-50).

Memberikan kasih sayang tanpa syarat kepada anak merupakan salah satu cara orang tua menanamkan nilai-nilai pada anak. Karakter, kepribadian, dan nilai-nilai seorang anak dibentuk oleh orang tuanya yang juga mengajarkan

kemandirian agar bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Pendekatan ini dikenal sebagai pengasuhan orang tua. (Rasyid, 2018, p. 21)

Banyak orang tua yang masih beranggapan bahwa lembaga pendidikan sajalah yang seharusnya bertugas menyelenggarakan pendidikan dalam kehidupan mereka sehari-hari. Hal ini tidak benar karena peran utama dalam memperbaiki perkembangan kepribadian anak dimainkan oleh keluarga, khususnya ayah dan ibu. (Rasyid, 2018, p. 21)

Olehnya, cara orang tua menanamkan nilai-nilai pada anak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kepribadian anak. Penting juga bagi anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga yang kuat untuk berkembang menjadi orang dewasa yang dapat menyesuaikan diri dengan baik dan tahan terhadap pengaruh eksternal dan perilaku negatif (Rasyid, 2018, p. 21).

Perkembangan moral orang dewasa sangat dipengaruhi oleh bimbingan moral orang tuanya semasa kecil. Intinya, orang tua memberikan anak lingkungan belajar pertamanya. Penting bagi masa depan anak untuk memahami gaya pengasuhan yang mereka temui dalam keluarga. Anak belajar tentang perkembangan dalam keluarga sebelum melanjutkan ke tingkat perkembangan yang lebih tinggi di dunia luar, seperti dunia orang dewasa, bahasa, adat istiadat, dan budaya (Tsali Tsatul Mukarromah, 2020, p. 2)

Pola asuh yang buruk mempunyai sejumlah dampak buruk pada anak-anak, termasuk mempersulit mereka untuk menyesuaikan diri dengan situasi sosial dan mempersulit mereka untuk belajar di sekolah karena orang tua tidak memberikan perhatian yang cukup kepada anak-anak mereka. Oleh karena itu, orang tua harus menyadari perlunya menanamkan pemahaman pada anak sejak dini. Anak tidak akan mudah terpengaruh oleh hal-hal buruk yang sering terjadi di lingkungan sosial ketika ia mulai menyesuaikan diri dengan dunia luar, namun masih banyak keluarga yang belum memberikan pemikiran yang cukup dalam menafkahi anaknya (Putrawan, 2019, p. 5)

Hal tersebut tidak bisa terjadi tanpa adanya aspek komunikasi. Aspek komunikasi adalah kemampuan seseorang untuk saling memahami saat memberi dan menerima informasi, memahami perasaan, dan penyampaian pendapat. Aspek komunikasi terbagi dua, aspek komunikasi verbal dan aspek komunikasi non verbal. Komunikasi verbal mencakup penggunaan kata-kata untuk menyampaikan pesan, baik secara lisan maupun tulisan. (Azeharie, 2015, p. 2)

Pada konteks keluarga, komunikasi verbal mencakup percakapan sehari-hari, diskusi mengenai masalah, berbagi perasaan, dan pengambilan keputusan. Memahami dan memanfaatkan kedua jenis komunikasi ini secara efektif dapat memperkuat hubungan keluarga, memfasilitasi penyelesaian masalah, dan menciptakan lingkungan rumah yang harmonis. Dalam sebuah keluarga yang ideal, komunikasi adalah aspek yang perlu dijaga dengan baik agar setiap anggota keluarga merasakan kedekatan dan saling ketergantungan. (Bahfiarti, 2016, p. 6)

Keluarga merupakan kelompok primer yang paling penting dalam struktur masyarakat. Komunikasi dalam keluarga dapat dipahami sebagai proses bertukar dan menciptakan pesan secara terbuka dan interaktif, baik dalam situasi yang

menyenangkan maupun sulit. Masalah-masalah yang muncul dalam keluarga perlu diselesaikan melalui dialog yang dilakukan dengan kesabaran, kejujuran, dan keterbukaan. (Bahfiarti, 2016, p. 7)

Komunikasi verbal memberikan klarifikasi, sedangkan komunikasi nonverbal menambah kedalaman dan nuansa pada pesan yang disampaikan. Informasi, perilaku, sikap, perasaan, motivasi, dan gagasan yang disampaikan sesuai dan melekat pada diri individu yang bersangkutan merupakan sebuah *self disclosure* atau keterbukaan diri seseorang terhadap orang lain (Syaminingtias, 2022, p. 2)

Keterbukaan diri sangat penting bagi orang-orang, terutama bagi mereka yang memulai tahap kehidupan dewasa awal, karena mereka memerlukan sarana untuk memenuhi kebutuhan mereka sendiri dan untuk membentuk hubungan sosial dengan orang lain. Identitas individu juga berhubungan dengan keberadaan diri tersebut. (Hartati, 2022, p. 2)

Pada konteks ini, peneliti tertarik untuk mempelajari lebih dalam studi tentang analisis *self disclosure* antara klien dan konselor di Pusat Pembelajaran Keluarga Provinsi Sulawesi Selatan.

Adapun penelitian sejenis yang dilakukan oleh Annisa Uswatun Hasanah, Arbin Janu Setiyowati, dan Widya Multisari yang membahas tentang Analisis *Self Disclosure* dengan Minat Layanan Konseling Siswa SMK. Penelitian ini mengevaluasi hubungan antara *self-disclosure* dan minat siswa terhadap layanan konseling di SMK Adi Husada. Meskipun *self-disclosure* siswa tinggi, tidak ditemukan hubungan signifikan dengan minat layanan konseling, dengan korelasi sebesar 0,068. Kesimpulannya, *self-disclosure* yang tinggi tidak selalu berhubungan dengan minat tinggi dalam layanan konseling.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Gabriella Jacqueline yang membahas tentang *self-disclosure* individu androgini melalui instagram sebagai media eksistensi diri. Penelitian ini mengeksplorasi bagaimana individu dengan identitas gender androgini, khususnya Jovi Adhiguna Hunter dari Indonesia, memanfaatkan media sosial Instagram untuk melakukan *self-disclosure*. Dengan berfokus pada bagaimana Jovi menggunakan Instagram untuk berbagi konten *lifestyle*, penelitian ini menilai peran media sosial dalam memungkinkan individu androgini mengekspresikan diri mereka dan berinteraksi dengan publik. Menggunakan teori *self-disclosure* oleh Joseph A. Devito, penelitian ini menganalisis dimensi-dimensi *self-disclosure* yang ditampilkan oleh Jovi, serta bagaimana berbagi informasi pribadi melalui Instagram mempengaruhi persepsi publik terhadap identitas gender androgini.

Penelitian ini berbeda dari kedua penelitian sebelumnya karena subjek dan konteks penelitiannya. Penelitian pertama berfokus pada siswa dan layanan konseling, yang kedua pada ekspresi diri individu androgini di media sosial, sedangkan penelitian ini akan berfokus pada interaksi antara klien dan konselor dalam layanan konseling di PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan.

Penelitian ini menarik karena mengeksplorasi bagaimana *self-disclosure* mempengaruhi interaksi antara klien dan konselor yang dalam hal ini proses interaksi antara klien dan konselor di PUSPAGA merupakan proses yang disebut

asesmen awal meliputi kegiatan observasi dan wawancara mendalam untuk mengetahui latar belakang permasalahan klien yang datang ke PUSPAGA.

Sebagai lembaga resmi yang dikelola oleh pemerintah Provinsi Sulawesi Selatan, PUSPAGA memiliki peran penting dalam memberikan layanan konseling kepada keluarga, termasuk konseling terkait kesehatan mental, pendidikan, dan kesejahteraan keluarga. Khususnya masalah gangguan kesehatan mental seperti *anxiety disorder*, *bipolar disorder*, *self sabotaging* dan mengalami *self harm*. PUSPAGA juga merupakan layanan gratis, sehingga dapat menjangkau seluruh kalangan. Ini menjadikannya objek yang relevan dan valid untuk penelitian tentang interaksi antara klien dan konselor. Selain itu, relevansi isu *self-disclosure* antara klien dan konselor merupakan aspek penting dalam proses konseling.

Hal tersebut yang menjadikan peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai bagaimana Komunikasi Antara Klien Dan Konselor Di Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) provinsi Sulawesi Selatan dalam perpektif *self disclosure* dengan mengangkat judul: Analisis *Self Disclosure* Antara Klien Dan Konselor (Studi Komunikasi Terapeutik Antara Klien Dan Konselor Di Pusat Pembelajaran Keluarga Provinsi Sulawesi Selatan)

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, terdapat rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses *self-disclosure* dapat terjadi pada klien dalam pelaksanaan konseling di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan?
2. Apa faktor pendukung dan penghambat klien untuk melakukan *self-disclosure* kepada konselor di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan?

C. Tujuan Penelitian

Untuk penelitian ini yakni mempunyai tujuan penelitian. Berikut tujuan penelitian yakni:

1. Untuk mengetahui proses terjadinya *self-disclosure* pada klien dalam pelaksanaan konseling di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan.
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat klien untuk melakukan *self-disclosure* kepada konselor di PUSPAGA provinsi Sulawesi Selatan.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan pada penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Secara khusus, bidang studi Ilmu Komunikasi diharapkan dapat memperoleh manfaat dari penelitian ini dalam hal kemajuan ilmu pengetahuan khususnya dalam penelitian psikologi komunikasi, dengan fokus pada PUSPAGA dan *self disclosure* untuk klien dan konselor.

- b. Bagi siapapun yang membutuhkan bahan bacaan atau referensi tentang *self disclosure* dan PUSPAGA bagi klien dan konselor dapat menggunakan penelitian ini.

2. Secara Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan atau informasi mengenai *self disclosure* antara klien dan konselor di PUSPAGA dan bagaimana PUSPAGA mempunyai kekuatan untuk membuka pikiran yang tertutup.

E. Kerangka Konseptual

1. Komunikasi Interpersonal

Komunikasi Interpersonal Menurut Devito (2014), adalah penyampaian pesan yang disampaikan oleh seseorang dan diterima oleh orang lain atau sekelompok orang, dengan berbagai respon dan dengan peluang untuk memberikan *feedback*. Komunikasi interpersonal adalah suatu kegiatan komunikasi yang dilakukan antara individu dengan individu lainnya dengan menggunakan berbagai macam unsur.

Komunikasi interpersonal sangat unik, individu-individu yang terkait menciptakan makna dalam proses komunikasi. Efektivitas Komunikasi Interpersonal dimulai dengan lima kualitas umum yang dipertimbangkan yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). (Devito, 1997, p.259-264).

Komunikasi antara klien dan konselor ini juga berkaitan dengan teori Komunikasi Terapeutik, Menurut Sheldon (2009) komunikasi terapeutik adalah proses yang berkesinambungan antara perawat dan pasien mengembangkan hubungan tidak hanya untuk berbagi informasi tetapi juga membantu pertumbuhan dan penyembuhan. Komunikasi terapeutik merupakan komunikasi profesional bagi perawat yang direncanakan dan dilakukan untuk membantu penyembuhan atau pemulihan pasien. Komunikasi terapeutik merupakan suatu bentuk interaksi yang terencana dan tidak akan berlangsung dengan sendirinya.

2. *Self disclosure*

Altman dan Taylor mengemukakan bahwa *self disclosure* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menyatakan informasi tentang dirinya kepada orang lain yang tujuannya untuk mencapai hubungan yang akrab. *Self disclosure* adalah kemampuan individu untuk mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain dalam upaya membangun komunikasi interpersonal. Salah satu ciri interaksi sosial yang sukses adalah *self disclosure*. *Self disclosure* juga merupakan suatu jenis komunikasi interpersonal yang dimaksudkan untuk membangun hubungan yang lebih dalam dengan orang lain. *Self disclosure* sangat penting untuk pengembangan hubungan yang lebih dalam. (Dila Septiani, 2019, pp. 4-6)

Ketika seseorang terbuka dengan orang lain, maka lawan bicara akan memvalidasi perkataan, perbuatan, perasaan, dan emosi mereka, yang menunjukkan bahwa mereka saling menerima atau terdapat *feedback* dari *self*

disclosure mereka. Seseorang terbuka untuk mendengar pemikiran atau perasaannya mengenai keadaan yang dialami (Gainau, 2020, pp. 4-7)

Alat yang berguna untuk mengamati hubungan antara *feedback* dan *self disclosure* dalam hubungan adalah teori Johari window, empat bingkai atau kuadran yang membentuk teori ini adalah *open area*, *blind area*, *hidden area*, dan *unknown area*. Keempat bingkai ini menjelaskan bagaimana setiap orang mengekspresikan dan memahami dirinya sendiri, dengan mempertimbangkan sudut pandang orang lain selain sudut pandangnya sendiri. Teori ini menawarkan kerangka baru untuk memahami tingkat *self disclosure* dalam komunikasi. Saling ketergantungan hubungan interpersonal digambarkan oleh model Joseph Luft dan Harry Ingham, yang berbentuk jendela empat area. (Anita, 2020, p. 2)



Gambar 1.1. Teori Johari Window

Pertama, *open area* atau area terbuka dengan gambaran umum tentang diri sendiri akan terbuka. Data ini dapat diakses oleh masyarakat umum dan dapat dibagikan. Hubungan antar individu akan semakin dinamis jika semakin luas wilayah terbuka ini. Menurut Johari, bingkai ini sangat cocok untuk interaksi antarpribadi. *Blind area* adalah yang kedua. Apa yang diketahui orang lain namun diri sendiri tidak mengetahuinya dibahas di bagian ini.

Blind area mencakup hal-hal seperti sentimen, kebiasaan, dan lain sebagainya. *Hidden area* atau area yang tersembunyi berada di urutan ketiga. Area tersembunyi, berbeda dengan *blind area*, menggambarkan apa yang diketahui seseorang namun tidak diungkapkan kepada orang lain. Informasi di bidang ini biasanya bersifat pribadi dan disembunyikan dari pengintaian. Sebaliknya, proses *self disclosure* terjadi apabila seseorang telah membuka atau mengungkapkan suatu rahasia. Wilayah yang belum teridentifikasi berada di urutan keempat yaitu *unknown area* atau area yang tidak diketahui. Seorang manapun tidak tahu apa pun tentang area ini. (Anita, 2020, pp. 2-4)

3. Asesmen awal

Asesmen awal dalam adalah proses pertama konselor mengumpulkan informasi penting tentang klien dengan melakukan observasi serta wawancara mendalam terhadap klien. Tujuannya adalah untuk memahami kondisi,

permasalahan, serta kebutuhan klien. Melalui asesmen ini, konselor mengevaluasi aspek-aspek seperti riwayat hidup, kondisi emosional, perilaku, dan faktor-faktor lingkungan yang mempengaruhi klien. Hasil dari asesmen awal membantu konselor merumuskan rencana intervensi dan menentukan pendekatan terapi yang paling sesuai untuk klien. (Yondris, 2022, pp. 2-4)

4. Dewasa awal

Masa dewasa awal merupakan transisi dari masa remaja yang masih menjalani kehidupan yang hura-hura menuju masa yang menuntut akan rasa tanggung jawab. Generasi yang saat ini berada di usia dewasa awal atau Gen Z, merupakan generasi yang tumbuh dalam lingkungan yang sangat berbeda dari generasi sebelumnya. (Rafi Bagus Adi Wijaya, 2021, pp. 2-8)

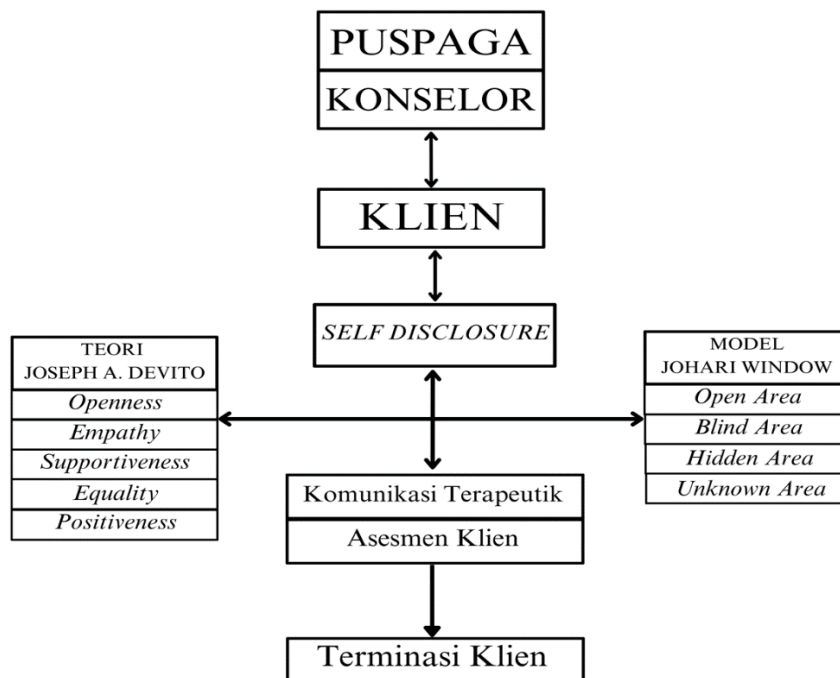
Sebagai generasi yang memasuki dunia dewasa awal, Gen Z menghadapi tantangan unik dan kesempatan yang belum pernah terjadi sebelumnya. Santrock (2011) menyatakan bahwa istilah masa dewasa awal sekarang digunakan untuk menggambarkan periode dari remaja menuju dewasa. Kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi terjadi selama rentang usia 18 hingga 25 tahun. Perubahan dari remaja ke dewasa diwarnai dengan perubahan yang berkelanjutan. (Putri, 2019, p. 2)

5. Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA)

Pemerintah Provinsi Sulawesi Selatan memiliki layanan PUSPAGA yang merupakan singkatan dari Pusat Pembelajaran Keluarga, yang merupakan unit layanan khusus masalah keluarga terutama anak. (Khakhimah, 2023, p. 5)

Negara mempunyai kepedulian terhadap peningkatan kehidupan keluarga dan ketahanan keluarga melalui program pendidikan atau pengasuhan anak, keterampilan mengasuh anak, keterampilan perlindungan anak, dan kemampuan untuk meningkatkan partisipasi anak dalam keluarga serta layanan program konseling bagi anak dan keluarga yang dilakukan oleh tenaga kerja melalui peningkatan kemampuan orang tua atau keluarga atau orang yang bertanggung jawab untuk mengasuh dan melindungi anak mereka agar mendapatkan kebutuhan akan kasih sayang, ketenangan, keselamatan, dan kesejahteraan yang berkelanjutan dan berkelanjutan untuk kepentingan terbaik anak, termasuk perlindungan dari kekerasan, eksploitasi, dan perlakuan salah. (Khakhimah, 2023, p. 5)

PUSPAGA pertama kali dibentuk oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) pada tahun 2016 dan berada di bawah koordinasi Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) di setiap provinsi hingga kab/kota. Dengan setidaknya satu PUSPAGA di masing-masing provinsi dan kabupaten/kota. (Fachrina Bella Syahputri, 2022, pp. 177-187)



Bagan 1.1 Kerangka Konseptual Penelitian

F. Definisi Konseptual

1. PUSPAGA

PUSPAGA adalah Pusat Pembelajaran Keluarga yang dinaungi oleh pemerintah provinsi Sulawesi Selatan, merupakan tempat pembelajaran untuk meningkatkan kualitas kehidupan keluarga.

2. Klien

Klien adalah seseorang yang memiliki *anxiety disorder*, *bipolar disorder* dan mengalami *self harm* serta melakukan konsultasi di PUSPAGA.

3. Konselor

Konselor adalah pegawai PUSPAGA yang melakukan asesmen hingga terminasi kepada klien di PUSPAGA.

4. Self-disclosure

Self disclosure adalah teori utama yang digunakan dalam penelitian ini yang terdapat proses seseorang secara sadar mengungkapkan informasi pribadi tentang diri mereka kepada orang lain.

G. Metode Penelitian

1. Waktu dan Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan selama kurang lebih dua bulan, yaitu pada bulan Agustus hingga Oktober 2024. Melalui wawancara dengan klien dan konselor di PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan yang berlokasi di Jl. Letjen Hertasning, Blok E10 No. 11, Kel. Tidung, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan.

2. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan menggunakan analisis *self disclosure* antara klien dan konselor di PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan. Data deskriptif dari sumber atau perilaku yang diamati akan dihasilkan dengan metode penelitian kualitatif.

3. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

Data primer dan sekunder dikumpulkan untuk penelitian ini yakni berikut ini:

a. Data Primer

Data primer adalah informasi yang peneliti kumpulkan langsung dari sumber data atau dari pihak terkait seperti informan atau responden. Data baru yang asli atau terkini adalah nama lain dari data primer. Peneliti mengumpulkan data primer melalui observasi langsung, diskusi kelompok terfokus, dan teknik wawancara. (Sugiyono, 2013, pp. 224-240)

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah informasi yang dikumpulkan atau dikumpulkan oleh peneliti dari berbagai sumber yang ada. Data sekunder dapat ditemukan di sejumlah tempat, termasuk buku, jurnal, laporan, dan informasi dari organisasi afiliasi. Dalam penelitian ini sumber data dan informasi tidak langsung peneliti berasal dari publikasi atau referensi terkait yang menyediakan data berupa buku, jurnal, dan sumber lainnya. (Sugiyono, 2013, pp. 224-240)

Peneliti menggunakan sejumlah teknik untuk mengumpulkan data penelitian, yakni:

a. Observasi Partisipan

PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan, peneliti dapat mengamati informan penelitian melalui teknik yang dikenal dengan observasi partisipan. Selanjutnya peneliti menanyakan kepada pihak yang berwenang di PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan untuk mencari informan, dan terakhir peneliti mencari informan yang memenuhi kriteria penelitian.

b. Wawancara Mendalam

Mengajukan pertanyaan-pertanyaan relevan kepada informan yang telah dipilih sebelumnya, dilakukan wawancara mendalam untuk mendapatkan tanggapan yang komprehensif dan mendalam dari informan. Peneliti terlebih dahulu akan menanyakan kesediaan informan sebelum melanjutkan dengan mengajukan pertanyaan yang akan membantu penelitian.

c. Studi Pustaka

Studi Pustaka mengumpulkan informasi melalui kajian buku, temuan penelitian, dan literatur lain yang relevan untuk melakukan studi literatur.

4. Teknik Penentuan Informan

Informan berikut ini berhasil diidentifikasi melalui observasi dan kajian langsung (*random sampling*) yakni:

Kriteria informan klien sebanyak 4 orang:

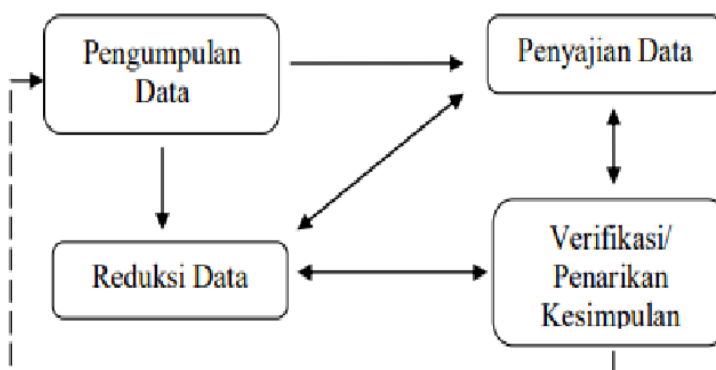
1. Klien PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan.
2. Memasuki usia dewasa awal (18 – 25 tahun).
3. Bersedia mengikuti wawancara untuk penelitian ini.

Kriteria informan konselor sebanyak 2 orang:

1. Konselor PUSPAGA Provinsi Sulawesi Selatan.
2. Telah menjadi konselor minimal selama 2 tahun.
3. Bersedia mengikuti wawancara untuk penelitian ini.

5. Teknik Analisis Data

Menganalisis data melibatkan melihat catatan lapangan atau pernyataan informan. Peneliti menggunakan teknik analisis data kualitatif dan analitik yang diuraikan oleh Milles dan Huberman (1984). Gambar berikut menunjukkan representasi skema prosedur analisis data menggunakan model analisis interaktif Milles dan Huberman:



Gambar 1.2 Teknik Analisis Milles dan Hubberman (1984)

Proses analisis data kualitatif terjadi secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai semuanya selesai, yang berarti bahwa data menjadi jenuh. Proses ini termasuk reduksi data, menyajikan data, dan menarik kesimpulan, yakni:

- a. Reduksi data khususnya metode memilih, mempersempit, mengabstraksi, dan menyederhanakan informasi dari berbagai sumber, termasuk catatan lapangan. Proses mengarahkan dan mengelompokkan data untuk menarik kesimpulan dari data yang dikumpulkan merupakan teknik analisis reduksi data.
- b. Penyajian data, khususnya, akumulasi data dan informasi yang dikumpulkan, dirangkai, dan disajikan secara naratif. Contoh format penyajian data antara lain bagan, ringkasan singkat, dan hubungan antar kategori. Penyajian data perlu dilakukan sedemikian rupa agar penelitian dapat menarik kesimpulan dengan lebih mudah.

- c. Menarik kesimpulan atau verifikasi secara khusus, menarik kesimpulan dari penelitian dan mengumpulkan bukti melalui reduksi data untuk memastikan bahwa kesimpulan tersebut relevan dengan tujuan dan fokus penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Komunikasi

1. Definisi Komunikasi

Kata "komunikasi" atau "*communication*" dalam bahasa Inggris berasal dari bahasa Latin, yaitu "communis," yang berarti "sama." Kata ini juga berkaitan dengan "commonico," "*communication*," atau "*communicare*," yang berarti "membuat sama" (*to make common*). Istilah "communis" sering dianggap sebagai asal kata "komunikasi," yang menjadi akar dari kata-kata Latin lainnya yang memiliki kemiripan makna. Komunikasi menyiratkan adanya kesamaan pemahaman, pikiran, atau pesan antara pihak-pihak yang terlibat.

Menurut Rogers, seperti yang dikutip oleh Hafied Cangara dalam buku *Pengantar Ilmu Komunikasi*, "Komunikasi adalah proses di mana suatu ide dialihkan dari sumber kepada suatu penerima atau lebih, dengan maksud untuk mengubah tingkah laku mereka" (2002: 20). Dengan kata lain, Rogers menekankan bahwa pesan yang disampaikan oleh penyampai pesan harus sampai kepada penerima, sehingga menimbulkan efek tertentu pada penerima tersebut.

Selanjutnya, Rogers dan Kincaid (1981) dalam *Pengantar Ilmu Komunikasi* karya Cangara mengungkapkan bahwa: "Komunikasi adalah suatu proses dimana dua orang atau lebih membentuk atau melakukan pertukaran informasi dengan satu sama lainnya, yang pada gilirannya akan tiba pada saling pengertian yang mendalam" (2006: 19). Pernyataan ini menunjukkan bahwa komunikasi melibatkan pertukaran informasi (pesan) yang bertujuan untuk menciptakan perubahan sikap dan perilaku, serta mencapai pemahaman bersama di antara individu yang terlibat dalam proses tersebut.

Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah proses penyampaian informasi dan pemahaman dari satu orang kepada orang lain. Komunikasi hanya bisa terjadi jika seseorang memiliki pesan yang ingin disampaikan kepada pihak lain, dengan maksud dan tujuan tertentu. (Mulyana D. , 2017)

2. Tujuan Komunikasi

Menurut Gordon (1971:37), tujuan komunikasi adalah untuk mencapai kualitas optimal dari seluruh proses komunikasi, termasuk aspek "motivasi." Tujuan ini mencakup semua aspek perilaku yang terlibat dalam komunikasi, di mana manusia menjadi pelaku utamanya.

Tujuan utama dari proses komunikasi adalah untuk memengaruhi, membangkitkan empati, menyampaikan informasi, dan menarik perhatian. Namun, secara umum, tujuan komunikasi dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori yakni:

- a. Mengubah sikap (*Attitude Change*).
- b. Mengubah opini (*Opinion Change*).
- c. Mengubah perilaku (*Behavior Change*).

Dari sudut pandang sumber atau komunikator, terdapat beberapa tujuan komunikasi, yaitu menyampaikan informasi, mendidik, memberikan hiburan atau kesenangan kepada penerima pesan, memengaruhi dan mendorong tindakan melalui upaya persuasif.

Sementara itu, dari sudut pandang penerima, tujuan komunikasi seperti memahami informasi yang disampaikan, mempelajari atau memperoleh pengetahuan baru, menikmati pesan atau hiburan yang disampaikan oleh sumber atau komunikator dan menerima atau menolak ajakan atau anjuran dari sumber.

Dilihat dari perspektif kepentingan sosial, tujuan komunikasi antara lain:

- a. Memberikan pengetahuan umum tentang lingkungan sekitar.
- b. Melakukan sosialisasi peran, nilai, dan kebiasaan kepada anggota baru di masyarakat.
- c. Menciptakan bentuk hiburan atau seni yang dapat dinikmati oleh masyarakat.
- d. Membantu mencapai konsensus dan mengontrol perilaku individu dalam masyarakat.

Sedangkan, dalam sudut pandang kepentingan individu, tujuan komunikasi mencakup:

- a. Menguji, mempelajari, dan memahami realitas di sekitar, termasuk peluang dan risiko yang mungkin dihadapi.
- b. Memperoleh pengetahuan dan keterampilan untuk hidup bermasyarakat sehingga dapat beradaptasi dengan lingkungan sosial.
- c. Menikmati hiburan atau melepaskan diri dari kesulitan.
- d. Membuat keputusan atau pilihan tindakan sesuai dengan aturan sosial.

Secara umum, hasil atau dampak dari komunikasi mencakup tiga aspek, yaitu:

- a. Aspek kognitif: Berkaitan dengan kesadaran dan pengetahuan, seperti menjadi sadar, ingat, mengetahui, atau mengenali sesuatu.
- b. Aspek afektif: Menyangkut sikap atau perasaan, misalnya sikap setuju atau tidak setuju, perasaan sedih, gembira, benci, atau menyukai.
- c. Aspek psikomotor: Berkaitan dengan perilaku atau tindakan, misalnya melakukan atau tidak melakukan sesuatu sesuai dengan saran yang diberikan.

3. Proses Komunikasi

Proses komunikasi terjadi antara komunikator dan komunikan. Komunikator adalah pihak yang mengirimkan atau menyampaikan informasi, sementara komunikan adalah pihak yang menerima informasi atau pesan tersebut. Dalam proses komunikasi, komunikator memiliki ide atau pesan yang terdapat dalam pikirannya dan ingin menyampaikannya kepada komunikan, sehingga pesan tersebut dapat dipahami sesuai dengan maksud komunikator. Setelah pesan

diterima, komunikan memberikan respons sebagai efek dari komunikasi yang terjadi. (Cangara, 2010)

Komunikator memiliki ide atau maksud yang ingin disampaikan kepada komunikan. Ide atau pesan tersebut kemudian diubah melalui proses yang disebut *encoding*. *Encoding* adalah suatu proses di mana ide atau pesan diubah menjadi simbol atau bahasa yang akan digunakan untuk menyampaikan informasi. Misalnya, jika komunikator ingin menyampaikan perintah "tutup pintu," maka ide ini diubah menjadi kata-kata seperti "tolong tutup pintu." Proses perubahan dari ide yang ada dalam pikiran menjadi kata-kata ini disebut *encoding*. (Yulyuswarni, 2021, pp. 33-34)

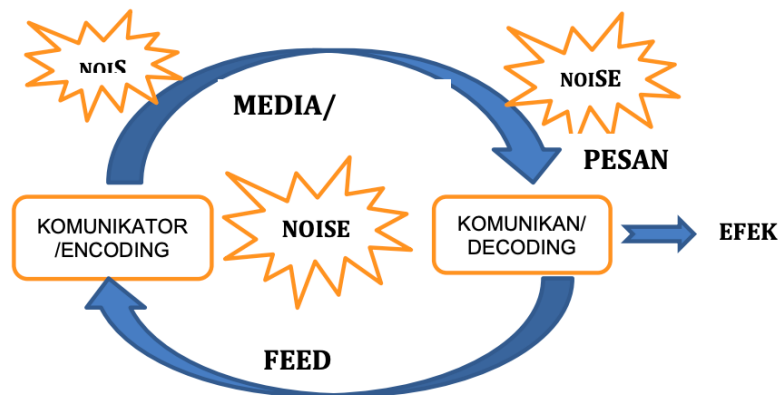
Pesan yang telah melalui proses *encoding* kemudian diterima oleh komunikan dan diterjemahkan melalui proses yang dikenal sebagai *decoding*. Dalam hal ini, komunikan melakukan *decoding* untuk memahami pesan yang disampaikan komunikator. Komunikator menyampaikan pesan melalui media tertentu, yang dapat berupa suara, tulisan, atau isyarat nonverbal. Media dalam komunikasi adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari komunikator kepada komunikan. Sebagai contoh, ketika seorang dosen atau guru menyampaikan materi perkuliahan, suara mereka, materi tertulis, atau isyarat nonverbal yang digunakan dianggap sebagai media komunikasi. (Yulyuswarni, 2021, pp. 33-34)

Encoding dapat berupa pesan lisan maupun tulisan. Proses *decoding* oleh komunikan memungkinkan pesan tersebut diterjemahkan ke dalam pemahaman yang diharapkan oleh komunikator. Jika komunikan dapat memahami pesan tersebut sesuai dengan tujuan komunikator, maka komunikasi dapat dikatakan efektif. Efek yang dihasilkan dari komunikasi ini dapat berupa perubahan sikap, perilaku, penerimaan ide, atau persetujuan terhadap suatu keputusan. Komunikasi dianggap efektif apabila pesan atau informasi yang dikirimkan oleh komunikator dapat diterima dan dipahami oleh komunikan dengan efek yang sesuai dengan harapan komunikator. (Yulyuswarni, 2021, pp. 33-34)

Komunikasi dapat bersifat satu arah ketika hanya komunikator yang menyampaikan pesan tanpa adanya umpan balik (*feedback*) dari komunikan. Misalnya, dalam komunikasi pembelajaran daring menggunakan video, di mana dosen memaparkan materi melalui video dan mahasiswa hanya mendengarkan. Sebaliknya, komunikasi dikatakan dua arah jika ada umpan balik dari komunikan kepada komunikator. (Yulyuswarni, 2021, pp. 33-34)

Namun, dalam komunikasi, tidak semua informasi yang disampaikan oleh komunikator selalu diterima dengan tepat oleh komunikan. Terkadang, terjadi kesalahpahaman atau "miskomunikasi." Sebagai contoh, ketika komunikator menyampaikan perintah "tutup pintu," gangguan suara dapat menyebabkan sebagian komunikan mendengar perintah tersebut sebagai "tutup buku." Di sisi lain, komunikan yang berada lebih dekat dengan komunikator dapat menerima informasi dengan benar sebagai "tutup pintu." Kesalahpahaman ini dapat terjadi

karena adanya gangguan (*noise*) yang berasal dari komunikator, komunikan, atau media yang digunakan dalam proses komunikasi. (Andriyani, 2018)



B. Konsep Komunikasi Antarpribadi

1. Definisi Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi merupakan proses pertukaran informasi yang terjadi dalam situasi tatap muka antara dua orang atau lebih. Proses ini dapat berlangsung dalam berbagai situasi, baik dalam interaksi yang terstruktur dan terorganisir maupun dalam suasana keramaian. Komunikasi antarpribadi juga mencakup percakapan atau dialog yang memungkinkan terjadinya interaksi secara langsung antara para pihak yang terlibat, sehingga memungkinkan mereka untuk saling memberikan respons atau umpan balik secara spontan. (Riska Dwi Novianti, 2017, pp. 4-6)

Lebih lanjut, Devito (1989) menggambarkan komunikasi interpersonal sebagai proses penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan tersebut oleh orang lain atau sekelompok kecil individu. Komunikasi ini ditandai dengan adanya berbagai dampak yang muncul dari pertukaran pesan, serta peluang untuk memberikan umpan balik secara segera dan langsung. Kemampuan untuk memberikan umpan balik langsung ini merupakan salah satu karakteristik penting dalam komunikasi interpersonal karena memungkinkan interaksi yang lebih dinamis dan efektif. (Effendy, 2003, p. 30)

Komunikasi interpersonal juga merupakan komunikasi yang terjadi secara tatap muka, di mana setiap peserta dapat menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal.

(Devito J. A., 2007) "Interpersonal communication is an extremely practical art, and your effectiveness as a friend, relationship partner, coworker, or manager will depend largely on your interpersonal skills."

Definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa bentuk komunikasi interpersonal ini sangat intim dan seringkali hanya melibatkan dua orang, seperti pasangan suami-istri, dua sahabat dekat, rekan kerja, dokter dan pasien, atau konselor dan

klien. Melalui komunikasi interpersonal, para pihak yang terlibat dapat saling memahami emosi, sikap, dan pikiran satu sama lain secara lebih mendalam, karena adanya kesempatan untuk mengamati bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan intonasi suara. (Mulyana, 2005, p. 73)

2. Unsur-Unsur Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi, yang melibatkan interaksi antara komunikator dan komunikan, dianggap sebagai bentuk komunikasi yang paling efektif dalam mengubah sikap, pendapat, atau perilaku seseorang. Hafied Cangara (2005) menyebutkan beberapa elemen penting dalam komunikasi antarpribadi, yaitu: sumber, pesan, media, penerima (komunikan), efek, umpan balik, dan lingkungan.

- a. Sumber adalah individu atau kelompok yang menyampaikan pesan atau informasi. Sumber dapat berupa ide atau gagasan yang kemudian diubah menjadi pesan. Setiap individu atau peristiwa yang menyampaikan pesan dapat disebut sebagai sumber. Orang yang berperan sebagai sumber ini disebut komunikator.
- b. Pesan adalah materi yang dikomunikasikan antara komunikator dan komunikan. Isi pesan dapat berupa informasi, hiburan, instruksi, atau pengetahuan. Pesan dapat dibagi menjadi dua jenis: pesan verbal dan nonverbal. Pesan verbal meliputi informasi yang disampaikan secara lisan, menggunakan satu kata atau lebih. Sementara pesan nonverbal adalah informasi yang disampaikan tanpa kata-kata, tetapi melalui intonasi, ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan bentuk komunikasi nonverbal lainnya (Stewart L. Tubbs, 2005).
- c. Media atau saluran adalah sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari sumber kepada penerima. Media ini bisa berupa interaksi langsung (tatap muka) maupun melalui media seperti internet.
- d. Penerima (komunikan) adalah individu atau kelompok yang menjadi sasaran pesan. Dalam komunikasi antarpribadi, komunikator juga dapat berperan sebagai penerima pesan, dan sebaliknya.
- e. Efek mengacu pada perubahan yang terjadi pada komunikator dan komunikan setelah pesan disampaikan dan diterima. Perubahan ini dapat berupa pengetahuan, sikap, atau perilaku nyata. Sebagai contoh, komunikan bisa merasa marah setelah mendengar pesan yang disampaikan oleh komunikator.
- f. Umpan balik adalah respons atau reaksi yang diberikan oleh komunikan kepada komunikator setelah menerima pesan. Umpan balik ini menunjukkan bahwa pesan yang disampaikan telah dipahami oleh komunikan, atau sebaliknya.
- g. Lingkungan mengacu pada situasi atau kondisi tempat komunikasi antarpribadi berlangsung. Lingkungan ini bisa mencakup aspek fisik, sosial budaya, dimensi waktu, serta kondisi psikologis dari komunikator dan komunikan.

C. Teori Komunikasi Terapeutik

1. Konsep Teori Komunikasi Terapeutik

Teori komunikasi terapeutik dikembangkan oleh beberapa tokoh penting dalam bidang psikologi dan keperawatan. Salah satu tokoh yang paling berpengaruh dalam pengembangan konsep komunikasi terapeutik adalah Hildegard Peplau, seorang perawat dan teoritikus perawatan kesehatan mental. Pada tahun 1952, Peplau memperkenalkan Teori Hubungan Interpersonal, yang menekankan pentingnya hubungan terapeutik antara perawat dan pasien. (Yahya, 2024)

Teori ini menekankan bahwa komunikasi terapeutik adalah alat penting dalam membantu pasien memahami dan mengelola masalah psikologis dan emosional mereka. Dalam komunikasi terapeutik, fokusnya adalah pada empati, mendengarkan secara aktif, dan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, di mana pasien merasa dihargai dan dipahami. (Yahya, 2024)

2. Karakteristik Komunikasi Terapeutik

Dalam pelaksanaan komunikasi terapeutik, terdapat beberapa ciri atau karakteristik yang menjadi faktor dasar dalam membangun hubungan yang mendukung proses saling membantu (*helping relationship*). Carl Roger (2006) yang dikutip oleh (Basuki, 2018) menjelaskan karakteristik komunikasi terapeutik sebagai berikut:

a. *Genuineness* (keikhlasan)

Keikhlasan secara etimologi berasal dari bahasa Arab yang berarti bersih, tulus, dan murni hati. Secara terminologi, ikhlas diartikan sebagai melakukan sesuatu dengan niat tulus tanpa motif tertentu. Dalam konteks komunikasi terapeutik, tujuannya adalah untuk membantu proses pemulihan klien, sehingga keikhlasan, baik dalam sikap maupun niat, sangat diperlukan dari praktisi kesehatan. Mereka harus mampu menerima segala sikap dan perasaan negatif dari klien tanpa terpengaruh emosi, baik melalui komunikasi verbal maupun non-verbal. Ketulusan ini akan membangun kepercayaan yang lebih mendalam, membentuk kesadaran diri, dan menciptakan hubungan yang bermakna dalam proses pemulihan klien.

b. *Empathy* (empati)

Empati melibatkan kemampuan untuk menerima dan memahami perasaan orang lain. Dalam komunikasi terapeutik, empati berarti memahami dan menerima perasaan klien tanpa melibatkan emosi pribadi. Praktisi kesehatan harus bisa merasakan posisi klien dan mencoba menempatkan diri pada posisi tersebut. Empati bisa disampaikan secara verbal dengan memberikan kalimat yang menenangkan atau secara non-verbal melalui ekspresi wajah dan gesture yang menunjukkan perhatian terhadap kondisi yang dialami klien.

c. *Warmth* (kehangatan)

Kehangatan adalah salah satu faktor penting dalam membangun hubungan yang saling membantu. Praktisi kesehatan harus menunjukkan

perilaku yang menciptakan suasana hangat, sehingga klien merasa nyaman untuk menyampaikan perasaan dan masalah tanpa takut dihakimi atau diintervensi. Praktisi perlu mendengarkan dengan seksama setiap keluhan klien dan menunjukkan perhatian penuh. Selain itu, kehangatan juga bisa ditunjukkan melalui komunikasi yang meyakinkan, penampilan yang tenang, serta ekspresi yang penuh kasih sayang.

3. Tahapan Komunikasi Terapeutik

Sarfika, Ariani, dan Freska (2018) dalam penelitian yang diuraikan oleh Zhafirah Permata Sari (2023) menjelaskan tahapan-tahapan dalam komunikasi terapeutik. Tahapan-tahapan tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Pra-Interaksi

Tahap ini juga disebut sebagai tahap apersepsi, di mana tenaga kesehatan berupaya memahami latar belakang pasien untuk mengetahui perasaan pasien terhadap masalah yang dihadapi. Tenaga kesehatan diharapkan memiliki pengetahuan mengenai penyakit dan masalah pasien, yang dapat diperoleh melalui literatur, pengalaman, atau diskusi. Pengetahuan ini akan memudahkan dalam analisis masalah. Selanjutnya, tenaga kesehatan merencanakan pertemuan pertama dengan pasien, dengan tetap menjaga sikap mendengarkan aktif dan menghindari kecemasan sebelum berinteraksi.

b. Perkenalan dan Orientasi

1. Tahap Perkenalan

Pada tahap ini, tenaga kesehatan bertemu dengan pasien dan memperkenalkan diri. Hal ini bertujuan untuk menciptakan kesan pertama yang baik, yang diperlukan untuk membuka diri pasien. Interaksi ini meliputi sapaan, memperkenalkan diri, menanyakan nama pasien, serta menyepakati pertemuan atau kontrak. Percakapan awal difokuskan pada identifikasi alasan pasien datang. Pada tahap ini, penting untuk membangun hubungan yang saling percaya dan menghargai kondisi pasien. Suasana yang kondusif juga diperlukan agar pasien dapat berpikir jernih dan menyampaikan keluhan secara detail.

2. Tahap Orientasi

Stuart (2018) menyebutkan bahwa tahap orientasi bertujuan untuk memvalidasi data yang telah dikumpulkan dan menyesuaikannya dengan kondisi pasien, serta mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan. Pada tahap ini, tenaga kesehatan perlu memiliki keterampilan mendengarkan aktif, fokus, dan empati agar dapat mengumpulkan data yang dibutuhkan untuk proses pemulihan. Tenaga kesehatan harus memeriksa seluruh data dari observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, hingga studi dokumentasi. Kemampuan analisis yang baik sangat penting untuk mendiagnosis masalah pasien.

c. Tahap Kerja

Tahap ini merupakan inti dari komunikasi terapeutik, di mana dilakukan terapi, observasi, monitoring, dan pendidikan kesehatan, serta mendorong pasien untuk mengembangkan kemampuan mandiri dalam menyelesaikan masalahnya. Tenaga kesehatan menggali stressor utama dan mendorong pemahaman pasien dengan memberi kesempatan untuk bertanya. Selain itu, tenaga kesehatan membantu mengatasi perilaku pasien melalui pendekatan yang baik dan memberi contoh yang dapat membantu kognitif pasien.

d. Tahap Terminasi

Ini adalah tahap terakhir dalam komunikasi terapeutik, yang terbagi menjadi terminasi sementara dan terminasi akhir. Terminasi sementara adalah akhir pertemuan pada sesi tertentu yang dilanjutkan pada waktu yang telah ditentukan, sementara terminasi akhir menandai selesainya proses pemulihan pasien di rumah sakit atau lembaga. Pada tahap ini, tenaga kesehatan menciptakan realitas perpisahan untuk mengevaluasi kondisi pasien secara objektif dan subjektif, menentukan apakah pertemuan lanjutan diperlukan, dan mengakhiri proses dengan baik agar pemulihan berjalan lancar.

4. Faktor Keberhasilan Komunikasi Terapeutik

Perry dan Potter mengidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi efektivitas penyampaian dan penerimaan pesan dalam komunikasi terapeutik. Faktor-faktor tersebut meliputi:

a. Persepsi

Persepsi adalah cara seseorang mengatur dan menafsirkan informasi dari lingkungan sekitarnya. Menurut Thoha (1994), persepsi merupakan proses kognitif yang melibatkan interpretasi terhadap pesan melalui indera. Nita Sriana (2016)

Hal ini menjadi aspek inti dalam komunikasi terapeutik, di mana tenaga kesehatan harus memiliki kemampuan analitis yang baik agar persepsi yang terbentuk dapat memberikan pemahaman yang tepat bagi pasien (Mulyana, 2016).

b. Nilai

Nilai adalah keyakinan yang dianut seseorang dan dapat mencerminkan kualitas diri yang tidak terkait dengan benda fisik. Nilai-nilai tersebut sangat dipengaruhi oleh etika individu dan akan bervariasi antara satu orang dengan orang lainnya. (Mundakir (2006)

c. Emosi

Emosi merupakan perasaan subjektif yang dirasakan seseorang dalam interaksi dengan orang lain. Praktisi kesehatan perlu memisahkan emosi profesional dan pribadi saat berhadapan dengan pasien. Emosi profesional memungkinkan praktisi untuk berempati dengan pasien, sementara emosi individu terkait dengan pengalaman pribadi.

Manajemen emosi diperlukan untuk mengatasi reaksi emosional yang mungkin muncul dalam interaksi dengan pasien.

d. Latar Belakang Sosial Budaya

Perbedaan dalam latar belakang sosial dan budaya mempengaruhi cara seseorang berpikir dan bertindak. Praktisi kesehatan harus mempertimbangkan perbedaan ini dalam berkomunikasi dengan pasien agar interaksi berjalan dengan baik.

e. Pengetahuan

Tingkat pengetahuan yang bervariasi antar individu bisa menjadi kendala dalam komunikasi. Tenaga kesehatan perlu memahami tingkatan pengetahuan pasien agar komunikasi tidak menjadi satu arah dan dapat lebih efektif.

f. Peran dan Hubungan

Dalam hubungan terapeutik, tenaga kesehatan harus berperan sebagai komunikator yang baik agar komunikasi menjadi lebih efektif. Ketika komunikasi dilakukan dengan orang yang sudah dikenal, pasien akan merasa lebih nyaman dan bebas menyampaikan pikiran serta ide-idenya.

g. Kondisi Lingkungan

Lingkungan yang aman, tenang, bersih, damai, dan ramah akan mendukung proses komunikasi yang lebih efektif dan positif.

D. *Self Disclosure*

1. Definisi *Self Disclosure*

Self-disclosure atau pengungkapan diri adalah upaya seseorang untuk membagikan informasi pribadi tentang dirinya kepada orang lain. Konsep ini pertama kali dipopulerkan oleh Sidney Marshall Jourard, seorang psikolog, profesor, dan penulis. Jourard mendefinisikan *self-disclosure* sebagai tindakan, baik secara *verbal* maupun *non-verbal*, untuk mengungkapkan berbagai aspek diri kepada orang lain. (Tania, 2024, p. 28)

DeVito (1990:60) mengemukakan bahwa arti *self-disclosure* adalah bentuk komunikasi dimana seseorang menyampaikan informasi tentang dirinya yang biasa disimpan. Oleh sebab itu, proses *self-disclosure* setidaknya membutuhkan dua orang. (Khansa Dhearani, 2023, pp. 160-163)

Self disclosure diartikan dan ditekankan sebagai pembagian informasi pribadi kepada orang lain untuk diubah menjadi sarana komunikasi. Dengan bersikap transparan terhadap orang lain, seseorang dapat meningkatkan rasa percaya, kepedulian, dan penghargaan dari orang lain, sehingga akan menghasilkan komunikasi yang lebih intens dan ikatan yang lebih erat. (Dila Septiani, 2019, pp. 4-6)

2. Manfaat *Self Disclosure*

DeVito menguraikan beberapa manfaat dari pengungkapan diri (Bahfiarti T. , 2020), antara lain:

- a. Pengetahuan Diri: *Self-disclosure* dapat menjadi cara bagi individu untuk lebih memahami dan mengenali perilaku mereka. Proses ini membantu

seseorang menjadi lebih berhati-hati dalam bersikap dan bertindak, sehingga memungkinkan pemahaman diri yang lebih mendalam.

- b. Mengatasi Kesulitan: *Self-disclosure* dianggap sebagai cara yang efektif untuk mengatasi masalah atau kesulitan yang dihadapi, terutama ketika berkaitan dengan perasaan bersalah. Dengan menyampaikan perasaan yang sebenarnya dan menerima dukungan dari orang lain, individu akan lebih siap menghadapi perasaan bersalah tersebut.
- c. Efisiensi Komunikasi: Keterbukaan dalam komunikasi interpersonal dapat meningkatkan pemahaman satu sama lain. Komunikasi akan menjadi lebih efektif jika individu saling memahami, yang sangat penting untuk mengenal lawan bicara dengan lebih baik.
- d. Kedalaman Hubungan: *Self-disclosure* merupakan ciri perkembangan hubungan antar individu. Membangun kedalaman hubungan adalah salah satu manfaat utama dari pengungkapan diri, di mana muncul perasaan saling menghargai, memahami, dan peduli. Hal ini membuat individu lain merasa nyaman untuk lebih terbuka dan membangun hubungan yang lebih erat, memungkinkan hubungan berkembang dari tahap tidak saling mengenal menjadi lebih akrab.

3. Dimensi *Self Disclosure*

Dalam (Uswatun Hasanah, 2023, pp. 686-695) terdapat 5 dimensi *self-disclosure* menurut Devito (1986) yakni:

1. *Amount* (Jumlah)

Dimensi ini merujuk pada seberapa sering seseorang mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain dan berapa banyak informasi yang diberikan. Pengungkapan diri yang lebih besar bisa menunjukkan keterbukaan yang lebih tinggi, tetapi juga harus seimbang dengan konteks hubungan. Jika terlalu banyak atau terlalu sering mengungkapkan informasi, itu bisa membuat lawan bicara merasa tidak nyaman, terutama jika hubungan tersebut belum cukup dekat. Sebaliknya, jika terlalu sedikit atau jarang mengungkapkan diri, komunikasi bisa terasa tidak terbuka dan hubungan tidak berkembang.

2. *Valence* (Valensi)

Valensi adalah kualitas emosional dari informasi yang diungkapkan, apakah itu positif atau negatif. Informasi yang bersifat positif, seperti pencapaian atau kebahagiaan, cenderung meningkatkan kedekatan hubungan dan menciptakan suasana yang lebih optimis. Namun, pengungkapan negatif seperti masalah pribadi, kelemahan, atau kegagalan bisa membuat hubungan lebih dalam karena menciptakan kepercayaan dan empati. Keseimbangan antara pengungkapan positif dan negatif penting dalam membangun hubungan yang sehat, karena terlalu banyak pengungkapan negatif dapat menyebabkan hubungan menjadi tegang atau terlalu berat secara emosional.

3. *Accuracy* (Akurasi)

Dimensi akurasi mengacu pada seberapa tepat, jujur, dan benar informasi yang diungkapkan oleh individu. Pengungkapan diri yang jujur mencerminkan pemahaman diri yang baik dan integritas dalam berkomunikasi. Jika informasi yang diungkapkan tidak akurat atau sengaja diputarbalikkan, hal ini dapat merusak kepercayaan dalam hubungan. Akurasi juga melibatkan sejauh mana individu memahami diri mereka sendiri dan mampu mengartikulasikan pikiran, perasaan, dan pengalaman mereka secara akurat kepada orang lain.

4. *Intention* (Niat)

Niat dalam pengungkapan diri mencakup alasan mengapa seseorang membuka diri kepada orang lain. Apakah tujuannya untuk membangun kepercayaan, mendapatkan dukungan emosional, atau menciptakan hubungan yang lebih dekat. Intensi yang jelas dan sadar memungkinkan seseorang untuk mengontrol apa yang diungkapkan dan kepada siapa. Individu yang memahami niatnya dalam pengungkapan diri biasanya lebih berhati-hati dalam memilih informasi yang relevan dan sesuai dengan konteks hubungan serta situasi komunikasi.

5. *Intimacy* (Keintiman)

Dimensi ini merujuk pada seberapa pribadi dan mendalamnya informasi yang diungkapkan. Informasi yang lebih intim biasanya dibagikan dalam hubungan yang lebih dekat dan penuh kepercayaan. Mengungkapkan hal-hal yang bersifat pribadi, seperti perasaan terdalam, ketakutan, atau pengalaman hidup yang mendalam, dapat menciptakan kedekatan emosional yang lebih kuat. Namun, keintiman dalam pengungkapan diri harus dilakukan secara bertahap sesuai dengan perkembangan hubungan, agar tidak terlalu cepat atau berlebihan dalam membagikan informasi yang mungkin membuat lawan bicara merasa tidak nyaman atau terbebani.

