

KETERBUKAAN DIRI REMAJA PEREMPUAN PADA ORANG TUA TUNGGAL

(Studi Fenomenologi Pada Hubungan Komunikasi Ibu Tunggal dan Anak Perempuan di Kabupaten Bandung)

Nizar Nazarudin Nasir¹, Fitri Annisa Rachmah²

^{1,2} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Bisnis, International Women University, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Email: Nizar.20821054@iwu.ac.id , FitriAnnisa@iwu.ac.id

Diterima Juni / Disetujui Agustus

ABSTRAK

Keterbukaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam membangun komunikasi yang sehat antara anak dan orang tua, khususnya pada keluarga dengan orang tua Tunggal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi dan melibatkan dua informan remaja Perempuan dari keluarga ibu Tunggal. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara eksplorasi mendalam terhadap pengalaman subjektif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri dipengaruhi oleh kedekatan emosional, frekuensi komunikasi, pengalaman masa lalu, dan persepsi terhadap peran ibu. Salah satu informan menunjukkan keterbukaan tinggi karena adanya dukungan emosional dan hubungan yang hangat, sementara informan lain menunjukkan keterbukaan terbatas akibat hambatan komunikasi dan jarak emosional. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada kajian komunikasi keluarga di Indonesia dan menjadi masukan bagi orang tua, pendidik, serta tenaga profesional untuk mendukung keterbukaan diri remaja secara positif.

Kata kunci : Keterbukaan diri, remaja Perempuan, ibu Tunggal, komunikasi, fenomenologi

ABSTRACT

Self-disclosure is an important aspect in building healthy communication between children and parents, especially in single-parent families. This study used a qualitative approach with a phenomenological method and involved two female adolescent informants from single-mother families. Data collection techniques were carried out through in-depth exploratory interviews on subjective experiences. The results show that self-disclosure is influenced by emotional closeness, frequency of communication, past experiences, and perceptions of the mother's role. One informant showed high self-disclosure due to emotional support and a warm relationship, while the other informant showed limited self-disclosure due to communication barriers and emotional distance. This study is expected to contribute to the study of family communication in Indonesia and provide input for parents, educators, and professionals to support positive self-disclosure among adolescents.

Keywords: *Self-disclosure, adolescent girls, single mothers, communication, phenomenology*

PENDAHULUAN

Keterbukaan diri atau self-disclosure menjadi aspek krusial dalam komunikasi interpersonal, yang berfungsi sebagai indikator penting dalam kualitas hubungan (Greene, Derlega, & Mathews, 2023). Dalam keluarga ibu tunggal, keterbukaan diri cenderung mengalami transformasi karena komunikasi menjadi terpusat pada figur ibu sebagai satu-satunya orang tua. Dalam perspektif ilmu komunikasi, keterbukaan diri didefinisikan sebagai proses komunikasi dimana seseorang mengungkapkan informasi pribadi, perasaan, pikiran, dan pengalaman kepada orang lain secara sukarela dan disengaja (Derlega et al., 2023).

Penelitian tentang keterbukaan diri dalam komunikasi ibu-anak pada keluarga orang tua tunggal menjadi penting dalam konteks ilmu komunikasi karena beberapa alasan. Pertama, untuk mengembangkan pemahaman tentang pola komunikasi interpersonal dalam struktur keluarga non-tradisional yang semakin meningkat. Kedua, untuk mengidentifikasi faktor-faktor komunikasi yang memfasilitasi atau menghambat keterbukaan diri yang sehat dalam hubungan ibu-anak (Roberts & Kim, 2023). Ketiga, untuk memberikan kontribusi pada pengembangan teori komunikasi keluarga dalam konteks budaya Indonesia, khususnya dalam masyarakat Sunda di Kabupaten Bandung. Keempat, untuk menyediakan landasan empiris bagi pengembangan program komunikasi terapeutik dan konseling keluarga yang berbasis pada pemahaman mendalam tentang dinamika keterbukaan diri dalam keluarga orang tua tunggal (Nakamura & Tanaka, 2020).

Melalui pendekatan fenomenologi, penelitian ini akan menggali pengalaman subjektif remaja perempuan dalam membangun hubungan emosional dan komunikasi dengan ibu mereka, serta bagaimana interaksi ini memengaruhi perkembangan konsep diri. Selain itu, penelitian ini juga mempertimbangkan pengaruh lingkungan sosial-budaya di Kabupaten Bandung terhadap dinamika hubungan ibu-anak dan pembentukan identitas remaja perempuan dalam situasi tanpa figur ayah. Dengan demikian, fokus utama penelitian adalah untuk memahami interaksi simbolik dan dinamika emosional yang terjadi antara ibu dan anak dalam konteks fatherless, serta dampaknya terhadap pembentukan identitas dan konsep diri anak.

Secara emosional, anak perempuan cenderung memiliki kemampuan ekspresi dan regulasi yang lebih intens dibanding anak laki-laki, terutama dalam hal mengekspresikan perasaan dan pengalaman pribadi kepada orang tua (Liu, Chen, & Li, 2021). Karakteristik komunikasi ini menjadikan anak perempuan lebih peka terhadap perubahan pola interaksi keluarga, sehingga mereka membutuhkan stabilitas dan dukungan yang konsisten dari figur orang tua. Dalam keluarga yang mengalami

perubahan, terutama keluarga dengan orang tua tunggal, anak perempuan seringkali menghadapi tantangan psikologis dan sosial yang lebih besar dibanding anak laki laki.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk menggali pengalaman remaja perempuan dari keluarga broken home dalam keterbukaan diri mereka setelah perpisahan orang tua dan tinggal bersama ibu. Melalui wawancara mendalam, penelitian ini berupaya memahami bagaimana pengalaman hidup, interaksi sosial, serta hubungan dengan ibu memengaruhi keterbukaan diri mereka. Selain itu, analisis fenomenologi juga digunakan untuk mengidentifikasi pola-pola pengalaman yang muncul, sehingga esensi dari pengalaman remaja dapat dipahami secara lebih objektif dan terhindar dari bias peneliti. Metode penelitian kualitatif merupakan pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Penelitian kualitatif merupakan pendekatan yang memungkinkan peneliti untuk menyelami kedalaman pengalaman manusia, mengungkap makna-makna subjektif, dan memahami kompleksitas fenomena sosial yang tidak dapat diukur secara kuantitatif. Metode ini berfokus pada bagaimana individu memaknai pengalaman mereka dan bagaimana makna tersebut terbentuk melalui interaksi sosial.

LANDASAN KONSEPTUAL

Pada penelitian ini landasan konseptualnya adalah sebagai berikut :

a. Anak Broken Home

Anak broken home adalah istilah yang merujuk pada anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang mengalami perpecahan, baik karena perceraian, perpisahan konflik berkepanjangan atau ketidakharmonisan hubungan orang tua. Broken home merupakan struktur keluarga yang tidak utuh akibat perceraian, kematian, atau perpisahan. Hal ini memberikan beban psikologis bagi anak yang harus beradaptasi dengan perubahan lingkungan keluarga yang tidak stabil (Kartono, K. (2017). Dengan kata lain broken home adalah keluarga yang sudah tidak lengkap lagi, bisa karena orang tua bercerai, salah satu meninggal, atau berpisah. Kondisi ini membuat anak merasa tertekan secara mental karena harus menyesuaikan diri dengan situasi keluarga yang berubah dan tidak stabil. Bayangkan seperti rumah yang pilarnya roboh, anak harus belajar hidup dalam kondisi yang berbeda dari sebelumnya, yang seringkali menimbulkan rasa tidak aman dan kebingungan.

Kondisi broken home menciptakan lanskap perkembangan yang kompleks bagi anak, dimana ketiadaan struktur keluarga yang utuh memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka secara mendalam. Dampak yang dialami anak broken home adalah sebagai berikut:

1. Rasa tidak aman dan ketidakstabilan emosi Anak merasa kehilangan "home base" yang seharusnya menjadi tempat berlindung. Perubahan drastis dalam dinamika keluarga menciptakan perasaan tidak pasti tentang masa depan.

2. Kecemasan dan depresi Penelitian menunjukkan 70% anak dari orang tua bercerai mengalami gejala kecemasan (Lansford, 2009). Mereka sering khawatir tentang ditinggalkan atau perubahan hidup lebih lanjut.
3. Rendahnya kepercayaan diri. Stigma sosial membuat banyak anak merasa "berbeda" dari teman sebaya, mengikis harga diri mereka.
4. Kesulitan mengelola emosi Ketidakhadiran figur pengasuhan yang stabil menghambat perkembangan kecerdasan emosional. Anak cenderung meledakkan amarah atau menyembunyikan perasaan.
5. Trauma psikologis 32 Paparan konflik orang tua yang berkepanjangan dapat menyebabkan PTSD anak-anak. Mereka mungkin mengalami flashback atau mimpi buruk tentang pertengkaran.

b. Orang Tua Tunggal

Orang tua tunggal adalah individu yang menjalankan peran pengasuhan dan pendidikan anak tanpa keterlibatan aktif pasangan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka menanggung tanggung jawab ganda sebagai pencari nafkah sekaligus utama, menghadapi berbagai tantangan dalam memenuhi kebutuhan fisik, emosional, dan psikologis anak-anak mereka.

Orang tua tunggal harus mengelola berbagai peran yang biasanya dibagi antara dua orang, termasuk memberikan dukungan finansial, emosional, dan pendidikan bagi anak-anak mereka. Mereka sering menghadapi tantangan unik seperti keterbatasan waktu, tekanan finansial, dan kebutuhan untuk menyeimbangkan pekerjaan dengan tanggung jawab pengasuhan tanpa bantuan pasangan. "Orang tua tunggal didefinisikan sebagai orang tua yang secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan, dan tanggung jawab pasangannya" (Papalia, Olds, & Feldman, 2008).

c. Remaja

WHO mendefinisikan remaja sebagai individu yang berada pada rentang usia 10-19 tahun. Organisasi ini membagi masa remaja menjadi dua bagian yaitu, Remaja awal: 10-14 tahun dan Remaja akhir: 15-19 tahun. "Remaja adalah periode pertumbuhan dan perkembangan manusia yang terjadi setelah masa kanak-kanak dan sebelum masa dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun" (WHO, 2021).

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju kedewasaan, yang ditandai dengan perkembangan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Periode ini biasanya dimulai dengan pubertas dan berakhir ketika individu mencapai kematangan dan tanggung jawab orang dewasa. John W. Santrock mendefinisikan remaja sebagai "periode perkembangan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional" (Santrock, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, peneliti melibatkan dua informan utama yang merupakan remaja perempuan dari keluarga dengan orang tua tunggal (ibu). Pemilihan informan dilakukan secara purposif, yaitu berdasarkan kesesuaian karakteristik dan keterbukaan mereka terhadap topik yang dikaji. Kedua informan memiliki pengalaman langsung dalam menjalin hubungan komunikasi dengan ibu tunggal mereka, serta mampu merefleksikan keterbukaan diri secara mendalam. Selain itu, informan juga memiliki latar belakang sebagai individu yang aktif dalam lingkungan komunikasi publik di kampus, sehingga terbiasa menyampaikan pendapat secara terbuka. Masing-masing informan dipilih karena memiliki pengalaman personal yang relevan, kesiapan emosional untuk berbagi cerita, serta menunjukkan kesediaan untuk terlibat secara reflektif dalam proses wawancara.

Tabel 1. Profil Informan

No	Nama	Usia	Pendidikan	Latar Belakang Keluarga
1.	Siti Hadilah	22 tahun	Mahasiswa Ilmu Komunikasi - IWU	Ibu Tunggal (cerai sejak SMP), anak sulung dari 2 bersaudara
2.	Ilsa Fadilla Nur'Azmi	20 tahun	Mahasiswa Ilmu Komunikasi - IWU	Ibu Tunggal (ayah meninggal sejak usia 3 tahun), anak sulung dari 4 bersaudara

Sumber: Data Hasil Peneliti

Hubungan antara seorang putri dan ibunya dalam keluarga dengan orang tua tunggal tidak hanya terbangun melalui ikatan darah, tetapi juga melalui interaksi komunikasi yang berkembang seiring waktu. Dalam hal ini, kemampuan untuk terbuka menjadi aspek krusial dalam menilai kualitas ikatan tersebut. Keterbukaan itu sendiri tidak selalu diartikan sebagai berbagi semua hal tanpa batas, melainkan lebih pada proses yang selektif yang dilakukan seseorang tergantung pada rasa nyaman, pengalaman emosional, serta reaksi yang diterima dari orang tua. Pengalaman Ilsa dan Siti, dua subjek dalam studi ini, menggambarkan kerumitan dan keunikan praktik keterbukaan dalam hubungan ibu dan anak di keluarga dengan orang tua tunggal.

a. Aspek "I" (Aku): Spontanitas dan Ekspresi dalam Keterbukaan Diri

Aspek "I" pada remaja perempuan dalam keluarga ibu tunggal di Kabupaten Bandung mencerminkan keberanian mereka untuk berbicara secara natural dan spontan tanpa banyak pertimbangan sosial. Keterbukaan diri yang lahir dari aspek "I" biasanya muncul dalam bentuk cerita sederhana yang dibagikan anak kepada ibunya, seperti pengalaman belajar di sekolah, candaan bersama teman, atau perasaan kagum terhadap hal baru yang mereka temui. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mereka hidup hanya dengan satu orang tua, anak tetap memiliki kebutuhan untuk mengekspresikan diri secara jujur dan otentik. Dalam konteks ini, aspek "I" tidak hanya relevan

dengan kebutuhan psikologis remaja, tetapi juga penting bagi stabilitas emosional keluarga yang hanya memiliki satu figur pengasuhan.

b. Aspek “Me” (Daku): Pertimbangan Sosial dalam Keterbukaan Diri

Berbeda dengan aspek “I” yang lebih spontan, aspek “Me” mencerminkan bagian diri remaja yang dipengaruhi oleh norma, nilai, dan ekspektasi sosial. Dalam konteks Kabupaten Bandung, budaya Sunda yang menjunjung tinggi nilai “silih asah, silih asih, silih asuh” membuat anak semakin berhati-hati dalam berbagi cerita, karena norma sosial mendorong mereka untuk menghormati dan menjaga perasaan orang tua. Dengan demikian, aspek “Me” dalam keterbukaan diri remaja perempuan mencerminkan perpaduan antara kontrol sosial, empati, dan budaya lokal yang membentuk cara mereka berkomunikasi.

c. Dinamika Interaksi antara “I” dan “Me” dalam Relasi Ibu – Anak

Keterbukaan diri anak perempuan dalam keluarga ibu tunggal sesungguhnya merupakan hasil dari dialog konstan antara aspek “I” dan aspek “Me”. Pada momen-momen santai, seperti ketika ibu dan anak sedang makan malam bersama atau berbincang ringan di rumah, aspek “I” lebih dominan sehingga anak berani mengekspresikan dirinya secara bebas. Sebaliknya, ketika ibu sedang menghadapi kesulitan ekonomi atau terlihat kelelahan, aspek “Me” lebih berperan sehingga anak menahan cerita atau menyederhanakan masalahnya. Bagi remaja perempuan di Kabupaten Bandung, dinamika antara “I” dan “Me” juga berperan dalam pembentukan konsep diri mereka. Mereka belajar bahwa menjadi diri sendiri adalah penting, tetapi menjaga perasaan ibu juga merupakan bagian dari identitas sosial yang harus dijalani. Dengan demikian, keterbukaan diri mereka bukan hanya soal ekspresi pribadi, melainkan juga refleksi dari kesadaran sosial yang dibentuk oleh pengalaman hidup dalam keluarga ibu tunggal.

SIMPULAN

Kesimpulan di atas menunjukkan bahwa keterbukaan diri remaja perempuan pada orang tua tunggal (studi fenomenologi pada hubungan komunikasi ibu tunggal dan anak perempuan di kabupaten bandung) Penelitian ini menemukan bahwa keterbukaan diri remaja perempuan dalam keluarga ibu tunggal di Kabupaten Bandung terbentuk melalui interaksi yang dinamis antara aspek “I” (spontanitas dan ekspresi autentik) dan aspek “Me” (pertimbangan sosial). Remaja perempuan cenderung terbuka secara spontan ketika suasana emosional bersama ibu terasa aman dan mendukung, tetapi pada saat yang sama mereka menahan atau menyaring cerita tertentu karena adanya kesadaran untuk menjaga kondisi psikologis ibu. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri mereka berkembang dalam keseimbangan antara keaslian diri dan empati terhadap orang tua.

Selain itu, keterbukaan diri remaja perempuan berlangsung sesuai dengan prinsip-prinsip teori *self-disclosure*, yaitu bersifat sukarela, mencakup spektrum informasi dari hal ringan hingga isu pribadi, bersifat timbal balik, serta berkembang secara bertahap. Dukungan emosional dan respon

empatik dari ibu menjadi faktor yang sangat menentukan keberanian anak untuk berbagi. Hambatan keterbukaan muncul terutama karena kekhawatiran anak akan menambah beban ibu, serta karena kondisi eksternal seperti kelelahan dan tekanan ekonomi yang dihadapi ibu tunggal. Meskipun demikian, kebutuhan anak untuk terbuka tetap kuat, yang menegaskan pentingnya komunikasi emosional sebagai penopang kesehatan psikologis mereka. dapat disimpulkan bahwa keterbukaan diri remaja perempuan pada ibu tunggal di Kabupaten Bandung mencerminkan sebuah proses komunikasi yang adaptif, yang dipengaruhi oleh identitas pribadi, sensitivitas sosial, serta kualitas dukungan emosional dalam keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Derlega, V. J., & Chaikin, A. L. (1977). Privacy and self-disclosure in social relationships. *Journal of Social Issues*, <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1977.tb01885.x>
- Fitriyani, N., & Nurhadi, M. (2021). Konsep Diri Remaja dari Keluarga Single Parent: Studi Kualitatif. *Jurnal Psikologi Sosial*, 9(2), 67–76.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence* (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Amalia, R. (2021). Keterbukaan Diri Remaja pada Orang Tua dalam Keluarga Tidak Utuh. *Jurnal Psikologi Interpersonal*, 5(2), 115–126.
- Pratiwi, I. W., & Handayani, P. A. L. (2020). Konsep diri remaja yang berasal dari keluarga broken home. *Jurnal Pendidikan, Psikologi, dan Psikososial dalam Masyarakat (JP3SDM)*, 9(1), 45–55.
- Rahmawati, L., & Sari, D. (2020). Kualitas Relasi dan Self-Disclosure Anak terhadap Orang Tua. *Jurnal Komunikasi Personal*, 6(1), 33–44