

Gambaran Pengungkapan Diri Melalui WhatsApp Stories Pada Remaja Broken Home

Hesty Eka Pratiwi¹, Prianggi Amelasasih²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik

Email: Hestyeka_190701@umg.ac.id¹, Prianggi_amelasasih@umg.ac.id²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengungkapan diri melalui *WhatsApp stories* pada remaja *broken home* serta masuk dalam tipe apa dalam teori Johari Window. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis fenomenologi. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* dengan jumlah 2 subjek (1 orang perempuan dan 1 orang laki-laki) yang memiliki karakteristik sebagai berikut: remaja awal berusia 13-16 tahun, aktif menggunakan WhatsApp minimal 1 tahun terakhir dan mengalami perceraian orang tua. Teori yang digunakan adalah teori *self-disclosure* oleh Joseph Luft dan Hary Ingham (Johari Window). Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara semiterstruktur dan observasi partisipatif. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model Miles dan Hubberman. Kredibilitas data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji kredibilitas dengan jenis pengujian triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Hasil penelitian menyatakan bahwa perempuan lebih dapat mengungkapkan dirinya daripada laki-laki. Maka dari itu, pengungkapan diri perempuan cenderung lebih tinggi daripada pengungkapan diri yang dilakukan oleh laki-laki. Analisis dengan menggunakan teori Johari Window menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih terbuka ketika mengungkapkan diri, sedangkan remaja laki-laki lebih tertutup.

Kata Kunci: *Pengungkapan Diri, WhatsApp, Broken Home*

Abstract

This study aims to find out self-disclosure through *WhatsApp stories* in broken home teenagers and included in what type in johari window theory. This study used a descriptive qualitative approach with phenomenology types. The technique used in this study is *purposive sampling* technique which amounts to 2 subjects (1 woman and 1 male) who have the following characteristics: early adolescents aged 13-16 years, actively using WhatsApp at least the last 1 year and experiencing parental divorce. Data collection techniques are carried out by semistructured interviews and participatory observations. The data analysis techniques used in this study used miles and hubberman models. The credibility of the data used in this study is a credibility test with this type of source triangulation and technique triangulation. The results showed that female were more able to express themselves than male. Therefore, female self-disclosure tends to be higher than male self-disclosure. Analysis using the Johari Window theory shows that adolescent female are more open when revealing themselves, while male are more closed.

Keywords: *Self-disclosure, WhatsApp, Broken Home*

PENDAHULUAN

Hadirnya internet dalam kehidupan manusia ikut mendorong pertumbuhan masyarakat dalam berbagai aspek kehidupan. Dengan adanya internet segala kebutuhan manusia dapat terpenuhi seperti kebutuhan untuk mengakses informasi, kebutuhan bersosialisasi, maupun kebutuhan untuk mencari hiburan. Menurut (Soliha, 2015) menyatakan bahwa kehadiran internet lebih dimanfaatkan sebagai media sosial oleh masyarakat, penggunaan internet tidak hanya semakin bertambah banyak dalam segi jumlah, namun juga semakin luas cakupannya dan mencakup semua usia. Pengguna media sosial di Indonesia meningkat setiap tahunnya. Dari data yang didapatkan dari laporan berjudul "*Essential Insights Into Internet, Social Media, Mobile, and E-Commerce Use Around The World*" yang diterbitkan Januari 2021, dari total populasi Indonesia sebanyak 274,9 juta jiwa, pengguna aktif media sosialnya mencapai 170 juta dengan penetrasi 61,8%. Sementara itu, pengguna aktif bulanan media sosial *WhatsApp* di Indonesia mencapai presentase 87,7%. Oleh karena itu, per januari 2021 *WhatsApp* menempati posisi kedua dalam kategori media sosial dengan pengguna terbanyak di Indonesia (Stephanie, 2021). *WhatsApp* adalah media sosial yang digunakan untuk bertukar informasi maupun komunikasi. Selain digunakan sebagai sarana untuk bertukar pesan maupun panggilan,

WhatsApp memiliki fitur *stories* yang digunakan untuk memposting foto, video, maupun status yang berupa teks. Dengan komunikasi ini, individu dapat bertukar pikiran, mengungkapkan pendapat dan mengungkapkan pemikirannya dengan orang lain, dimana hal ini berkaitan dengan pengungkapan diri. Pengungkapan diri adalah komunikasi yang dilakukan manusia dengan mengungkapkan informasi mengenai diri individu tersebut kepada individu lain yang biasanya ia sembunyikan dan tidak pernah diceritakan kepada individu lain (Devito, 2011:64).

Menurut Rideout (dalam Anwar, 2017) Remaja maupun dewasa muda adalah pengguna media sosial terbanyak yang sering mengungkapkan dirinya dalam bentuk kesedihan, kekecewaan maupun kesulitan hidupnya dan hal tersebut mereka ungkapkan melalui media sosial. Menurut (Santrock, 2003:26) remaja adalah masa perkembangan transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang penuh dengan ketidakmenentuan sikap karena pengaruh dari perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Pengertian ini diperkuat oleh (Santrock, 2003:49) yang mengutarakan bahwa masa remaja adalah masa pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perasaan yang fluktuatif. Perceraian sangat berdampak pada anak, terutama pada masa remaja. Seperti yang diungkapkan oleh Murniasih (dalam Salsabila & Abdullah, 2021) perceraian ini akan sangat berdampak pada perkembangan remaja, remaja akan sangat sedih dan melampiaskan kesedihannya dengan bersikap agresif dalam berinteraksi dengan orang lain. Remaja yang mengalami perceraian orang tua tidak jarang lebih memilih untuk menyimpan kesedihannya sendiri, ditambah lagi pada periode ini remaja merasa mampu menyelesaikan masalah dengan sendirinya dan menolak bantuan dari orang dewasa (Hurlock, 2011). Remaja yang mengalami *broken home* memiliki kesulitan untuk terbuka kepada orang dan juga kesulitan dalam mengatasi permasalahan, mengekspresikan emosi dan cenderung memandang diri lebih negatif atau buruk sehingga tidak heran jika remaja yang mengalami *broken home* akan lebih rentan mengalami frustrasi (Irani & Laksana, 2018).

Remaja yang orang tuanya bercerai mengalami masalah emosi seperti mudah marah, melawan orang tua bahkan mengalami masalah psikologis seperti perasaan terluka, merasa terabaikan dan memiliki perasaan tidak dicintai terus-menerus (Suwinita & Marheni, 2015). Sehingga ketika remaja memiliki keterbukaan yang rendah dan sedang berada dalam sebuah masalah maka mereka tidak tahu apa yang harus dilakukan dikarenakan mereka tidak mempunyai orang yang mampu dipercayai untuk berbagi serta berdiskusi untuk mencari jawaban atau jalan dari permasalahan yang tengah mereka hadapi (D. P. C. Sari, 2017). Sementara ketika remaja mampu mengungkapkan mengenai dirinya kepada orang lain remaja akan mendapatkan banyak dukungan, sehingga ia dapat mengurangi masalah yang tengah dihadapinya. Remaja juga mampu mengenali dirinya sehingga ia memperoleh gambaran baru tentang dirinya serta lebih mengerti tentang dirinya sendiri maka ia akan mampu mengetahui langkah apa yang harus dilakukan ketika menghadapi permasalahan.

Remaja yang mengalami *broken home* memiliki kesulitan untuk terbuka kepada orang dan juga kesulitan dalam mengatasi permasalahan, mengekspresikan emosi dan cenderung memandang diri lebih negatif atau buruk (Irani & Laksana, 2018). Media sosial membantu individu mengungkapkan hal-hal yang tidak berani ia ungkapkan secara langsung sebelumnya. Individu lebih jujur dan berani mengungkapkan dirinya melalui media sosial. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana gambaran pengungkapan diri melalui *WhatsApp stories* pada remaja *broken home* serta masuk dalam tipe apa dalam teori Johari Window. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pengungkapan diri yang dilakukan oleh remaja *broken home* melalui *WhatsApp stories* serta dapat menambah wawasan dan informasi untuk mengembangkan penelitian berikutnya.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis fenomenologi. Fenomenologi diartikan sebagai penelitian yang menjelaskan mengenai pengalaman atau fenomena yang dialami oleh individu (Creswell, 2013). Kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu remaja awal yang berusia 13-16 tahun, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, aktif menggunakan *WhatsApp* minimal 1 tahun dan mengalami perceraian orang tua. Adapun subjek dalam penelitian ini terdiri dari 2 orang yaitu 1 perempuan dan 1 laki-laki dan dipilih secara *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pemilihan subjek berdasarkan ciri atau sifat yang sesuai dengan kriteria penelitian yang sudah diketahui sebelumnya (Hadi, 2017:196).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dengan metode

wawancara semiterstruktur (*semistructure interview*) dan observasi dengan metode observasi partisipatif. Analisis data yang digunakan peneliti adalah menggunakan model Miles dan Huberman sebagai berikut: 1) Reduksi Data (*Data Reduction*) 2) Penyajian Data (*Data Display*) 3) Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (*Conclusion Drawing/Verification*). Pengujian kredibilitas data menggunakan uji triangulasi yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Pengungkapan Diri Melalui WhatsApp Stories Pada Remaja Broken Home

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan kepada kedua subjek yang berinisial AD (14 tahun) berjenis kelamin perempuan dan subjek NAP (16 tahun) berjenis kelamin laki-laki didapatkan gambaran pengungkapan diri remaja *broken home* berdasarkan dimensi pengungkapan diri oleh Devito (1997) sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Pengungkapan Diri Remaja Broken Home

No.	Dimensi Pengungkapan Diri	Kutipan Wawancara	Kesimpulan
1.	Ukuran atau jumlah pengungkapan diri	<p>"ya sering mbak hampir tiap hari bikin status" "sehari palingan 3-5 kali tapi kadang lebih sih" "kalau buka WA ya tiap hari mbak, tiap waktu" "ya buat chattingan sama temen, sodara, gitu-gitu. Kalau gak gitu ya buat liat statusnya temen-temen" (AD.27.03.2022.W1)</p> <p>"jarang update status mbak, paling banyak ya 2-3 kali ae dalam seminggu" "yaa cuma buat kirim pesan ke temen-temen, terus buat dapet info di grup sekolah" (NAP.02.04.2022.W1)</p>	<p>Subjek AD tergolong sering mengungkapkan dirinya melalui <i>WhatsApp stories</i>. Dalam sehari subjek dapat mengupdate <i>stories</i> 3-5 kali dan hampir setiap waktu ia membuka <i>WhatsApp</i> untuk berkomunikasi dengan teman, keluarga, dll. atau hanya sekedar melihat <i>stories WhatsApp</i> teman-temannya. Sedangkan subjek NAP tergolong jarang mengungkapkan dirinya melalui <i>WhatsApp stories</i>. Subjek NAP update status 2-3 kali dalam seminggu. Ia membuka <i>WhatsApp</i> untuk berkomunikasi dengan teman-temannya atau hanya sekedar melihat <i>stories WhatsApp</i> temannya.</p>
2.	Valensi pengungkapan diri	<p>"kayaknya gak pernah mbak nunjukin kelebihan gitu" "palingan apa yaa... aku kan suka sholawatan ya terus biasanya tak rekam terus tak buat status, gak tau sih itu nunjukin kelebihan apa enggak" "aku bikin status gitu ya soalnya aku suka aja mbak iseng, gak berharap dapet pujian juga" "kalau nunjukin hal negatif insya allah gak pernah" "kalau ada masalah biasanya aku update status kata-kata dari Tik-Tok gitu, terus biasanya temen dekat aku nanya terus baru aku cerita" (AD.01.04.2022.W2)</p> <p>"aku isinan mbak, jarang bikin status-status galau apalagi cerita tentang permasalahan keluargaku" "ya kadang update status keseharian aja kayak pas lagi main tapi jarang" "waduh kalau lebihhanku gak tau mbak" "hal menyenangkan yang pernah tak buat palingan pas menang main game"</p>	<p>Subjek AD tidak pernah menunjukkan kelebihannya secara langsung melalui <i>stories WhatsApp</i>-nya. Ia sangat menyukai sholawatan sehingga ia sering merekam suaranya saat sedang melantunkan sholawat kemudian ia update melalui <i>stories WhatsApp</i>-nya. Hal itu ia lakukan karena ia menyukai sholawat dan tidak berharap untuk mendapatkan pujian dari orang lain. Subjek AD mengatakan bahwa ia tidak pernah menunjukkan hal negatif melalui <i>update-an stories</i>-nya. Ketika ia mengalami masalah dengan keluarganya ia biasanya mengupdate <i>stories</i> video kata-kata sesuai dengan perasaannya kala itu yang ia dapatkan melalui Tik-Tok. Lalu, biasanya sahabat subjek akan menanyakan keadaan subjek kemudian subjek akan menceritakan masalahnya. Subjek</p>

No.	Dimensi Pengungkapan Diri	Kutipan Wawancara	Kesimpulan
		(NAP.02.04.2022.W1)	NAP mengaku sebagai anak yang pemalu sehingga jarang mengungkapkan dirinya melalui <i>WhatsApp stories</i> . Ia juga tertutup kepada keluarga maupun teman-temannya. Subjek juga mengaku tidak mengetahui apa kelebihan yang ada dalam dirinya. Hal menyenangkan yang ia <i>update</i> melalui <i>WhatsApp stories</i> nya adalah ketika ia menang bermain game.
3.	Ketepatan dan kejujuran	<p><i>"aku kalau update status ya sesuai kenyataan mbk gak pernah ngarang-ngarang" "kalau lagi sedih ya tak buat status, sesuai sama perasaanku saat itu" "aku gak masalah sih kalau masalah keluarga atau sama temen-temen aku buat status soalnya kalau habis bikin status tuh kayak ngerasa lega aja" (AD.27.03.2022.W1)</i></p> <p><i>"kalau buat status aku gak pernah bohong mbak, buat apa" "aku kalau ada masalah lebih milih diam daripada tak ceritakan" (NAP.02.04.2022.W1)</i></p>	Subjek AD selalu mengupdate <i>stories</i> sesuai dengan kenyataan pada dirinya. Ia tidak pernah mengarang mengenai statusnya. Ketika ia sedih ia akan mengungkapkan perasaannya sesuai dengan isi hatinya. Ia tidak pernah mempermasalahkan apabila menceritakan permasalahan keluarga atau teman-temannya karena dengan itu ia merasa lega. Subjek NAP tidak pernah berbohong ataupun melebih-lebihkan dirinya saat mengupdate <i>stories</i> . Ia mengungkapkan keadaannya sesuai dengan apa yang dirasakannya. Ketika menghadapi masalah ia lebih suka untuk memendam perasaannya sendiri ketimbang mengungkapkannya ke publik.
4.	Tujuan dan maksud	<p><i>"tujuannya apa ya... kayak aku tuh senang aja gitu kalo ada yang peduli, terus nanyain keadaanku. Soalnya biasanya kalau aku update status, itu temen-temen pasti nanyain" "kalau habis bikin status tuh lega aja gitu" (AD.01.04.2022.W2)</i></p> <p><i>"aku update status ya buat iseng-iseng aja mbak" (NAP.02.04.2022.W1)</i></p>	Subjek AD mengupdate <i>stories WhatsApp</i> dengan tujuan mendapatkan simpati dari orang lain. Ia mengaku senang ketika ada orang lain yang peduli dan menanyakan keadaannya. <i>WhatsApp stories</i> adalah sebagai media untuknya mencurahkan segala perasaannya. Ia mengaku lega ketika dapat mengungkapkan perasaannya melalui <i>WhatsApp stories</i> . Sedangkan subjek NAP mengupdate <i>stories</i> hanya sekedar iseng.
5.	Keintiman	<p><i>"kalau update status biasanya ya buat semua orang mbk, gak ada yang tak privasi" "tapi kadang tak privasi ke ibuk mbak kalau aku update ada masalah, soalnya males aja kalo ditanya-tanyain ibuk" (AD.27.03.2022.W1)</i></p> <p><i>"biasanya tak privasikan ke ibuk atau ayah mbak, soalnya malu aja sama biar gak di tanya-tanya"</i></p>	Subjek AD membagikan <i>stories WhatsApp</i> nya ke semua kontakannya. Tidak ada yang ia privasikan saat ia akan mengupdate status. Akan tetapi pernah sesekali ia memprivasikan ke Ibunya saat ia mengupdate <i>stories</i> mengenai permasalahannya karena tidak ingin ditanyai oleh Ibunya. Subjek NAP mengaku memprivasikan

No.	Dimensi Pengungkapan Diri	Kutipan Wawancara	Kesimpulan
		(NAP.09.04.2022.W2)	storiesnya kepada beberapa keluarganya seperti ayah dan ibunya. Ia mengaku malu dan tidak ingin di tanya-tanya oleh ayah atau ibunya.

Masa setelah adanya perceraian yang dilakukan oleh orang tua merupakan periode yang sulit bagi anak (Wulandri & Fauziah, 2019). Kondisi keluarga yang kurang harmonis, tidak adanya kestabilan, serta berantakan dapat menimbulkan adanya kepribadian yang tidak sehat pada remaja. Kepribadian yang dimaksud meliputi aspek emosi, sosiabilitas remaja dan tanggung jawab. Perkembangan pada remaja yang mengalami *broken home* akan berbeda pada remaja pada umumnya karena remaja *broken home* memiliki hambatan tersendiri yang tidak dialami oleh remaja yang hidup dengan keluarga yang utuh. (Dagun, dalam Gunawan et.al, 2021) salah satu aspek yang membedakan dalam perkembangan tersebut adalah psikologi komunikasinya. Psikologi komunikasi sangat penting dalam perkembangan remaja, salah satunya sebagai pembentukan keterbukaan diri remaja (Gunawan et al., 2021). Untuk itu, remaja perlu melakukan pengungkapan diri agar dapat menyalurkan perasaannya. Individu yang memiliki keterbukaan diri tinggi mampu mengungkapkan dirinya secara tepat, dapat menyesuaikan diri, memiliki kepercayaan diri yang tinggi, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, dapat mempercayai orang lain serta objektif. Begitupun sebaliknya, individu yang memiliki pengungkapan diri yang rendah cenderung tidak dapat dan kesulitan dalam mengungkapkan dirinya, tidak dapat menyesuaikan diri, memiliki kepercayaan diri yang rendah, kurang kompeten, tidak dapat diandalkan, tidak dapat mempercayai orang lain serta subjektif (Gainau, 2009).

Menurut (Santrock, 2012:455) menjelaskan bahwa remaja lebih nyaman untuk mengungkapkan diri atau membuka diri melalui media *online* dibandingkan secara langsung. Untuk itu, subjek AD dan NAP mengaku merasa lega ketika dapat mengungkapkan dirinya melalui *WhatsApp stories*. Akan tetapi, terdapat perbedaan pengungkapan diri antara subjek AD dan NAP. Subjek AD lebih terbuka dalam pengungkapan diri yang dilakukannya melalui *WhatsApp stories* ketimbang subjek NAP. Subjek AD lebih terbuka dan lebih leluasa dalam mencurahkan perasaannya sehingga ia setiap hari mengupdate kegiatan ataupun perasaannya melalui *WhatsApp stories*. Bahkan hal-hal pribadi seperti permasalahan keluarganya mampu ia ungkapkan melalui *update-an storiesnya*. Hal ini juga diungkapkan oleh kakak subjek AD yang mengatakan bahwa AD merupakan anak yang terbuka dengan semua orang, mudah akrab dan sangat aktif. Ia suka mengupdate status apapun itu sehingga tidak heran jika ia mempunyai banyak teman. Akan tetapi, untuk hal yang sangat pribadi, biasanya ia hanya mengungkapkannya kepada orang yang sangat dekat dengan dia, yaitu kakaknya sendiri. Hampir setiap ada masalah ia akan curhat kepada kakaknya karena subjek AD sangat dekat dengan kakaknya.

Berbeda dengan subjek NAP yang jarang mengupdate *stories* untuk mengungkapkan perasaannya. Subjek NAP mengaku lebih suka memendam perasaannya sendiri ketimbang mengungkapkannya ke publik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (R. P. Sari et al., 2006) yang menjelaskan bahwa pengungkapan diri yang dilakukan oleh wanita lebih tinggi daripada pengungkapan diri yang dilakukan oleh pria. Hal ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Jourard, 1971) yang mengatakan bahwa pengungkapan diri yang dilakukan oleh wanita berbeda dengan pengungkapan diri yang dilakukan oleh pria, dan rata-rata pengungkapan diri wanita lebih tinggi daripada pengungkapan diri pada pria.

Subjek NAP mengatakan bahwa ia merasa malu jika harus mengungkapkan curhatan pribadinya kepada orang lain maupun secara blak-blakan mengungkapkannya melalui *WhatsApp stories*. Hal-hal pribadi seperti permasalahan keluarga tidak pernah ia ungkapkan secara blak-blakan dalam *stories WhatsAppnya*. Hal ini sesuai dengan pernyataan kakak NAP yang mengungkapkan bahwa subjek NAP adalah anak yang tertutup dengan keluarga, jika tidak ditanya ia akan diam saja. Jadi, ketika kakaknya merasa bahwa subjek ada masalah ia akan menanyai subjek sampai ia mau bicara. Kesulitan yang dialami pria dalam mengungkapkan diri disebabkan karena pria beranggapan bahwa ketika seorang pria mengungkapkan dirinya berarti individu tersebut lemah, sehingga hal inilah yang membuat pengungkapan

diri pria cenderung lebih rendah daripada wanita (R. P. Sari et al., 2006). Perbedaan pengungkapan diri yang dilakukan antara wanita dan pria menurut (Jourard, 1971) terjadi karena adanya perbedaan harapan pada pria dan wanita. Harapan bagi seorang pria untuk terlihat lebih kuat, objektif, pekerja keras, dan tidak bersikap emosional dapat menghambat pengungkapan diri pada pria, sedangkan harapan bagi seorang wanita untuk dapat menolong dan membahagiakan orang lain dapat meningkatkan pengungkapan diri yang dilakukan wanita. Nilai-nilai yang ditanamkan di masyarakat seringkali menjadi hambatan bagi pria dalam mengungkapkan dirinya. Hambatan lainnya dalam mengungkapkan diri juga disebabkan karena adanya rasa malu untuk jujur dan berterus terang mengenai perasaan, keinginan maupun hal-hal buruk yang tidak baik bila diketahui oleh orang lain. Kesulitan dalam mengungkapkan diri terjadi karena apabila individu menyampaikan informasi yang bersifat negatif dapat mengganggu hubungan dengan individu lain meskipun hal tersebut perlu disampaikan (R. P. Sari et al., 2006).

Berdasarkan penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa perempuan lebih dapat mengungkapkan dirinya daripada laki-laki. Maka dari itu, pengungkapan diri perempuan cenderung lebih tinggi daripada pengungkapan diri yang dilakukan oleh laki-laki.

B. Pengungkapan Diri Melalui WhatsApp Stories Pada Remaja Broken Home Menurut Teori Johari Window

Teori pengungkapan diri (*self-disclosure*) sering disebut sebagai teori “Johari Window”. Konsep teori ini memiliki empat perspektif yang masing-masing memiliki istilah berbeda dimana setiap arti mengandung pengertian yang dapat mempengaruhi pandangan individu. Hal tersebut mengenai perasaan, kesadaran dan tingkah laku yang dimiliki individu tersebut dapat dipahami oleh diri sendiri, orang lain, ataupun keduanya dapat memahaminya (Prihantoro et al., 2020). Teori Johari Window terdiri dari 4 bingkai yang masing-masing bingkai tersebut berfungsi untuk menjelaskan pengungkapan diri yang dilakukan individu dengan memahami dirinya sendiri yang berkaitan dengan orang lain. 4 bingkai tersebut yaitu Daerah terbuka (*Open self*), daerah buta (*Blind self*), Daerah gelap (*Unknown self*), dan daerah tertutup (*Hidden self*). 4 bingkai tersebut dapat dilihat dalam gambar berikut:

Gambar 1
Jendela Johari (Johari Window)

	Mengenal diri	Tidak mengenal diri
Diketahui orang lain	Daerah terbuka	Daerah buta
Tak diketahui orang lain	Daerah tertutup	Daerah gelap

Setelah dianalisis sesuai dengan hasil wawancara dan observasi maka subjek AD masuk kedalam kategori “*Open Minded Person*”. Individu yang berada dalam kategori ini adalah individu yang terbuka sehingga jendela pada daerah terbuka diperbesar. Daerah terbuka (*open self*) berisikan semua informasi, perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan sebagainya yang diketahui oleh diri individu tersebut dan orang lain. Subjek AD membuka jendela pada daerah terbuka (*open self*) sehingga area ini lebih luas daripada jendela lainnya. Hal ini terjadi karena subjek AD sering membagikan perasaan dan kehidupan pribadinya melalui *update-an storiesnya*. Segala hal termasuk status keluarga, kondisi dan permasalahan keluarganya mampu ia ungkapkan melalui *update-an storiesnya*.

Sedangkan subjek NAP masuk kedalam kategori “*Type Interviewer*” yaitu pribadi yang tahu banyak orang lain tetapi dia menutup dirinya (*type interviewer*) (Prihantoro et al., 2020). Pribadi dengan tipe *type interviewer* memperluas jendela pada area tertutup (*Hidden self*). Daerah tertutup (*Hidden self*) merupakan area dimana mengandung semua hal yang kita ketahui tentang diri sendiri dan tentang orang lain, tetapi hanya menyimpannya untuk diri kita sendiri. Ini adalah area dimana kita merahasiakan segala sesuatu tentang diri dan tentang orang lain. Area ini juga bisa termasuk area yang tidak dikenal yang merupakan wilayah yang paling kritis dalam komunikasi (Prihantoro et al., 2020). Oleh sebab itu, NAP

jarang mengupdate *stories WhatsApp* dan mencurahkan perasaannya melalui *stories* tersebut. Ia juga tidak terbuka dengan teman-temannya. Ia mengaku merasa malu jika harus mengungkapkan segala perasaannya kepada publik apalagi permasalahan keluarganya karena ia merasa tidak akan ada yang peduli dengannya jika ia mengungkapkan perasaannya. Hal inilah yang membuat ia tertutup dengan kehidupan pribadinya. Ia hanya mengupdate kegiatan saat ia bermain game seperti *mobile legend*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa pengungkapan diri cenderung dilakukan oleh perempuan. Perempuan lebih dapat mengungkapkan dirinya daripada laki-laki. Maka dari itu, subjek AD memiliki pengungkapan diri yang lebih tinggi daripada subjek NAP. Subjek AD lebih terbuka dan lebih leluasa dalam mencurahkan perasaannya sehingga ia setiap hari mengupdate kegiatan ataupun perasaannya melalui *WhatsApp stories*. Berbeda dengan subjek NAP yang jarang mengupdate *stories* untuk mengungkapkan perasaannya. Subjek NAP mengaku lebih suka memendam perasaannya sendiri ketimbang mengungkapkannya ke publik. Setelah dianalisis kedalam teori Johari Window, di dapatkan hasil bahwa subjek AD masuk kedalam kategori "*Open Minded Person*". Individu yang berada dalam kategori ini adalah individu yang terbuka mengenai semua informasi, perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan sebagainya yang ada dalam dirinya. Sedangkan subjek NAP masuk kedalam kategori "*Type Interviewer*" yaitu pribadi yang tahu banyak orang lain tetapi dia menutup dirinya (*type interviewer*). Individu yang berada dalam kategori ini adalah individu yang tertutup dan merahasiakan segala sesuatu tentang dirinya maupun orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, F. (2017). Perubahan dan Permasalahan Media Sosial. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(1), 137–144.
- Creswell, J. W. (2013). *Research Design (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed) Edisi Revisi*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Devito, J. A. (2011). *Komunikasi Antar Manusia*. Tangerang Selatan:KARISMA Publishing Group.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1), 12–36.
- Gunawan, G., Komalasari, G., & Herdi, H. (2021). Implementasi konseling individual dengan pendekatan person centered dalam menangani masalah konsep diri anak dari orang tua yang bercerai. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(4), 343–350. <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/170400>
- Hadi, S. (2017). *Statistik*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima)*. Jakarta:Erlangga.
- Irani, L. C., & Laksana, E. P. (2018). Konsep Diri dan Keterbukaan Diri Remaja Broken Home yang Diasuh Nenek. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 3(5), 685. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v3i5.11100>
- Jourard, S. M. (1971). *The Transparent Self*. New York:Van Nostrand Reinhold.
- Prihantoro, E., Damintana, K. P. I., & Ohorella, N. R. (2020). Self Disclosure Generasi Milenial melalui Second Account Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(3), 312–323. <https://doi.org/10.31315/jik.v18i3.3919>
- Salsabila, D. H., & Abdullah, E. S. P. S. (2021). Gambaran Self-disclosure Remaja Yang Mengalami Broken Home. *Jurnal Psimawa*, 4(2), 110–115.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence (Perkembangan Remaja Edisi Keenam)*. Jakarta:Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Edisi 13 Jilid 1)*. Jakarta:Erlangga.
- Sari, D. P. C. (2017). Keterbukaan Diri Pada Remaja Korban Cyberbullying. *Psikoborneo*, 5(1), 69–73.
- Sari, R. P., Rejeki, T., & Achmad, A. (2006). Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau Dari Jenis Kelamin dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 11–25.
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial. *INTERAKSI: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.14710/interaksi.4.1.1-10>
- Stephanie, C. (2021). *Berapa Lama Orang Indonesia Akses Internet dan Medsos Setiap Hari?* <https://tekno.kompas.com>. <https://tekno.kompas.com/read/2021/02/23/11320087/berapa-lama-orang-indonesia-akses-internet-dan-medsos-setiap-hari?page=all>
- Suwinita, I. G. A. M., & Marheni, A. (2015). Perbedaan Kemandirian Remaja SMA Antara Yang Single Father Dengan Single Mother Akibat Perceraian. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 59–67.

<https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i01.p06>

Wulandri, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis). *Empati*, 8(1), 1–9.