

Analisis Faktor Hambatan Keterbukaan Diri Remaja Pada Orang Tua

Anisha Putri Setiawan¹, Annisa Assakdiah², Dewi Nur Fathonah³, Minarsi⁴
^{1,2,3,4} Bimbingan dan Konseling, Universitas Sriwijaya
e-mail: anishaputri.ap07@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada hambatan keterbukaan diri remaja terhadap orang tua, khususnya dalam konteks keluarga yang tidak harmonis. Remaja sering menghadapi tantangan dalam mengekspresikan dirinya kepada orang tua, terutama ketika keluarga mengalami perceraian atau konflik internal. Perceraian menjadi faktor utama yang menyebabkan remaja sulit untuk terbuka karena mereka cenderung merasa terasing dan kurang mendapatkan dukungan emosional yang memadai. Komunikasi yang kurang efektif juga memperburuk situasi ini, terutama ketika remaja tinggal terpisah dari orang tuanya. Melalui pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, penelitian ini melibatkan tiga remaja yang tinggal di salah satu panti sosial di Ogan Ilir, Sumatera Selatan. Wawancara mendalam dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perceraian orang tua, kurangnya komunikasi, serta ketidaknyamanan dalam hubungan keluarga menjadi hambatan utama keterbukaan remaja. Penelitian ini menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung untuk meningkatkan keterbukaan diri remaja, yang akhirnya berkontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional dan hubungan keluarga.

Kata kunci: *Hambatan, Keterbukaan Diri, Remaja, Perceraian, Orang Tua,*

Abstract

This research focused on the barriers to adolescents' self-disclosure to their parents, particularly in the context of non-harmonious families. Adolescents often faced challenges in expressing themselves to their parents, especially when their families experienced divorce or internal conflicts. Divorce became a major factor that made it difficult for adolescents to open up, as they tended to feel alienated and lacked adequate emotional support. Ineffective communication further worsened this situation, especially when adolescents lived apart from their parents. Using a qualitative approach with a case study method, this research involved three adolescents living in a social care center in Ogan Ilir, South Sumatra. In-depth interviews were conducted to identify the factors influencing their self-disclosure. The research results show that parental divorce, lack of communication, and discomfort in family relationships are the main barriers to adolescents' self-disclosure. This study emphasizes the importance of creating a safe and supportive environment to enhance adolescents' self-disclosure, which ultimately contributes positively to their emotional well-being and family relationships.

Keywords : *Barriers, Self Disclosure, Adolescents, Divorce, Parents*

PENDAHULUAN

Remaja sering dikaitkan dengan gagasan dan stereotip tentang ketidakwajaran dan penyimpangan. Hal ini dapat dilihat dari banyak teori perkembangan yang membahas ketidakselarasan, gangguan emosi, dan gangguan perilaku yang disebabkan oleh tekanan yang dialami remaja karena perubahan pada diri mereka sendiri dan lingkungan mereka. Remaja menghadapi tugas yang berbeda karena mereka berubah. Semua orang menyadari fakta bahwa tanggung jawab perkembangan perlu dipenuhi di setiap fase perkembangan, termasuk saat remaja. Ketika menyelesaikan tugas-tugas ini akan menyebabkan seseorang merasa bahagia, senang, dan diterima oleh orang lain. Hurlock (1973) menyatakan bahwa membatasi remaja berdasarkan usia, yaitu 13-18 tahun. Tidak semua remaja memiliki kapasitas untuk melakukan

tugas-tugas tersebut dengan baik. Selanjutnya menurut Hurlock (1973) terdapat beberapa masalah yang biasa dihadapi remaja saat melakukan tugas-tugas tersebut, termasuk masalah pribadi seperti situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas, dan nilai-nilai. Selain itu, masalah yang umum bagi remaja adalah masalah yang disebabkan oleh status mereka yang tidak jelas, seperti ketidakmampuan untuk dapat mencapai kemandirian, kesalahpahaman, atau penilaian yang didasarkan pada stereotip.

Respon sosial yang remaja hadapi merupakan titik di mana mereka menunjukkan sikap dan membuat keputusan. Ini adalah situasi yang cukup berbahaya karena fungsi emosi remaja yang tidak stabil. Oleh sebab itu peran keluarga sangat penting, terutama peran orang tua dalam pola asuh anak. Pola asuh, menurut Kohn (dalam Monk, Knoers, dan Haditono, 1994) adalah cara orang tua berinteraksi dengan anak-anaknya. BKKBN mengatakan bahwa orang tua harus membantu anak-anaknya dengan memberikan arahan dan bimbingan, menumbuhkan rasa percaya diri, mengawasi sikap dan perilaku remaja, mendampingi mereka ketika mereka menghadapi masalah dalam pengambilan keputusan, dan membuat lingkungan dan komunikasi yang menyenangkan. Peran komunikator orang tua termasuk menyampaikan pesan, memberikan aturan, hadiah, dan hukuman, dan memberikan perhatian dan respons terhadap komunikasi anaknya. Dalam praktiknya, setiap anak menerima cara yang berbeda-beda untuk berkomunikasi dengan orangtuanya. Ini bergantung pada gaya pengasuhan orangtua, gaya pengasuhan otoriter ditandai dengan pengawasan yang ketat dan hanya berfokus pada pendapat orangtua, sehingga ada batasan komunikasi yang ketat bagi orangtua untuk berkomunikasi dengan anak-anaknya.

Fagan (dalam Badingah, 1993) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa orang tua yang menggunakan komunikasi dengan cara asuh yang otoriter cenderung menyebabkan remaja bermasalah, yang berdampak pada kualitas karakter anak dan perilakunya yang tidak terbuka. Namun, pola asuh ini juga dapat membantu anak menjadi lebih mandiri. Pada dasarnya, baik komunikasi orang tua kepada anaknya maupun komunikasi anak kepada orang tua, dengan gaya asuh otoriter ini dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu mengubah sikap, pendapat, dan perilaku (Effendy, 2003), mengingat bahwa komunikasi orangtua dengan anaknya adalah aktivitas tatap muka yang intens di dalam suatu keluarga. Dengan demikian, keterbukaan anak berkorelasi dengan cara orangtua berkomunikasi dengan gaya asuh otoriter ini. Selama masa remaja, banyak perubahan besar terjadi pada diri seorang anak, termasuk perubahan fisik, kognitif, psikologis, emosi, dan sosial. Perubahan-perubahan ini membuat remaja mulai mengembangkan rasa ingin tahu dan mulai menyesuaikan perilaku serta tindakan mereka untuk dapat menunjukkan diri mereka di lingkungan sosial dengan berinteraksi aktif bersama keluarga dan orang-orang di sekitarnya. Tentu saja semua itu tidak selalu bisa berjalan dengan lancar. Banyak masalah yang dihadapi oleh remaja ini mulai dari masalah pribadi, keluarga, dan sosial. Karena malu dan tidak percaya pada orang lain, mereka seringkali memilih untuk menutupi dan memendam masalah ini sendiri. Penyesuaian diri yang baik sangat penting bagi remaja, hal ini akan meningkatkan kepercayaan diri mereka, keterbukaan, dan hubungan yang lebih baik dengan orang-orang di sekitar mereka.

Kemampuan keterbukaan diri adalah komponen penting dari keterampilan sosial, menurut Buhrmester dalam Shurur (2016:282). Menurut Devito dalam Sears (2009), keterbukaan diri dapat mencakup berbagai hal, seperti informasi, perilaku, sifat, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide yang sesuai dengan orang yang terlibat. (dalam jurnal Shurur, 2016:282). Faktanya, beberapa remaja tidak selalu berbicara dengan orang tua mereka. Artinya, mereka terus menutupi dan membatasi hal-hal yang mungkin tidak ingin orang tua mereka ketahui tentang mereka, sehingga remaja kurang dapat menangani masalahnya. Menurut Johnson (1971) (dalam Supratiknya, 1995:14), pembukaan diri terdiri dari menjadi terbuka kepada orang lain dan bersikap terbuka bagi yang lain. Jika kedua proses tersebut terjadi pada kedua belah pihak, hal itu akan menghasilkan relasi yang terbuka antara kita dan orang lain. Rahmawati (2015) melakukan penelitian tentang hubungan antara kepercayaan dan keterbukaan diri terhadap orang tua dengan perilaku memaafkan pada remaja yang mengalami keluarga yang hancur. Penelitian ini menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara keduanya. Martinez (2013) menerangkan dalam Shurur (2016:282) bahwa sikap keterbukaan diri tidak dibawa sejak

lahir, sebaliknya melalui proses pembelajaran seumur hidup manusia, peran orang tua sebagai pengasuh anak sejak kecil sangat penting, dan peran ini dapat menyebabkan anak menjadi tidak terbuka.

Menurut Sri Lestari (2013: 49), pola asuh orang tua mencakup sikap-sikap yang mereka tunjukkan dalam berinteraksi dengan anak untuk menciptakan lingkungan emosional yang sehat. Sementara itu, Havighurst (dalam Aliyah Rasyid Baswedan, 2015: 102) menjelaskan bahwa pola asuh orang tua adalah metode yang digunakan orang tua dalam mengatur perilaku anak, sebagai bentuk tanggung jawab mereka dalam membantu anak mencapai kedewasaan. Pengasuhan yang diberikan orang tua kepada anak mereka akan mempengaruhi perilakunya terhadap orang lain. Selain itu, cara orang tua mendidik anak akan mempengaruhi cara mereka bertindak terhadap lingkungannya. Menurut Baumrind dalam Yusuf (2012:52), pengasuhan otoritatif cenderung mencegah kekacauan dan kegelisahan. Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua yang otoritatif lebih cenderung periang, bertanggung jawab sosial, percaya diri, terbuka, dan lebih suka bekerja sama. Menurut Taylor, Peplau, dan Sears (2018), pengabaian, penolakan, kehilangan kontrol diri, dan pengkhianatan adalah beberapa alasan mengapa orang memilih untuk tidak melakukan keterbukaan diri. Selain itu, harga diri adalah komponen yang dapat mempengaruhi kemampuan keterbukaan diri remaja. Rusli Lutan (Santi & Damariswara, 2017) menjelaskan harga diri sebagai penerimaan pada diri sendiri, merasa pantas, berharga, berguna, dan mampu, tidak peduli apa yang telah, sedang, atau akan terjadi. Harga diri adalah keyakinan seseorang bahwa mereka mampu dan berharga. Menurut Aeni dan Ambarwati (2021), harga diri yang tinggi dikaitkan dengan keterbukaan diri yang tinggi, dan sebaliknya. Kemampuan seseorang untuk menjadi terbuka secara langsung atau tidak langsung dipengaruhi oleh tingkat keterbukaan mereka. Jiang menemukan bahwa keterbukaan diri yang lebih sering dan intim dapat dicapai dengan kurangnya isyarat nonverbal (Chu, Sun, & Jiang, 2022).

Hubungan yang saling terbuka dapat membantu orang menghargai satu sama lain dan menunjukkan perhatian dalam hubungan keluarga (DeVito, 2016). Untuk mendukung kesejahteraan psikologis individu, proses keterbukaan diri menjadi penting dalam hubungan keluarga (Soputan & Mulawarman, 2021), terutama pada usia remaja, yang merupakan tahapan pertumbuhan dan perubahan psikososial serta masa pencarian identitas. Gambaran hubungan keluarga remaja (Martorell, Papalia, & Feldman, 2014) menunjukkan bahwa hubungan antara remaja dan orang tua cenderung tidak berjalan dengan baik, yang menyebabkan pemberontakan. Remaja biasanya menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman sebaya mereka. Konflik lebih sering terjadi pada usia remaja. Orang tua biasanya tidak memiliki kontrol psikologis atas remaja mereka. Ketika hubungan keluarga saling terbuka, pengawasan orang tua akan berhasil. Dampak yang ditimbulkan ketika remaja kurang terbuka kepada orang tua mereka, utamanya dalam keluarga mereka, termasuk kecenderungan untuk kurang percaya diri (ramadhana, 2018), ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, kecenderungan untuk merasa takut, cemas, dan rendah diri (gainau, 2009), serta kesulitan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain di lingkungan sosial mereka, yang cenderung berdampak pada prestasi akademik anak (ifdil, 2013).

Faktor interpersonal dan lingkungan dapat memengaruhi seseorang dalam melakukan proses keterbukaan diri di lingkungannya. faktor interpersonal, yang berkaitan dengan bagaimana seseorang terlibat dalam suatu situasi untuk melakukan proses keterbukaan diri, dan faktor lingkungan yang berkaitan dengan bagaimana seseorang berperilaku dalam menjaga privasi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ramadhana pada tahun 2018, tingkat keinginan remaja untuk terbuka dengan orang tua berada dalam kategori yang sedang. Hal ini biasanya disebabkan oleh kurangnya intensitas kebersamaan keluarga dan kurangnya apresiasi yang diberikan orang tua kepada remaja, yang menyebabkan mereka memilih untuk berdiam diri.

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa ada banyak alasan mengapa seorang anak mungkin tidak terbuka. Salah satu topik yang menarik untuk diteliti lebih lanjut adalah keterbukaan diri, yang dapat membantu remaja membangun identitas sosial yang positif dan melindungi mereka dari berbagai pengaruh yang rentan yang terjadi pada usia remaja. Oleh karena itu, peneliti ingin mempelajari lebih lanjut tentang semua faktor yang dapat menyebabkan ketidakterbukaan remaja.

METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Toenlio (2021) mendefinisikan pendekatan kualitatif sebagai metode penelitian yang menekankan pada pemahaman mendalam terhadap fenomena melalui interpretasi terhadap data faktual, tanpa bergantung pada prosedur statistik atau teknik perhitungan deskriptif lainnya. Berdasarkan pengertian di atas, dapat didefinisikan bahwa penelitian kualitatif ialah metode penelitian dimana menekankan fenomena yang diinterpretasikan terhadap data faktual tanpa statistik dan perhitungan lainnya, serta didasarkan filsafat postpositivisme. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan diri secara intensif pada objek tertentu yang kemudian dianalisis sebagai sebuah kasus, dan data untuk studi kasus ini didapatkan dari berbagai sumber yang terkait (Adhimah, S., 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis faktor-faktor yang menjadi hambatan keterbukaan pada seorang remaja. Subjek penelitian ini ialah remaja dengan usia 15-17 tahun. Teknik yang digunakan dalam pengambilan informan ialah random sampling. Jumlah informan pada penelitian ini sebanyak tiga orang. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan wawancara mendalam, dan semua proses wawancara direkam dengan menggunakan handphone.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Peneliti melakukan wawancara di salah satu panti sosial yang ada di Ogan Ilir, Sumatera Selatan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada ketiga informan, peneliti memperoleh beberapa faktor hambatan keterbukaan diri remaja pada orang tua. Ketiga informan tersebut ada yang tinggal Bersama orang tua, dan ada juga yang tidak tinggal serumah dengan orang tuanya serta memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Adapun hasil wawancara pada ketiga informan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Informan 1 (IM)

IM merupakan remaja berusia 17 tahun dan ia adalah anak pertama dari dua bersaudara. IM sudah putus sekolah sejak SD dan kesehariannya ia bekerja sebagai kuli bangunan. Orang tua IM sudah bercerai sejak lama, sehingga IM lebih memilih tinggal bersama kakek neneknya dibanding dengan orang tuanya. IM diketahui tidak tinggal bersama orang tuanya dikarenakan tidak ada kecocokan antara IM dan ibunya. IM mengaku ia lebih mendapatkan kasih sayang ketika bersama kakek neneknya daripada saat ia bersama dengan sang ibu.

Hal ini diperparah dengan ibunya yang menikah lagi tanpa sepengetahuan IM. IM mengatakan ia jarang bercerita kepada sang ibu karena merasa tidak nyaman serta respon sang ibu yang seadanya, sehingga membuat IM semakin tertutup kepada ibunya. IM lebih sering bercerita kepada kakek neneknya, namun itupun hanya sebatas obrolan umum atau terkait dengan kesehatan neneknya. Mengenai masalah pribadi IM, ia tidak pernah menceritakannya kepada siapapun dan hanya memendamnya sendiri. Dari wawancara juga, IM mengatakan bahwa ia beberapa kali mengobrol dengan ayah sambungannya. Tetapi obrolan itu hanya sebatas mengenai pekerjaan dan beberapa nasihat untuk IM.

2. Informan 2 (DD)

DD merupakan remaja berusia 17 tahun dan ia adalah anak kedua dari tiga bersaudara. DD sudah putus sekolah sejak SMP kelas 2. Orang tuanya sudah bercerai sejak lama dan ibunya sudah menikah tiga kali. Sampai saat ini DD belum pernah melihat wajah ayah kandungnya dan ia tidak tahu dimana keberadaan ayah kandungnya, tetapi hanya mengetahui namanya saja. DD tidak tinggal menetap bersama orang tuanya, dan sering berpindah-pindah tempat. Terkadang DD tinggal bersama orang tuanya, terkadang bersama neneknya, terkadang juga tinggal di tempat keluarganya yang lain.

Pada awalnya DD mengatakan bahwa ia dekat dengan sang ibu, namun sejak kehadiran ayah tirinya DD merasa canggung ketika bercerita kepada ibunya. DD merasa tidak nyaman dengan kehadiran ayah sambungannya dan ketidaknyamanan yang DD rasakan diperparah dengan sikap ibunya yang sering memarahinya. DD mengaku termasuk seseorang yang tertutup, karena baginya masalah pribadi tidak harus diceritakan kepada orang lain, dan ia lebih memilih untuk memendamnya sendiri.

3. Informan 3 (AB)

AB merupakan remaja berusia 13 tahun dan ia adalah anak ke enam dari delapan bersaudara. Orang tuanya sudah bercerai dan sang ibu sekarang menetap di pulau Jawa yang mana artinya AB dan saudara-saudaranya tinggal bersama sang ayah. Berdasarkan penuturan AB dalam wawancara, diketahui bahwa AB sering bercerita kepada ayahnya tetapi hanya bercerita mengenai materi-materi sekolah atau seputar agama. AB tidak pernah bercerita mengenai masalah pribadinya karena ia merasa akan membebani ayahnya. Sikap AB yang tertutup juga dampak dari hubungan jarak jauh antara ia dan ibunya. Sehingga ia kurang mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari ibunya. AB lebih sering menghabiskan waktunya sendiri dikarenakan ayahnya sibuk bekerja.

Dari hasil di atas, diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat menjadi hambatan keterbukaan remaja pada orang tua dan faktor terbesar yang menjadi hambatan keterbukaan remaja pada orang tua yaitu faktor perceraian orang tua. Berdasarkan pendapat Imron, A (2016), perceraian atau thalak merupakan terlepasnya ikatan pernikahan yang dikarenakan adanya kehendak dari pihak istri atau suami atau kehendak dari kedua pihak. Remaja yang orang tuanya bercerai akan merasa sulit untuk mengatasi dan mengutarakan emosi, mengatasi pandangan diri yang negatif, serta rentan merasa frustrasi (Irani & Laksana, 2018). Dari hasil wawancara diketahui bahwa ketiga informan memiliki kesamaan dari latar belakang, yaitu orang tuanya telah bercerai sejak lama dan orang tua dari 2 informan yaitu IM dan DD kini diketahui telah menikah lagi. Sementara AB, orang tuanya sudah bercerai namun belum menikah lagi.

Faktor lain yang dapat menghambat keterbukaan remaja pada orang tua ialah kurang harmonisnya hubungan antara anak dan orang tua. Ketiga informan menyatakan bahwa mereka merasa tidak nyaman, takut, serta canggung saat bersama orang tua mereka. Perasaan inilah yang menghambat mereka untuk mengungkapkan apa yang mereka rasakan kepada orang tua. Irani & Laksana (2018) mengatakan bahwa remaja yang hidup dalam keluarga yang tidak harmonis dan orang tua yang bercerai akan cenderung memiliki hubungan yang buruk serta lebih cenderung tertutup pada orang lain. Berdasarkan yang disampaikan oleh IM, DD, dan AB dalam wawancara, diketahui bahwa keharmonisan ini semakin tidak terjalin akibat adanya ayah sambung mereka di rumah yang secara tidak langsung menciptakan jarak dan batasan antara mereka dan ibu atau ayah kandung mereka. Akibat dari ketidakharmonisan dan tidak dekatnya mereka dengan orang tua ini membuat ketiga informan memilih tidak tinggal satu rumah dengan orang tuanya dan tinggal bersama nenek dan kakek atau berpindah-pindah tempat di rumah keluarganya yang lain.

Faktor selanjutnya yaitu kurangnya komunikasi antara remaja dan orang tua. Tinggal terpisah dengan orang tua membuat remaja tidak sering bertemu dengan orang tua mereka. Hal ini membuat komunikasi antara remaja tersebut dengan orang tuanya semakin berkurang, merasa tidak nyaman, dan tak jarang menimbulkan kesalahpahaman diantara keduanya atau malah komunikasi diantaranya menjadi terputus. Menurut Juliawati, J., & Destiwati, R. (2022) komunikasi yang terbuka tidak dapat tercipta bila tidak ada rasa nyaman dan aman saat berkomunikasi dengan orang tua. Berdasarkan data hasil wawancara, diketahui bahwa IM jarang berkomunikasi dengan ibunya karena ia merasa tidak nyaman. Jika IM berkomunikasi dengan sang ibu, biasanya ia hanya akan membicarakan tentang kesehatan, dan beberapa hal lain selain perasaan pribadinya. Kepada ayah kandungnya IM sudah tidak pernah lagi berkomunikasi, sedangkan dengan ayah tirinya IM pernah beberapa kali berkomunikasi dengannya tetapi hanya membahas mengenai pekerjaannya dan beberapa nasihat untuk IM. Hal yang hampir serupa juga dialami oleh DD, di mana ia juga jarang berkomunikasi dengan ibunya karena ia merasa tak nyaman, canggung, dan sikap ibunya yang sering memarahinya. Komunikasi DD dengan sang ayah tidak pernah tercipta sejak kecil, bahkan DD hanya mengetahui nama ayahnya saja tanpa tahu dimana keberadaan ayahnya hingga saat ini. Kepada ayah sambungnya, DD mengatakan bahwa ia sama sekali tidak berkomunikasi dengannya. Sedikit berbeda dari IM dan DD, komunikasi AB dan ayahnya cukup lancar, tetapi hanya membahas mengenai hal-hal yang berkaitan dengan agama tanpa membahas apa yang AB rasakan atau hal-hal pribadi lain menyangkut dirinya. Komunikasi antara AB dan ibu kandungnya terjadi beberapa walaupun hanya melalui *video call* atau *chat*. AB mengatakan bahwa ia beberapa kali berkomunikasi dengan sang ibu tetapi hampir sama dengan sang ayah, AB tidak pernah menceritakan tentang dirinya dan perasaannya tetapi hanya sebatas

obrolan mengenai kesehatan keduanya, Pendidikan AB, dan beberapa obrolan semacamnya. Ketika ditanya mengapa AB tidak mau menceritakan hal-hal mengenai dirinya dan perasaannya, AB mengatakan bahwa ia tidak ingin membebani pikiran kedua orang tuanya dengan bercerita mengenai hal tersebut dan lebih memilih memendamnya sendiri.

SIMPULAN

Keterbukaan remaja merupakan kemampuan mereka untuk secara jujur dan bebas mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalaman kepada orang lain, terutama orang tua. Keterbukaan penting untuk membangun hubungan yang sehat, mendukung perkembangan emosional, dan memperkuat ikatan keluarga. Namun, berbagai faktor seperti ketidaknyamanan, kurangnya kepercayaan, konflik keluarga, atau komunikasi yang buruk dapat menghambat keterbukaan ini. Ketika remaja merasa aman dan didukung dalam lingkungannya, mereka lebih cenderung terbuka, yang pada akhirnya membantu mereka dalam mengatasi tantangan emosional dan sosial secara lebih baik. Hambatan terbesar adalah perceraian, yang menyebabkan remaja kesulitan mengekspresikan emosi, mengalami pandangan diri negatif, dan merasa frustrasi. Remaja yang berasal dari keluarga tidak harmonis juga merasa takut, tidak nyaman, dan canggung saat berinteraksi dengan orang tua, terutama jika ada ayah atau ibu tiri, yang semakin menciptakan jarak emosional. Selain itu, kurangnya komunikasi yang efektif antara remaja dan orang tua, terutama karena tinggal terpisah, memperparah situasi, sehingga remaja cenderung tidak berbagi perasaan pribadi mereka dan lebih memilih memendamnya. Hambatan-hambatan tersebut harus diatasi agar remaja dapat merasa diterima dan didengar. Dengan terciptanya keterbukaan, remaja dapat lebih mudah mengekspresikan perasaan dan pikirannya, yang pada akhirnya berkontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional mereka dan mempererat hubungan dalam keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhimah, Syifaul. "Peran Orang Tua Dalam Menghilangkan Rasa Canggung Anak Usia Dini (Studi Kasus Di Desa Karangbong Rt. 06 Rw. 02 Gedangan-Sidoarjo)." *Jurnal Pendidikan Anak* 9, no. 1 (2020): 57–62. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/31618/13684>.
- Cahya Irani, Luthfita, and Eko Pramudya Laksana. "Konsep Diri Dan Keterbukaan Diri Remaja Broken Home Yang Diasuh Nenek." *Jurnal Pendidikan* 3 (May 2018). <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>.
- Fakhri, Nurfitriany. "Harga Diri Dan Keterbukaan Diri Secara Online Pada Remaja." *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, February 2024. <https://doi.org/10.26858/jtm.v3i3.52834>.
- Imron, Ali. "Memahami Konsep Perceraian Dalam Hukum Keluarga." *Buana Gender* 1 (2016). <https://oldjournal.iainsurakarta.ac.id/index.php/buana-gender/article/viewFile/66/50>.
- Juliawati, Jessica, and Rita Destiwati. "KETERBUKAAN DIRI REMAJA AKHIR DALAM KOMUNIKASI KELUARGA STRICT PARENTS DI BANDUNG" 7, no. 7 (July 2022). https://www.researchgate.net/publication/363893660_Keterbukaan_Diri_Remaja_Akhir_dalam_Komunikasi_Keluarga_Strict_Parents_di_Bandung.
- Naqiyah, Hawaun. "PENGARUH TINGKAT POLA ASUH OTORITATIF ORANG TUA TERHADAP KETERBUKAAN DIRI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 2 KEBOMAS GRESIK." *PSIKOSAINS* 13, no. 1 (2018): 65–78.
- Nurikhyana, Dewi, Muhammad Daud, and Rohmah Rifani. "Kelekatan Dan Keterbukaan Diri Remaja Di Kota Makassar Pada Situasi Pandemi Covid-19." *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 2, no. 1 (June 2022).
- Ramadhana, Maulana Rezi. "Keterbukaan Diri Dalam Komunikasi Orangtua-Anak Pada Remaja Pola Asuh Orangtua Authoritarian" 6 (October 2018). <http://journal.uad.ac.id/index.php/CHANNELJ>.
- Suteja, Jaja, and Yusriah. "Dampak Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional." *Jaja Suteja Dan Yusriah* 3, no. 1 (February 2017). www.syekh Nurjati.ac.id/jurnal/index.php/awlady.
- Toenloie, Anselmus JE. *Teori Dan Filsafat Pendidikan*. Penerbit Gunung Samudera, 2016. <https://books.google.co.id/books?id=qlAyDwAAQBAJ&lpg=PR3&ots=m3qs41PmHW&dq=P>

[pendekatan%20penelitian%20kualitatif%20bidang%20Pendidikan%20\(ANSELMUS%20JE%20TOENLIOE&lr&pg=PP1#v=onepage&q=Pendekatan%20penelitian%20kualitatif%20bidang%20Pendidikan%20\(ANSELMUS%20JE%20TOENLIOE&f=false](#)