

SELF DISCLOSURE REMAJA AKHIR DALAM BERKOMUNIKASI TATAP MUKA DENGAN ORANG TUA

Bianca Arta Sibarani¹, Dian Hutami Rahmawati²

^{1,2} ilmu komunikasi FISIBPOL, Universitas Pembangunan
Nasional “Veteran” Jawa Timur
22043010333@student.upnjatim.ac.id

ABSTRACT

The rapid development of artificial intelligence (AI) has created new opportunities for late adolescents to engage in self-disclosure, while communication with parents remains essential to their emotional and social development. This study examines how late adolescents engage in self-disclosure during face-to-face communication with their parents. Using a qualitative case study approach, data were collected through in-depth interviews with nine late adolescents aged 18–21 years from harmonious families and analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña. The findings show that self-disclosure is selective, with adolescents more willing to discuss daily activities, academic matters, and friendships than personal feelings, romantic relationships, family conflicts, or future concerns. Self-disclosure was influenced by family culture, gender, personality, dyadic effects, communication media, and discussion topics. Family harmony fosters trust and psychological safety, encouraging adolescents to disclose information according to their comfort and the sensitivity of the topic.

Keywords: self-disclosure, late adolescents, face-to-face communication.

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital, khususnya *artificial intelligence* (AI), menghadirkan ruang alternatif bagi remaja akhir untuk melakukan *self-disclosure*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *self-disclosure* remaja akhir dalam berkomunikasi tatap muka dengan orang tua. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus terhadap sembilan remaja akhir berusia 18–21 tahun dari keluarga harmonis. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-disclosure* kepada orang tua dilakukan secara selektif. Remaja cenderung terbuka mengenai aktivitas sehari-hari, pendidikan, dan pertemanan, tetapi membatasi pengungkapan perasaan pribadi, hubungan romantis, konflik keluarga, dan kekhawatiran masa depan. *Self-disclosure* dipengaruhi oleh budaya keluarga, jenis kelamin, kepribadian, efek diadik, media komunikasi, dan topik pembahasan. Temuan ini menunjukkan bahwa keharmonisan keluarga menciptakan rasa aman dan kepercayaan yang mendorong remaja membuka diri sesuai kenyamanan dan sensitivitas informasi.

Kata Kunci: *self-disclosure*, remaja akhir, komunikasi tatap muka

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital, khususnya *artificial intelligence* (AI), telah membawa perubahan dalam cara individu berkomunikasi dan mengungkapkan diri. Kehadiran AI tidak lagi dimanfaatkan hanya sebagai sumber informasi, tetapi juga sebagai media untuk berbagi pengalaman, memperoleh dukungan emosional, serta melakukan *self-disclosure*. Fenomena ini semakin berkembang pada Generasi Z yang sejak lahir telah hidup berdampingan dengan internet dan teknologi digital. Alruthaya et al. (2021) menjelaskan bahwa Generasi Z merupakan generasi yang tidak pernah mengalami kehidupan tanpa internet sehingga penggunaan teknologi digital menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perkembangan teknologi telah menghadirkan ruang alternatif bagi remaja untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, maupun pengalaman pribadinya.

Meskipun AI menawarkan ruang baru untuk melakukan *self-disclosure*, komunikasi tatap muka dengan orang tua tetap memiliki peran yang tidak dapat digantikan. Keluarga merupakan lingkungan pertama

tempat remaja belajar berkomunikasi, membangun kepercayaan, serta memperoleh dukungan emosional. Komunikasi yang berlangsung secara langsung memungkinkan terjadinya umpan balik verbal maupun nonverbal sehingga dapat memperkuat kedekatan emosional antara orang tua dan anak. Sebaliknya, komunikasi yang kurang terbuka berpotensi menimbulkan kesalahpahaman, jarak emosional, serta menghambat remaja dalam menyampaikan pikiran dan perasaannya.

Masa remaja akhir merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan pencarian identitas, meningkatnya kebutuhan akan kemandirian, serta berkembangnya kemampuan berpikir yang lebih matang. Pada fase ini, *self-disclosure* menjadi bagian penting dalam komunikasi interpersonal karena membantu individu membangun hubungan yang lebih dekat, memperoleh dukungan sosial, serta mengembangkan pemahaman terhadap dirinya sendiri. Menurut DeVito (2016), *self-disclosure* merupakan proses pengungkapan informasi pribadi yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain dan dilakukan secara sadar dalam

hubungan interpersonal. Namun demikian, keterbukaan diri remaja tidak selalu berlangsung tanpa batas. Informasi yang diungkapkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti budaya keluarga, kepribadian, jenis kelamin, topik pembicaraan, hubungan dengan lawan bicara, serta respons yang diterima selama proses komunikasi.

Berbagai penelitian terdahulu telah membahas *self-disclosure* remaja, komunikasi orang tua dan anak, maupun pemanfaatan AI dalam kehidupan sehari-hari. Akan tetapi, penelitian yang secara khusus mengkaji bagaimana pengalaman *self-disclosure* remaja akhir dalam komunikasi tatap muka dengan orang tua pada keluarga harmonis di tengah berkembangnya penggunaan AI masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian lebih menitikberatkan pada hubungan antarvariabel atau penggunaan media digital, sedangkan pengalaman komunikasi langsung remaja dengan orang tua belum banyak dieksplorasi secara mendalam melalui pendekatan kualitatif. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menggambarkan pengalaman keterbukaan diri remaja akhir dalam

komunikasi tatap muka bersama orang tua.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap remaja akhir berusia 18–21 tahun yang berasal dari keluarga harmonis. Analisis penelitian menggunakan teori *self-disclosure* DeVito yang dipadukan dengan faktor-faktor yang memengaruhi *self-disclosure* serta prinsip-prinsip percakapan untuk memahami bagaimana keterbukaan diri dibangun dalam komunikasi tatap muka antara remaja dan orang tua.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana *self-disclosure* remaja akhir dalam berkomunikasi tatap muka dengan orang tua serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keterbukaan diri tersebut. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian komunikasi interpersonal, khususnya mengenai *self-disclosure* dalam hubungan orang tua dan anak pada era digital. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua dalam membangun komunikasi yang lebih terbuka, suportif, dan responsif

sehingga mampu menciptakan hubungan keluarga yang harmonis serta mendukung perkembangan psikologis remaja.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan paradigma konstruktivisme dan metode studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman *self-disclosure* remaja akhir dalam berkomunikasi tatap muka dengan orang tua. Paradigma konstruktivisme digunakan karena penelitian berfokus pada bagaimana informan memaknai pengalaman keterbukaan diri yang dibangun melalui interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian dilakukan terhadap sembilan remaja akhir berusia 18–21 tahun yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria, yaitu berada pada rentang usia remaja akhir, tinggal bersama orang tua, memiliki keluarga yang tergolong harmonis, serta melakukan komunikasi tatap muka dengan orang tua secara rutin.

Data penelitian diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan menggunakan

pedoman wawancara semi-terstruktur sehingga informan memiliki keleluasaan dalam menceritakan pengalaman mereka. Seluruh hasil wawancara kemudian ditranskripsikan dan dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dengan membandingkan informasi antar informan serta menyesuaikannya dengan teori *self-disclosure* DeVito, faktor-faktor yang memengaruhi *self-disclosure*, dan prinsip-prinsip percakapan sebagai landasan analisis penelitian.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *self-disclosure* remaja akhir dalam berkomunikasi tatap muka dengan orang tua. Data penelitian diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap sembilan informan yang memenuhi kriteria penelitian. Seluruh informan merupakan remaja akhir berusia 18-21 tahun yang tinggal bersama orang tua dan berasal dari keluarga yang dikategorikan harmonis. Analisis data dilakukan

melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sehingga diperoleh beberapa tema utama yang menggambarkan pengalaman *self-disclosure* remaja akhir dalam komunikasi tatap muka dengan orang tua. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan lima tema utama yang menggambarkan pengalaman *self-disclosure* remaja akhir, yaitu:

Pembatasan informasi dalam komunikasi remaja akhir dengan orang tua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun komunikasi tatap muka dengan orang tua tetap menjadi sarana utama dalam melakukan *self-disclosure*, tidak semua persoalan pribadi disampaikan secara langsung. Sebagian informan memilih menggunakan ChatGPT sebagai media alternatif ketika mengalami kesulitan mengungkapkan perasaan kepada orang tua. ChatGPT dimanfaatkan untuk mengekspresikan emosi, memperoleh validasi, serta mencari saran awal sebelum mengambil keputusan untuk berbicara dengan orang tua.

Hal tersebut diungkapkan oleh informan K yang menyatakan:

"Jika topik tersebut menyangkut perasaan saya terhadap keluarga atau diri sendiri, terkadang saya memilih memendam atau langsung cerita ke ChatGPT." (Wawancara dengan K, 29 Mei 2026)

Senada dengan itu, informan B mengungkapkan:

"Awalnya saya tidak akan cerita ke orang tua, tetapi setelah saya cerita ke ChatGPT dan mendapatkan saran yang terbaik akhirnya saya berani untuk cerita kepada orang tua." (Wawancara dengan B, 30 Mei 2026)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa ChatGPT tidak diposisikan sebagai pengganti komunikasi dengan orang tua, melainkan sebagai media pendukung yang membantu remaja memahami permasalahan, mengelola emosi, dan mempersiapkan diri sebelum melakukan komunikasi tatap muka. Informan memandang ChatGPT sebagai ruang yang aman karena memberikan respons yang tidak menghakimi (*non-judgmental*), sehingga mereka lebih leluasa mengungkapkan pikiran dan perasaan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan kajian Papneja dan Yadav (2024) yang menjelaskan bahwa *conversational AI* berfungsi sebagai ruang refleksi bagi pengguna untuk memahami permasalahan, mengevaluasi alternatif penyelesaian, serta mempersiapkan diri sebelum berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, Croes et al. (2024) menyatakan bahwa pengguna lebih bersedia melakukan *self-disclosure* kepada chatbot karena dipersepsikan aman, mudah diakses, dan bebas dari penilaian sosial. Kondisi tersebut juga selaras dengan faktor media dalam teori *self-disclosure* DeVito yang menjelaskan bahwa media komunikasi dapat memengaruhi tingkat keterbukaan individu. Media yang dianggap memberikan rasa aman dan mengurangi kekhawatiran terhadap penilaian orang lain cenderung mendorong individu untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan pengalaman maupun perasaan pribadinya.

Meskipun demikian, hasil penelitian memperlihatkan bahwa komunikasi tatap muka dengan orang tua tetap memiliki nilai yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh

ChatGPT. Informan menilai bahwa orang tua mampu memberikan kedekatan emosional, respons verbal maupun nonverbal, serta dukungan nyata yang tidak dapat diberikan oleh teknologi. Temuan ini sejalan dengan pendapat DeVito (2016) dan Mulyana (2017) yang menyatakan bahwa komunikasi tatap muka memungkinkan terjadinya umpan balik secara langsung, pengamatan terhadap ekspresi nonverbal, serta pembentukan hubungan interpersonal yang lebih bermakna. Dengan demikian, penggunaan ChatGPT dalam penelitian ini lebih berperan sebagai pelengkap (*complementary tool*) dalam proses *self-disclosure*, bukan sebagai pengganti komunikasi interpersonal antara remaja akhir dan orang tua.

Budaya keluarga dalam mendorong atau membatasi keterbukaan diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa budaya komunikasi dalam keluarga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *self-disclosure* remaja akhir kepada orang tua. Sebagian besar informan berasal dari keluarga yang membiasakan komunikasi terbuka, memberikan

kesempatan kepada anak untuk menyampaikan pendapat, serta tetap menanamkan nilai kesopanan dalam berkomunikasi. Kondisi tersebut membuat informan merasa lebih nyaman mengungkapkan pikiran, pengalaman, maupun perasaan kepada orang tua. Sebagaimana diungkapkan oleh informan K:

“Orang tua saya mendorong saya untuk terbuka dengan mereka karena dari orang tua sendiri... pas menjadi seorang anak itu kurang terbuka.”
(Wawancara dengan K, 29 Mei 2026)

Namun, tidak seluruh informan memiliki pengalaman yang sama. Salah satu informan menjelaskan bahwa keluarganya tidak terbiasa membicarakan persoalan emosional sehingga ia lebih memilih memendam masalah dibandingkan menyampaikannya kepada orang tua.

“Di keluarga aku tuh lebih kalau ada masalah itu dipendam dulu tapi nantinya bakal diselesaikan sendirian, orang tua aku itu orangnya nggak yang terlalu banyak nanya soal perasaan.” (Wawancara dengan T, 21 Juni 2026)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa budaya keluarga tidak selalu mendorong keterbukaan diri, tetapi juga dapat menjadi faktor yang membatasi *self-disclosure* apabila komunikasi emosional tidak dibangun sejak awal. Perbedaan kebiasaan komunikasi dalam keluarga membentuk cara remaja memandang keterbukaan diri dan menentukan sejauh mana mereka merasa aman untuk mengungkapkan pengalaman pribadi kepada orang tua.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Gainau (2009) yang menyatakan bahwa *self-disclosure* merupakan bagian penting dalam perkembangan hubungan sosial remaja karena membantu individu belajar membangun hubungan yang saling percaya dengan orang lain. Temuan ini juga mendukung teori faktor budaya dari DeVito (2016) yang menjelaskan bahwa nilai dan norma yang berkembang dalam lingkungan sosial, termasuk keluarga, memengaruhi kesediaan individu untuk membuka diri. Budaya keluarga yang membiasakan komunikasi terbuka akan mendorong remaja untuk lebih mudah mengungkapkan pikiran dan perasaannya, sedangkan

keluarga yang kurang memberikan ruang komunikasi emosional cenderung membatasi proses *self-disclosure*. Dengan demikian, budaya keluarga tidak hanya membentuk pola komunikasi antara orang tua dan anak, tetapi juga menentukan tingkat keterbukaan diri remaja dalam menjalin komunikasi tatap muka dengan orang tua.

Jenis kelamin dan kedekatan menjadi pertimbangan dalam *self-disclosure*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin orang tua dan kedekatan emosional menjadi pertimbangan remaja akhir dalam menentukan kepada siapa mereka melakukan *self-disclosure*. Sebagian besar informan mengaku lebih nyaman bercerita kepada ibu karena memiliki intensitas interaksi yang lebih tinggi, merasa lebih dipahami secara emosional, serta memiliki hubungan yang lebih dekat dibandingkan dengan ayah. Salah satu informan mengungkapkan:

“Saya pastinya lebih nyaman buat curhat ke mama... karena saya lebih banyak menghabiskan waktu sama mama... sedangkan papa itu bekerja

dan hampir seharian di luar rumah.”
(Wawancara dengan K, 29 Mei 2026)

Meskipun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa keterbukaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh kedekatan emosional, tetapi juga oleh jenis topik yang dibicarakan. Beberapa informan membedakan peran ayah dan ibu sebagai tempat bercerita sesuai dengan karakteristik permasalahan yang dihadapi.

“Kalau tentang percintaan tuh sama mama, terus kalau ke hal yang serius ke papa.” (Wawancara dengan C, 16 Juni 2026)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa remaja tidak hanya mempertimbangkan siapa yang paling dekat secara emosional, tetapi juga menyesuaikan kepada siapa informasi tertentu akan disampaikan. Ibu cenderung dipilih sebagai tempat berbagi persoalan yang bersifat emosional dan personal, sedangkan ayah lebih sering menjadi tempat berdiskusi mengenai persoalan yang dianggap serius atau membutuhkan pertimbangan rasional. Hal ini menunjukkan bahwa peran orang tua dalam keluarga membentuk pola

keterbukaan diri yang berbeda sesuai dengan persepsi remaja terhadap fungsi masing-masing orang tua.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Purnama dan Wahyuni dalam Fatmasari dan Nurhayati (2020) yang menyatakan bahwa kedekatan emosional antara anak dan ibu membuat remaja merasa lebih nyaman dalam menyampaikan pikiran maupun perasaannya. Pendapat tersebut diperkuat oleh Muzdalifah, Anward, dan Rachmah dalam Gainau (2025) yang menjelaskan bahwa ibu cenderung membangun hubungan emosional yang lebih erat dengan anak sehingga mampu menciptakan rasa aman dalam proses komunikasi. Selain itu, temuan ini juga mendukung faktor jenis kelamin (*gender*) dalam teori *self-disclosure* DeVito (2016), yang menjelaskan bahwa perempuan umumnya lebih ekspresif dan terbuka dalam mengomunikasikan perasaan dibandingkan laki-laki. Dalam konteks penelitian ini, karakteristik komunikasi ibu yang lebih terbuka dan ekspresif membuat remaja lebih mudah melakukan *self-disclosure* kepada ibu dibandingkan ayah. Di sisi lain, temuan ini juga sejalan dengan Vijayakumar dan Pfeifer (2020) yang

menyatakan bahwa remaja menyesuaikan target komunikasi berdasarkan kedekatan hubungan, kenyamanan, dan jenis informasi yang ingin disampaikan. Dengan demikian, pilihan remaja untuk lebih terbuka kepada ibu atau membagi topik pembicaraan antara ibu dan ayah menunjukkan bahwa *self-disclosure* dipengaruhi oleh kombinasi antara kedekatan emosional, peran orang tua, dan karakteristik informasi yang akan diungkapkan.

Kepribadian memengaruhi tingkat keterbukaan diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepribadian menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *self-disclosure* remaja akhir dalam komunikasi tatap muka dengan orang tua. Sebagian informan mengaku memiliki karakter yang lebih terbuka ketika berada di lingkungan keluarga karena merasa nyaman, diterima, dan memiliki hubungan yang dekat dengan orang tua. Kondisi tersebut membuat mereka lebih mudah mengekspresikan pikiran maupun perasaan dibandingkan ketika berada di lingkungan sosial lainnya.

Sebagaimana diungkapkan oleh informan Y:

“Bisa dibilang aku orang yang extrovert kalau di lingkungan keluarga.” (Wawancara dengan Y, 8 Juni 2026)

Meskipun demikian, keterbukaan diri tidak selalu berarti mengungkapkan seluruh informasi pribadi kepada orang tua. Beberapa informan tetap menunjukkan kecenderungan selektif dengan mempertimbangkan lawan bicara, situasi komunikasi, serta batasan informasi yang dianggap aman untuk dibagikan.

“Aku rasa itu tipe yang selektif ya, jadi kayak nggak sepenuhnya tertutup tapi juga nggak asal cerita.” (Wawancara dengan T, 21 Juni 2026)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa kepribadian memengaruhi cara remaja mengelola *self-disclosure*. Informan yang memiliki kecenderungan ekstrovert lebih mudah memulai komunikasi dan mengungkapkan pengalamannya pribadinya kepada orang tua. Sebaliknya, beberapa informan tetap menerapkan keterbukaan yang bersifat selektif sebagai bentuk

pengelolaan informasi pribadi. Mereka secara sadar mempertimbangkan kepada siapa, kapan, dan sejauh mana pengalaman pribadi akan diungkapkan. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri bukan hanya dipengaruhi oleh karakter individu, tetapi juga oleh kemampuan remaja dalam menjaga privasi dan menyesuaikan komunikasi dengan situasi yang dihadapi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori faktor kepribadian dalam *self-disclosure* yang dikemukakan DeVito (2016), bahwa individu dengan karakteristik ekstrovert cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang lebih tinggi karena lebih mudah berinteraksi dan mengekspresikan pikiran maupun perasaannya. Temuan ini juga didukung oleh Zuhair Muhammad dkk. (2021) yang menyatakan bahwa karakter ekstrovert mendorong individu untuk lebih aktif dalam menyampaikan pengalaman pribadi kepada orang lain. Namun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian yang terbuka tidak selalu diikuti dengan pengungkapan diri secara menyeluruh. Temuan tersebut selaras dengan Baudat dan Zimmermann

(2022) yang menjelaskan bahwa remaja secara aktif mengelola informasi pribadi dengan mempertimbangkan hubungan, situasi komunikasi, serta tingkat sensitivitas informasi sebelum memutuskan untuk melakukan *self-disclosure*. Dengan demikian, keterbukaan diri remaja akhir dalam keluarga tidak hanya dipengaruhi oleh karakter kepribadian, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam menyeimbangkan kebutuhan untuk terbuka dan menjaga privasi.

Penerapan prinsip-prinsip percakapan dalam komunikasi tatap muka antara remaja dan orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-disclosure* remaja akhir dalam komunikasi tatap muka dengan orang tua berlangsung melalui proses percakapan yang menerapkan prinsip-prinsip komunikasi interpersonal. Sebagian besar informan menjelaskan bahwa mereka lebih mudah mengungkapkan pikiran dan perasaan ketika orang tua memberikan kesempatan untuk berbicara, mendengarkan tanpa langsung menghakimi, serta

memberikan respons yang sesuai dengan permasalahan yang disampaikan. Kondisi tersebut menciptakan komunikasi dua arah yang membuat remaja merasa dihargai dan lebih nyaman untuk terbuka kepada orang tua. Sebagaimana diungkapkan oleh informan K:

"Kalau cerita ke orang tua biasanya mereka dengerin dulu sampai selesai, habis itu baru kasih pendapat atau saran." (Wawancara dengan K, 29 Mei 2026)

Hal serupa juga disampaikan oleh informan B yang menyatakan:

"Biasanya ngobrolnya santai dulu, nanti kalau sudah nyaman baru masuk ke masalah yang sebenarnya." (Wawancara dengan B, 30 Mei 2026)

Temuan tersebut menunjukkan bahwa proses *self-disclosure* tidak terjadi secara spontan, tetapi berkembang melalui tahapan percakapan yang diawali dengan pembukaan komunikasi, dilanjutkan dengan penyampaian informasi, pemberian tanggapan, hingga penutupan percakapan. Selain itu, komunikasi yang berlangsung memperlihatkan

adanya kerja sama antara remaja dan orang tua dalam saling mendengarkan, menjaga kesopanan dalam berbicara, membangun dialog dua arah, serta memberikan kesempatan berbicara secara bergantian. Meskipun demikian, pada beberapa situasi masih ditemukan kecenderungan orang tua lebih mendominasi pembicaraan sehingga kesempatan remaja untuk mengungkapkan seluruh perasaannya menjadi lebih terbatas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori prinsip-prinsip percakapan yang dikemukakan oleh DeVito (2016), yaitu prinsip proses, kerja sama, kesopanan, dialog, dan giliran berbicara. DeVito menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif berkembang melalui tahapan percakapan yang terstruktur, adanya kerja sama antara komunikator dan komunikan dalam membangun makna, penggunaan bahasa yang santun, komunikasi yang bersifat dialogis, serta pembagian kesempatan berbicara secara seimbang. Penerapan kelima prinsip tersebut membantu menciptakan suasana komunikasi yang lebih terbuka sehingga mendorong remaja

untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, maupun pengalaman pribadinya kepada orang tua. Sebaliknya, apabila salah satu prinsip tidak berjalan dengan baik, seperti dominasi salah satu pihak atau kurangnya kesempatan bagi remaja untuk menyampaikan pendapat, maka proses *self-disclosure* cenderung menjadi lebih terbatas. Dengan demikian, penerapan prinsip-prinsip percakapan menjadi salah satu faktor yang mendukung terbangunnya komunikasi tatap muka yang efektif dan memperkuat keterbukaan diri remaja akhir dengan orang tua.

D. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *self-disclosure* remaja akhir dalam berkomunikasi tatap muka dengan orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-disclosure* remaja akhir dalam keluarga harmonis tidak dilakukan secara menyeluruh, melainkan bersifat selektif. Remaja cenderung terbuka mengenai aktivitas sehari-hari, pendidikan, pertemanan, dan berbagai pengalaman umum, sedangkan informasi yang berkaitan dengan kondisi emosional, konflik keluarga, hubungan romantis,

maupun persoalan pribadi lainnya lebih sering dibatasi. Temuan ini menunjukkan bahwa keharmonisan keluarga bukan merupakan jaminan bahwa remaja akan mengungkapkan seluruh informasi mengenai dirinya kepada orang tua, melainkan menciptakan rasa aman dan kepercayaan yang memungkinkan remaja menentukan batas keterbukaan sesuai kenyamanan mereka.

Penelitian ini juga menemukan bahwa *self-disclosure* remaja akhir dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu budaya keluarga, jenis kelamin, kepribadian, efek dyadic atau kualitas hubungan dengan orang tua, serta topik pembicaraan. Budaya keluarga yang terbuka dan respons orang tua yang suportif mendorong remaja lebih nyaman mengungkapkan pengalaman pribadinya. Sebaliknya, topik yang dianggap sensitif serta kekhawatiran terhadap respons orang tua menyebabkan remaja lebih memilih membatasi informasi yang disampaikan. Selain itu, proses komunikasi tatap muka antara remaja dan orang tua menunjukkan adanya penerapan prinsip-prinsip percakapan menurut DeVito, yaitu prinsip proses, kerja sama, kesopanan, dialog, dan

giliran berbicara. Penerapan prinsip-prinsip tersebut berkontribusi dalam membangun komunikasi yang efektif dan mendukung keterbukaan diri remaja, meskipun pada beberapa situasi masih ditemukan dominasi orang tua yang membatasi kesempatan anak untuk menyampaikan pendapat secara utuh.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* remaja akhir merupakan proses komunikasi yang dinamis dan dipengaruhi oleh hubungan interpersonal yang terbangun dengan orang tua. Di tengah berkembangnya penggunaan *artificial intelligence* (AI) sebagai ruang alternatif untuk melakukan *self-disclosure*, komunikasi tatap muka dengan orang tua tetap memiliki peran penting sebagai sarana membangun kedekatan emosional, kepercayaan, dan dukungan dalam keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian, orang tua diharapkan dapat membangun komunikasi yang lebih terbuka dengan memberikan kesempatan kepada remaja untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadinya tanpa memberikan penilaian secara langsung. Sikap

mendengarkan secara aktif, menghargai pendapat anak, dan memberikan respons yang suportif dapat meningkatkan rasa aman sehingga remaja lebih nyaman melakukan *self-disclosure*.

Bagi remaja akhir, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi mengenai pentingnya membangun komunikasi tatap muka yang terbuka dan jujur dengan orang tua sebagai salah satu bentuk penguatan hubungan keluarga. Meskipun AI dapat dimanfaatkan sebagai media alternatif untuk memperoleh informasi atau mengekspresikan perasaan, komunikasi langsung dengan orang tua tetap diperlukan untuk membangun kedekatan emosional serta memperoleh dukungan yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh teknologi.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dikembangkan dengan melibatkan karakteristik keluarga yang lebih beragam, seperti keluarga dengan tingkat keharmonisan yang berbeda atau rentang usia remaja yang lebih luas. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengkaji secara

lebih mendalam hubungan antara penggunaan AI sebagai media *self-disclosure* dengan pola komunikasi interpersonal remaja dan orang tua sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika komunikasi keluarga pada era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Alruthaya, A., Nguyen, T. T., & Lokuge, S. (2021). The application of digital technology and the learning characteristics of Generation Z in higher education. *Education and Information Technologies*, 26(1), 1–24. doi:10.1007/s10639-021-10459-9
- Baudat, S., Mantzouranis, G., Van Petegem, S., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2022). How do adolescents manage information in the relationship with their parents? A latent class analysis of disclosure, keeping secrets, and lying. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(6), 1134–1152. doi:10.1007/s10964-022-01599-0
- Croes, E. A. J., Anthéunis, M. L., van der Lee, C., & de Wit, J. M. S. (2024). Digital confessions: The willingness to disclose intimate information to a chatbot and its impact on emotional well-being. *Interacting with Computers*, 36(5),

- 279–292.
doi:10.1093/iwc/iwae016
- 119–151. doi:10.1007/s00779-024-01823-7
- DeVito, J. A. (2016). *The interpersonal communication book* (14th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Fatmasari, A. F., & Nurhayati, N. F. (2020). Kedekatan ibu-anak di era digital: Studi kualitatif pada anak usia *emerging adult*. *Jurnal EMPATI*, 9(5), 384–397. doi:10.14710/empati.2020.29262
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan diri (*self disclosure*) siswa dalam perspektif budaya dan implikasinya bagi konseling. *Widya Warta: Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*, 33(1), 95–112.
- Gainau, M. B. (2025). *Self disclosure remaja dalam berkomunikasi dan berbudaya*. Yogyakarta: Jejak Pustaka.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Mulyana, D. (2017). *Ilmu komunikasi: Suatu pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Papneja, H., & Yadav, N. (2025). Self-disclosure to conversational AI: A literature review, emergent framework, and directions for future research. *Personal and Ubiquitous Computing*, 29(2),
- Vijayakumar, N., & Pfeifer, J. H. (2020). Self-disclosure during adolescence: Exploring the means, targets, and types of personal exchanges. *Current Opinion in Psychology*, 31, 135–140. doi:10.1016/j.copsyc.2019.08.005
- Zuhair Muhammad, W., Dwi Erliana, Y., & Hakim, L. (2021). Hubungan jenis kepribadian (ekstrovert & introvert) dengan pengungkapan diri (*self disclosure*) pada pengguna media sosial Instagram: Studi kasus pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 4(1), 13–18. doi:10.36761/jp.v4i1.1266