

LAMPIRAN

Lampiran I Pedoman Wawancara

Pedoman Wawancara (Anak Panti)

**GAMBARAN *SELF-DISCLOSURE* PADA REMAJA PUTRI PANTI
ASUHAN AISYIYAH HIKMAH ZAM-ZAM BANJARMASIN**

Identitas Responden (Opsional, Sesuai Etika Penelitian)

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :
4. Lama Tinggal di Panti:

Bagian 1: Pendahuluan – Kehidupan Sehari-hari di Panti

1. Bisa Anda ceritakan sedikit tentang keseharian Anda di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam?
2. Bagaimana hubungan Anda dengan teman-teman sebaya di panti? Apakah ada teman dekat di sini?
3. Bagaimana interaksi Anda dengan pengasuh atau pengurus panti? Seberapa sering Anda berbicara dengan mereka?
4. Apakah Anda merasa nyaman tinggal di panti? Apa alasan utama kenyamanan atau ketidaknyamanan Anda?

Bagian 2: Pemahaman tentang *Self-Disclosure*

5. Apa yang biasanya Anda rasakan ketika ingin berbagi cerita atau pengalaman pribadi dengan orang lain?
6. Apakah Anda sering berbicara tentang perasaan atau masalah pribadi dengan orang lain? Mengapa iya atau tidak?
7. Apa yang membuat Anda memilih untuk bercerita atau tidak bercerita kepada seseorang?
8. Apakah Anda lebih suka menyimpan perasaan sendiri atau berbagi dengan orang lain? Apa alasannya?
9. Bagaimana reaksi orang-orang di sekitar Anda saat Anda menceritakan sesuatu yang bersifat pribadi?

Bagian 3: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Disclosure*

10. Dengan siapa Anda paling nyaman berbagi cerita? (Teman, pengasuh, guru, saudara, atau orang lain?) Mengapa?

11. Apakah ada orang tertentu di panti yang sulit untuk diajak berbagi cerita? Apa alasannya?
12. Menurut Anda, faktor apa saja yang membuat seseorang merasa nyaman untuk berbagi cerita?
13. Apakah pernah ada pengalaman di mana Anda ingin berbagi cerita tetapi merasa ragu atau takut? Bisa diceritakan?
14. Apakah ada perbedaan cara Anda berbagi cerita dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang dewasa?

Bagian 4: Pola dan Gambaran *Self-Disclosure*

15. Seberapa sering Anda berbagi cerita atau pengalaman pribadi dengan orang lain? (Setiap hari, seminggu sekali, jarang, tidak pernah?)
16. Apakah ada topik tertentu yang mudah untuk diceritakan, seperti hobi atau kegiatan sehari-hari?
17. Apakah ada topik yang sulit untuk diungkapkan, seperti masalah keluarga atau perasaan sedih? Mengapa?
18. Bagaimana cara Anda mengekspresikan perasaan jika tidak bisa berbicara langsung? (Menulis, berdoa, berbicara dengan diri sendiri, dll.)
19. Bagaimana reaksi teman-teman atau pengasuh ketika Anda berbagi cerita? Apakah mereka mendukung atau kurang responsif?
20. Apakah ada orang yang pernah mengkhianati kepercayaan Anda setelah Anda berbagi cerita? Bagaimana perasaan Anda?

Bagian 5: Dampak *Self-Disclosure* terhadap Kehidupan di Panti

21. Bagaimana perasaan Anda setelah berbagi cerita dengan orang lain? Apakah itu membantu Anda merasa lebih baik?
22. Apakah berbagi cerita pernah membantu Anda dalam menyelesaikan masalah atau mendapatkan dukungan emosional? Bisa diceritakan?
23. Apakah Anda merasa lebih dekat dengan seseorang setelah berbagi cerita dengannya?
24. Apakah ada pengalaman buruk yang membuat Anda enggan untuk berbagi cerita lagi? Jika iya, bagaimana cara Anda mengatasinya?
25. Apakah ada manfaat tertentu dari berbagi cerita yang menurut Anda sangat penting bagi remaja di panti?

Bagian 6: Rekomendasi dan Harapan

26. Menurut Anda, apakah penting bagi remaja di panti untuk bisa terbuka dan berbagi cerita dengan orang lain? Mengapa?

27. Apa yang bisa dilakukan agar remaja di panti merasa lebih nyaman untuk berbagi cerita atau perasaan mereka?
28. Jika ada program atau kegiatan di panti yang dapat membantu meningkatkan keterbukaan remaja dalam berbagi cerita, menurut Anda, seperti apa program yang cocok? Jika Anda bisa memberi saran kepada teman-teman di panti tentang berbagi cerita, apa yang ingin Anda sampaikan?
30. Apakah ada hal lain yang ingin Anda sampaikan terkait dengan pengalaman Anda dalam berbagi cerita di panti?

Pedoman Wawancara Untuk Pengasuh atau Pimpinan Panti Asuhan

GAMBARAN *SELF-DISCLOSURE* PADA REMAJA PUTRI PANTI ASUHAN AISYIYAH HIKMAH ZAM-ZAM BANJARMASIN

A. Identitas Responden (Opsional, Sesuai Etika Penelitian)

1. Nama:
2. Usia:
3. Jabatan:
4. Lama bekerja di panti:

B. Pemahaman tentang Kehidupan Remaja di Panti

1. Bisa Anda jelaskan bagaimana kehidupan sehari-hari remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam?
2. Bagaimana hubungan sosial antara remaja di panti? Apakah mereka cenderung terbuka satu sama lain?
3. Seberapa sering anak-anak berbagi cerita atau pengalaman mereka kepada pengasuh atau pengurus panti?

C. Pengamatan terhadap Pola *Self-Disclosure* Remaja

4. Menurut pengamatan Anda, apakah remaja di panti cenderung mudah terbuka atau lebih banyak menyimpan perasaan mereka sendiri? Mengapa demikian?
5. Dalam situasi apa biasanya mereka lebih mudah berbagi cerita atau perasaan?
6. Apa saja topik yang biasanya mereka ceritakan kepada pengasuh atau pengurus panti?
7. Apakah ada topik tertentu yang mereka enggan untuk dibicarakan? Jika iya, mengapa menurut Anda hal tersebut terjadi?

D. Faktor yang Mempengaruhi *Self-Disclosure*

8. Faktor apa saja yang menurut Anda membuat remaja merasa nyaman atau tidak nyaman dalam berbagi cerita?
9. Apakah hubungan antara remaja dengan pengasuh memengaruhi tingkat keterbukaan mereka? Jika iya, bagaimana?
10. Apakah ada perbedaan dalam keterbukaan antara remaja yang baru tinggal di panti dengan mereka yang sudah lama di sini?

E. Upaya Pengasuh dalam Meningkatkan Keterbukaan Remaja

11. Apakah ada program atau kegiatan tertentu di panti yang dirancang untuk mendorong keterbukaan anak-anak dalam berbagi cerita?
12. Bagaimana cara pengasuh membangun kepercayaan dengan remaja agar mereka lebih nyaman berbagi cerita?
13. Apakah ada pendekatan khusus yang digunakan pengasuh ketika remaja tampak tertutup atau enggan berbagi perasaan mereka?

F. Dampak *Self-Disclosure* terhadap Kehidupan Remaja di Panti

14. Menurut Anda, apakah *self-disclosure* memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan emosional dan sosial remaja di panti? Jika iya, bagaimana pengaruhnya?
15. Apakah ada contoh kasus di mana berbagi cerita membantu seorang remaja dalam menyelesaikan masalah atau merasa lebih baik?
16. Sebaliknya, apakah ada pengalaman di mana seorang remaja mengalami dampak negatif setelah berbagi cerita?

G. Rekomendasi dan Harapan

17. Menurut Anda, seberapa penting bagi remaja di panti untuk bisa terbuka dan berbagi cerita?
18. Apa yang bisa dilakukan untuk menciptakan lingkungan yang lebih mendukung *self-disclosure* di kalangan remaja panti?
19. Jika ada program baru yang dapat membantu meningkatkan keterbukaan remaja dalam berbagi cerita, menurut Anda, seperti apa program yang cocok?
20. Apa pesan atau saran Anda bagi remaja di panti terkait pentingnya berbagi cerita dan membangun kepercayaan dengan orang-orang di sekitar mereka?

Lampiran II *Verbatim***Verbatim**1. **Subjek NS**

Nama: NS

Hari/Tanggal : Senin, 10 Februari 2025

Waktu : 13.00-14.50 WITA

Lokasi : Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam

No	Uraian	Tema
1	Assalamualaikum	Pembukaan
2	waalaikumsalam	
3	Halo, NS . Terima kasih ya sudah mau ngobrol sama aku hari ini.	
4	Aku ingin tahu lebih banyak tentang keseharian kamu di panti	
5	dan bagaimana kamu biasanya berbagi cerita atau perasaan sama	
6	teman-teman atau pengasuh di sini.	
7	Wawancara ini cuma buat bantu aku memahami lebih baik	
8	tentang pengalaman kamu dan teman-teman di panti. Semua	
9	yang kamu ceritakan akan aku jaga kerahasiaannya dan aku	
10	nggak akan memberitahu orang lain tanpa izin kamu.	
11	Kalau kamu siap, kita mulai ya. Kalau ada yang nggak kamu	
12	mau jawab, kamu boleh bilang saja.	
13	Mau ka	
14	Baiklah, kamu cukup menjawab saja ya dan kita santai saja	
15	sambil ngobrol.	
16	Ingggh ka	
17		
18	Bagian 1: Kehidupan Sehari-hari di Panti	Isi
19	1. Bisa Anda ceritakan sedikit tentang keseharian Anda di	
20	Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam?	
21	Saya biasanya bangun pagi, salat subuh, lalu bersiap untuk	
22	sekolah. Pulang sekolah istirahat, belajar, dan membantu	
23	kegiatan di panti seperti membersihkan ruangan atau membantu	
24	adik-adik. Malam hari ada waktu mengaji atau membaca buku.	
25	2. Bagaimana hubungan Anda dengan teman-teman sebaya	
26	di panti? Apakah ada teman dekat di sini?	
27	Hubungan saya cukup baik dengan teman-teman. Saya punya	
28	dua teman dekat yang sering saya ajak bicara atau main bareng.	
29	3. Bagaimana interaksi Anda dengan pengasuh atau	
30	pengurus panti? Seberapa sering Anda berbicara dengan	
31	mereka?	
32	Saya cukup sering berbicara dengan pengasuh, terutama saat ada	
33	kegiatan atau masalah. Tapi untuk hal pribadi, saya jarang	
34	terbuka kepada mereka.	
35	4. Apakah Anda merasa nyaman tinggal di panti? Apa	
36	alasan utama kenyamanan atau ketidaknyamanan Anda?	

37	Saya merasa cukup nyaman. Lingkungannya tenang, dan ada	
38	teman-teman yang membuat saya tidak merasa sendiri. Tapi	
39	kadang saya merasa rindu keluarga.	
40	Bagian 2: Pemahaman tentang Self-Disclosure	
41	5. Apa yang biasanya Anda rasakan ketika ingin berbagi	
42	cerita atau pengalaman pribadi dengan orang lain?	
43	Saya merasa ragu-ragu. Kadang lega, tapi juga khawatir cerita	
44	saya akan disebar.	
45	6. Apakah Anda sering berbicara tentang perasaan atau	
46	masalah pribadi dengan orang lain? Mengapa iya atau	
47	tidak?	
48	Tidak terlalu sering. Saya takut tidak dipahami atau malah	
49	dianggap lebay.	
50	7. Apa yang membuat Anda memilih untuk bercerita atau	
51	tidak bercerita kepada seseorang?	
52	Saya akan bercerita kalau saya sudah percaya dan merasa aman	
53	dengan orang tersebut.	
54	8. Apakah Anda lebih suka menyimpan perasaan sendiri	
55	atau berbagi dengan orang lain? Apa alasannya?	
56	Saya lebih suka menyimpan sendiri karena saya merasa lebih	
57	tenang begitu, meskipun kadang jadi merasa tertekan.	
58	9. Bagaimana reaksi orang-orang di sekitar Anda saat Anda	
59	menceritakan sesuatu yang bersifat pribadi?	
60	Ada yang peduli dan mendengarkan, tapi ada juga yang cuek	
61	atau malah menyebarkan cerita saya.	
62	Bagian 3: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-	
63	Disclosure	
64	10. Dengan siapa Anda paling nyaman berbagi cerita?	
65	(Teman, pengasuh, guru, saudara, atau orang lain?)	
66	Mengapa?	
67	Saya paling nyaman berbagi dengan satu teman dekat saya	
68	karena dia tidak pernah menghakimi dan bisa dipercaya.	
69	11. Apakah ada orang tertentu di panti yang sulit untuk	
70	diajak berbagi cerita? Apa alasannya?	
71	Ada beberapa teman yang suka mengolok-olok atau	
72	menyebarkan cerita. Jadi saya menghindar untuk cerita ke	
73	mereka.	
74	12. Menurut Anda, faktor apa saja yang membuat seseorang	
75	merasa nyaman untuk berbagi cerita?	
76	Rasa percaya, tidak dihakimi, dan suasana yang tenang. Kalau	
77	orangnya sabar mendengarkan juga membantu.	
78	13. Apakah pernah ada pengalaman di mana Anda ingin	
79	berbagi cerita tetapi merasa ragu atau takut? Bisa	
80	diceritakan?	
81	Pernah, waktu saya merasa sedih karena keluarga. Saya ingin	
82	cerita, tapi takut ditertawakan, jadi akhirnya saya diam saja.	
83		

84	14. Apakah ada perbedaan cara Anda berbagi cerita dengan	
85	teman sebaya dibandingkan dengan orang dewasa?	
86	Iya, kalau dengan teman sebaya saya bisa lebih bebas, tapi	
87	dengan orang dewasa saya lebih hati-hati karena takut salah	
88	paham.	
89	Bagian 4: Pola dan Gambaran Self-Disclosure	
90	15. Seberapa sering Anda berbagi cerita atau pengalaman	
91	pribadi dengan orang lain? (Setiap hari, seminggu sekali,	
92	jarang, tidak pernah?)	
93	Jarang. Biasanya kalau benar-benar butuh saja.	
94	16. Apakah ada topik tertentu yang mudah untuk	
95	diceritakan, seperti hobi atau kegiatan sehari-hari?	
96	Iya, kalau soal sekolah, hobi, atau makanan, saya cukup terbuka.	
97	17. Apakah ada topik yang sulit untuk diungkapkan, seperti	
98	masalah keluarga atau perasaan sedih? Mengapa?	
99	Iya, karena itu sangat pribadi dan saya takut dianggap lemah atau	
100	terlalu sensitif.	
101	18. Bagaimana cara Anda mengekspresikan perasaan jika	
102	tidak bisa berbicara langsung? (Menulis, berdoa, berbicara	
103	dengan diri sendiri, dll.)	
104	Saya biasanya menulis di buku harian atau berdoa.	
105	19. Bagaimana reaksi teman-teman atau pengasuh ketika	
106	Anda berbagi cerita? Apakah mereka mendukung atau	
107	kurang responsif?	
108	Teman dekat saya biasanya mendukung. Tapi pengasuh kadang	
109	terlalu sibuk, jadi saya jarang bercerita ke mereka.	
110	20. Apakah ada orang yang pernah mengkhianati	
111	kepercayaan Anda setelah Anda berbagi cerita? Bagaimana	
112	perasaan Anda?	
113	Pernah. Rasanya kecewa dan saya jadi lebih tertutup setelah itu.	
114		
115	Bagian 5: Dampak Self-Disclosure terhadap Kehidupan di	
116	Panti	
117	21. Bagaimana perasaan Anda setelah berbagi cerita dengan	
118	orang lain? Apakah itu membantu Anda merasa lebih baik?	
119	Kalau yang saya ajak bicara mendengarkan, saya merasa lega	
120	dan lebih tenang.	
121	22. Apakah berbagi cerita pernah membantu Anda dalam	
122	menyelesaikan masalah atau mendapatkan dukungan	
123	emosional? Bisa diceritakan?	
124	Pernah, waktu saya bingung dengan pelajaran, teman saya bantu	
125	dan juga menyemangati saya.	
126	23. Apakah Anda merasa lebih dekat dengan seseorang	
127	setelah berbagi cerita dengannya?	
128	Iya, saya merasa lebih dekat dan percaya.	
129	24. Apakah ada pengalaman buruk yang membuat Anda	
130	enggan untuk berbagi cerita lagi? Jika iya, bagaimana cara	

131	Anda mengatasinya?	
132	Ada. Saya dikhianati. Sekarang saya lebih hati-hati dan memilih	
133	orang sebelum bercerita.	
134	25. Apakah ada manfaat tertentu dari berbagi cerita yang	
135	menurut Anda sangat penting bagi remaja di panti?	
136	Iya, bisa mengurangi beban pikiran dan menambah kedekatan	
137	antar sesama.	
138	Bagian 6: Rekomendasi dan Harapan	
140	26. Menurut Anda, apakah penting bagi remaja di panti	
141	untuk bisa terbuka dan berbagi cerita dengan orang lain?	
142	Mengapa?	
143	Penting, supaya tidak memendam perasaan sendiri dan bisa	
144	saling mendukung.	
145	27. Apa yang bisa dilakukan agar remaja di panti merasa	
146	lebih nyaman untuk berbagi cerita atau perasaan mereka?	
147	Harus ada tempat dan waktu khusus, misalnya sesi curhat atau	
148	konseling, dan pengasuh juga perlu lebih terbuka dan sabar.	
149	28. Jika ada program atau kegiatan di panti yang dapat	
150	membantu meningkatkan keterbukaan remaja dalam	
151	berbagi cerita, menurut Anda, seperti apa program yang	
152	cocok?	
153	Mungkin seperti kegiatan diskusi kelompok kecil atau jurnal	
154	harian yang bisa dikumpulkan ke pengasuh.	
155	29. Jika Anda bisa memberi saran kepada teman-teman di	
156	panti tentang berbagi cerita, apa yang ingin Anda	
157	sampaikan?	
158	Pilih orang yang bisa dipercaya. Jangan dipendam sendiri, karena	
159	berbagi bisa membuat hati lebih tenang.	
160	30. Apakah ada hal lain yang ingin Anda sampaikan terkait	
161	dengan pengalaman Anda dalam berbagi cerita di panti?	
162	Saya berharap ada lebih banyak waktu untuk berbicara bersama,	
163	dan pengasuh lebih memahami kami.	
164		
165		
166		
167		
168		
169		
170		
171		
172	Terima kasih banyak ya sudah mau berbagi cerita dan	Penutup
173	pengalaman kamu hari ini. Cerita kamu sangat membantu aku	
174	untuk memahami kehidupan di panti dan bagaimana kamu	
175	menghadapi perasaan atau masalah yang ada.	
176	Kalau nanti kamu punya hal lain yang ingin kamu ceritakan,	
177	kamu bisa bilang ke aku kapan saja. Semoga apa yang kamu bagi	
178		

179	bisa membantu kamu dan teman-teman di panti agar hidup di sini	
180	makin nyaman dan bahagia.	
181	Semoga kamu selalu sehat dan semangat ya! Terima kasih sekali lagi.	

2. Subjek NF

Nama : NF

Hari/Tanggal : Senin, 10 Februari 2025

Waktu : 16.00-17.00 WITA

Lokasi : Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam

Aris	Uraian	Tema
1	Assalamualaikum	Pembukaan
2	waalaikumsalam	
3	Halo, NF. Terima kasih ya sudah mau ngobrol sama aku hari ini.	
4	Aku ingin tahu lebih banyak tentang keseharian kamu di panti	
5	dan bagaimana kamu biasanya berbagi cerita atau perasaan sama	
6	teman-teman atau pengasuh di sini.	
7	Wawancara ini cuma buat bantu aku memahami lebih baik	
8	tentang pengalaman kamu dan teman-teman di panti. Semua	
9	yang kamu ceritakan akan aku jaga kerahasiaannya dan aku	
10	nggak akan memberitahu orang lain tanpa izin kamu.	
11	Kalau kamu siap, kita mulai ya. Kalau ada yang nggak kamu	
12	mau jawab, kamu boleh bilang saja.	
13	Mau ka	
14	Baiklah, kamu cukup menjawab saja ya dan kita santai saja	
15	sambil ngobrol.	
16	Siap ka	
17		
18	Bagian 1: Kehidupan Sehari-hari di Panti	Isi
19	1. Bagaimana rutinitas atau kegiatan harian yang kamu	
20	lakukan selama tinggal di panti?	
21	<i>Saya biasanya bangun sebelum subuh, lalu ikut salat berjamaah.</i>	
22	<i>Setelah itu bersiap ke sekolah. Sepulang sekolah, saya bantu</i>	
23	<i>bersih-bersih, kadang bantu memasak, lalu ada waktu untuk</i>	
24	<i>mengaji dan belajar malam.</i>	
25	2. Bagaimana hubungan kamu dengan teman-teman sesama	
26	penghuni panti?	
27	<i>Saya akrab dengan beberapa teman, terutama dengan NS dan</i>	
28	<i>MB. Kami sering saling cerita dan belajar bareng.</i>	
29	3. Apakah kamu merasa nyaman berbicara dengan	
30	pengasuh atau staf panti? Jelaskan.	
31	<i>Saya cukup sering berbicara dengan pengasuh, terutama jika</i>	
32	<i>ada hal yang mengganggu pikiran saya. Kadang saya juga cuma</i>	
33	<i>sekadar bertanya atau minta nasihat.</i>	
34	4. Apa yang membuat kamu merasa nyaman atau tidak	
35	nyaman selama tinggal di panti?	

36	<i>Saya merasa nyaman karena merasa aman dan punya teman.</i>	
37	<i>Tapi kadang saya rindu keluarga, terutama ibu.</i>	
38		
39	Bagian 2: Pemahaman tentang Self-Disclosure	
40	5. Apa yang kamu rasakan saat ingin menceritakan sesuatu	
41	yang bersifat pribadi?	
42	<i>Saya merasa gugup kalau mau cerita, tapi juga ingin ada yang</i>	
43	<i>mendengarkan.</i>	
44	6. Apakah kamu sering menceritakan perasaan atau pikiran	
45	pribadi kepada orang lain?	
46	<i>Kadang saya cerita, kadang tidak. Kalau saya merasa orang itu</i>	
47	<i>peduli, saya akan cerita.</i>	
48	7. Apa yang membuat kamu memutuskan untuk	
49	menceritakan atau menyembunyikan sesuatu?	
50	<i>Saya lihat dari cara dia bersikap, kalau dia suka menilai orang</i>	
51	<i>atau tidak.</i>	
52	8. Bagaimana kamu menyikapi keinginan untuk bercerita	
53	tetapi merasa ragu atau takut?	
54	<i>Kalau bisa, saya cerita. Tapi kalau belum siap, saya simpan</i>	
55	<i>sendiri dulu.</i>	
56	9. Menurut kamu, bagaimana reaksi orang-orang di	
57	sekitarmu saat kamu bercerita?	
58	<i>Ada yang peduli, tapi ada juga yang tidak terlalu</i>	
59	<i>memperhatikan, jadi saya pilih-pilih.</i>	
60		
61	Bagian 3: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-	
62	Disclosure	
63	10. Kepada siapa kamu merasa paling nyaman untuk	
64	bercerita? Mengapa?	
65	<i>Saya paling nyaman cerita ke NS dan pengasuh. Mereka bisa</i>	
66	<i>jaga rahasia dan memberi semangat.</i>	
67	11. Apakah ada orang yang membuat kamu tidak nyaman	
68	untuk bercerita? Mengapa?	
69	<i>Ada beberapa anak yang suka mengolok-olok, jadi saya tidak</i>	
70	<i>cerita ke mereka.</i>	
71	12. Menurut kamu, apa yang penting agar seseorang bisa	
72	jadi tempat curhat yang baik?	
73	<i>Yang penting itu rasa percaya, aman, dan empati.</i>	
74	13. Apakah kamu pernah ingin bercerita tapi memilih diam?	
75	Ceritakan mengapa.	
76	<i>Pernah, waktu saya merasa sedih karena surat dari keluarga,</i>	
77	<i>saya ingin cerita tapi takut dianggap cengeng.</i>	
78	14. Apakah kamu lebih mudah bercerita kepada teman	
79	sebaya atau orang dewasa? Mengapa?	
80	<i>Dengan teman sebaya saya lebih terbuka. Tapi dengan orang</i>	
81	<i>dewasa saya bicara seperlunya.</i>	
82		

83	Bagian 4: Pola dan Gambaran Self-Disclosure	
84	15. Seberapa sering kamu menceritakan hal-hal pribadi	
85	kepada orang lain?	
86	<i>Tidak sering. Hanya kalau saya benar-benar butuh cerita.</i>	
87	16. Topik seperti apa yang biasanya kamu ceritakan?	
88	<i>Cerita tentang sekolah atau kegiatan sehari-hari biasanya</i>	
89	<i>gampang.</i>	
90	17. Apakah ada topik yang kamu hindari untuk diceritakan?	
91	Mengapa?	
92	<i>Cerita soal keluarga dan masa lalu itu sulit, karena</i>	
93	<i>menyakitkan.</i>	
94	18. Apa yang kamu lakukan ketika kamu tidak bisa	
95	bercerita kepada siapa pun?	
96	<i>Saya menulis puisi atau menyendiri, kadang menangis diam-</i>	
97	<i>diam.</i>	
98	19. Bagaimana tanggapan orang lain terhadap cerita kamu?	
99	<i>Temannya saya biasanya mendukung. Tapi kalau pengasuh kadang</i>	
100	<i>sibuk.</i>	
101	20. Apakah kamu pernah mengalami pengalaman tidak	
102	menyenangkan saat bercerita? Ceritakan.	
103	<i>Pernah. Saya cerita, tapi malah disebar ke anak lain. Rasanya</i>	
104	<i>sakit hati.</i>	
105	Bagian 5: Dampak Self-Disclosure terhadap Kehidupan di	
106	Panti	
107	21. Bagaimana perasaan kamu setelah menceritakan sesuatu	
108	yang penting?	
109	<i>Biasanya saya merasa lebih tenang, meski tidak selalu langsung</i>	
110	<i>lega.</i>	
111	22. Apakah pernah ada perubahan setelah kamu terbuka	
112	kepada seseorang? Jelaskan.	
113	<i>Pernah, ketika saya bingung tentang sekolah, saya cerita ke</i>	
114	<i>pengasuh dan diberi solusi.</i>	
115	23. Apakah kamu merasa hubunganmu dengan orang lain	
116	berubah setelah kamu terbuka?	
117	<i>Iya, setelah cerita saya merasa lebih dekat dan lebih dipercaya</i>	
118	<i>juga.</i>	
119	24. Apakah kamu pernah merasa menyesal setelah	
120	bercerita? Ceritakan.	
121	<i>Iya, tapi sekarang saya belajar memilih orang yang tepat.</i>	
122	25. Apa yang membuat kamu merasa penting untuk	
123	menceritakan hal pribadi?	
124	<i>Supaya tidak merasa sendirian dan tahu bahwa kita tidak sendiri</i>	
125	<i>menghadapi masalah.</i>	
126		
127	Bagian 6: Rekomendasi dan Harapan	
128	26. Menurut kamu, seberapa penting self-disclosure bagi	
129	remaja di panti asuhan?	

130	<i>Penting, karena bisa mengurangi stres dan menjaga kesehatan</i>	
131	<i>mental.</i>	
132	27. Apa yang bisa dilakukan untuk membuat anak-anak di	
133	panti lebih terbuka satu sama lain?	
134	<i>Buat suasana aman, jangan saling menghakimi, dan ada</i>	
135	<i>kegiatan berbagi rutin.</i>	
136	28. Menurut kamu, kegiatan seperti apa yang bisa	
137	membantu anak-anak lebih terbuka?	
138	<i>Seperti sesi curhat kelompok atau kegiatan saling menulis surat</i>	
140	<i>dan dibaca bersama.</i>	
141	29. Apa pesan kamu untuk teman-teman sebaya agar tidak	
142	takut terbuka?	
143	<i>Jangan takut untuk cerita. Tapi pilih orang yang bisa dipercaya.</i>	
144	30. Harapan kamu untuk diri sendiri dan lingkungan panti	
145	ke depannya?	
146	<i>Saya harap di panti ini makin banyak kegiatan yang bisa</i>	
147	<i>membuat kita lebih dekat satu sama lain.</i>	
148		
149		
149	Terima kasih banyak ya sudah mau berbagi cerita dan	Penutup
150	pengalaman kamu hari ini. Cerita kamu sangat membantu aku	
151	untuk memahami kehidupan di panti dan bagaimana kamu	
152	menghadapi perasaan atau masalah yang ada.	
153	Kalau nanti kamu punya hal lain yang ingin kamu ceritakan,	
154	kamu bisa bilang ke aku kapan saja. Semoga apa yang kamu bagi	
155	bisa membantu kamu dan teman-teman di panti agar hidup di	
156	sini makin nyaman dan bahagia.	
157	Semoga kamu selalu sehat dan semangat ya! Terima kasih sekali	
158	lagi	
159	Ia ka sama sama	

3. Subjek NF

Nama : NF

Hari/Tanggal : Senin, 10 Februari 2025

Waktu : 17.00-18.00 WITA

No	Uraian	Tema
1	Assalamualaikum	Pembukaan
2	waalaikumsalam	
3	Halo, MB. Terima kasih ya sudah mau ngobrol sama aku hari ini.	
4	Aku ingin tahu lebih banyak tentang keseharian kamu di panti	
5	dan bagaimana kamu biasanya berbagi cerita atau perasaan sama	
6	teman-teman atau pengasuh di sini.	
7	Wawancara ini cuma buat bantu aku memahami lebih baik	
8	tentang pengalaman kamu dan teman-teman di panti. Semua	
9		

10	yang kamu ceritakan akan aku jaga kerahasiaannya dan aku	
11	nggak akan memberitahu orang lain tanpa izin kamu.	
12	Kalau kamu siap, kita mulai ya. Kalau ada yang nggak kamu mau	
13	jawab, kamu boleh bilang saja.	
14	Mau ka	
15	Baiklah, kamu cukup menjawab saja ya dan kita santai saja	
16	sambil ngobrol.	
17	Siap ka	
18	Bagian 1: Kehidupan Sehari-hari di Panti	Isi
19	1. Bisa ceritakan bagaimana keseharian Anda di panti?	
20	<i>Saya biasanya bangun pagi, ikut salat subuh berjamaah, lalu</i>	
21	<i>sarapan. Setelah itu saya pergi ke sekolah. Sepulang sekolah,</i>	
22	<i>saya mengerjakan PR dan membantu pengasuh di dapur.</i>	
23	<i>Malamnya ada waktu belajar bersama dan ngaji.</i>	
24	2. Bagaimana hubungan Anda dengan teman-teman sebaya	
25	di panti? Apakah ada teman dekat?	
26	<i>Saya punya beberapa teman dekat, terutama NF dan NS. Kami</i>	
27	<i>saling membantu dan sering ngobrol tentang banyak hal.</i>	
28	3. Bagaimana interaksi Anda dengan pengasuh atau	
29	pengurus panti? Seberapa sering Anda berbicara dengan	
30	mereka?	
31	<i>Saya cukup dekat dengan pengasuh, biasanya saya cerita kalau</i>	
32	<i>ada masalah. Mereka juga sering memberi nasihat.</i>	
33	4. Apakah Anda merasa nyaman tinggal di panti? Apa	
34	alasan?	
35	<i>Saya merasa cukup nyaman karena di sini saya merasa aman</i>	
36	<i>dan ada banyak teman. Tapi saya juga kangen keluarga.</i>	
37		
38	Bagian 2: Pemahaman tentang Self-Disclosure	
39	5. Apa yang biasanya Anda rasakan saat ingin berbagi cerita	
40	pribadi dengan orang lain?	
41	<i>Kadang saya merasa takut atau malu, tapi juga ingin didengar</i>	
42	<i>dan dimengerti.</i>	
43	6. Apakah Anda sering berbicara tentang perasaan atau	
44	masalah pribadi dengan orang lain? Mengapa?	
45	<i>Saya jarang, biasanya hanya dengan teman dekat atau pengasuh</i>	
46	<i>karena saya percaya mereka.</i>	
47	7. Apa yang membuat Anda memilih untuk bercerita atau	
48	tidak?	
49	<i>Kalau saya merasa orang itu bisa dipercaya dan tidak akan</i>	
50	<i>menyebarkan rahasia saya, saya akan cerita.</i>	
51	8. Apakah Anda lebih suka menyimpan perasaan sendiri	
52	atau berbagi dengan orang lain? Mengapa?	
53	<i>Kadang saya simpan sendiri, tapi kalau sudah terlalu berat saya</i>	
54	<i>pilih berbagi supaya lega.</i>	
55	9. Bagaimana reaksi orang-orang di sekitar Anda saat Anda	
56	bercerita sesuatu yang pribadi?	

57	<i>Biasanya mereka mendengarkan dan memberi dukungan, tapi</i>	
58	<i>ada juga yang kurang paham.</i>	
59		
60	Bagian 3: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-	
61	Disclosure	
62	10. Dengan siapa Anda paling nyaman berbagi cerita?	
63	Mengapa?	
64	<i>Saya paling nyaman berbagi dengan teman dekat dan pengasuh</i>	
65	<i>karena mereka selalu mendukung saya.</i>	
66	11. Apakah ada orang yang sulit diajak berbagi cerita? Apa	
67	alasanannya?	
68	<i>Ada beberapa yang saya rasa kurang bisa dipercaya, jadi saya</i>	
69	<i>tidak cerita pada mereka.</i>	
70	12. Apa faktor yang menurut Anda membuat seseorang	
71	nyaman untuk berbagi cerita?	
72	<i>Rasa percaya, perhatian, dan tidak menghakimi.</i>	
73	13. Pernahkah Anda ingin berbagi cerita tapi merasa ragu	
74	atau takut? Ceritakan.	
75	<i>Pernah, terutama saat masalah keluarga, saya takut</i>	
76	<i>disalahpahami.</i>	
77	14. Apakah Anda berbeda cara berbagi cerita dengan teman	
78	sebayu dibanding orang dewasa?	
79	<i>Ya, saya lebih terbuka dengan teman sebayu, dengan orang</i>	
80	<i>dewasa biasanya saya lebih berhati-hati.</i>	
81		
82	Bagian 4: Pola dan Gambaran Self-Disclosure	
83	15. Seberapa sering Anda berbagi cerita pribadi dengan	
84	orang lain?	
85	<i>Saya tidak sering, biasanya saat saya benar-benar butuh</i>	
86	<i>dukungan.</i>	
87	16. Topik apa yang mudah untuk Anda ceritakan?	
88	<i>Topik sekolah, hobi, atau kegiatan sehari-hari.</i>	
89	17. Apakah ada topik yang sulit untuk Anda ungkapkan?	
90	Mengapa?	
91	<i>Masalah keluarga atau perasaan sedih karena itu sangat</i>	
92	<i>pribadi.</i>	
93	18. Bagaimana cara Anda mengekspresikan perasaan jika	
94	tidak bisa berbicara langsung?	
95	<i>Saya menulis di buku harian atau berdoa.</i>	
96	19. Bagaimana reaksi teman dan pengasuh saat Anda	
97	berbagi cerita?	
98	<i>Mereka biasanya mendukung dan memberi nasihat yang baik.</i>	
99	20. Apakah Anda pernah mengalami pengkhianatan	
100	kepercayaan setelah berbagi cerita?	
101	<i>Belum pernah, tapi saya tetap hati-hati memilih orang untuk</i>	
102	<i>cerita.</i>	
103		

104	Bagian 5: Dampak Self-Disclosure terhadap Kehidupan di	
105	Panti	
106	21. Bagaimana perasaan Anda setelah berbagi cerita?	
107	<i>Biasanya saya merasa lebih lega dan tenang.</i>	
108	22. Apakah berbagi cerita membantu Anda menyelesaikan	
109	masalah atau mendapat dukungan?	
110	<i>Ya, sangat membantu saya merasa tidak sendiri.</i>	
111	23. Apakah Anda merasa lebih dekat dengan seseorang	
112	setelah berbagi cerita?	
113	<i>Iya, saya merasa lebih percaya dan dekat dengan teman yang</i>	
114	<i>saya ceritakan.</i>	
115	24. Apakah ada pengalaman buruk yang membuat Anda	
116	engggan berbagi cerita lagi?	
117	<i>Tidak ada pengalaman buruk yang serius, tapi saya tetap</i>	
118	<i>berhati-hati.</i>	
119	25. Menurut Anda, apa manfaat utama berbagi cerita bagi	
120	remaja di panti?	
121	<i>Dapat mengurangi beban pikiran dan meningkatkan rasa saling</i>	
122	<i>percaya.</i>	
123	Bagian 6: Rekomendasi dan Harapan	
124	26. Menurut Anda, pentingkah bagi remaja di panti untuk	
125	terbuka dan berbagi cerita?	
126	<i>Penting supaya kita bisa saling mendukung dan merasa tidak</i>	
127	<i>sendiri.</i>	
128	27. Apa yang bisa dilakukan agar remaja di panti lebih	
129	nyaman berbagi cerita?	
130	<i>Membuat lingkungan yang aman dan ramah, serta ada kegiatan</i>	
131	<i>sharing rutin.</i>	
132	28. Program atau kegiatan apa yang cocok untuk	
133	meningkatkan keterbukaan?	
134	<i>Sesi curhat kelompok, konseling, atau workshop pengembangan</i>	
135	<i>diri.</i>	
136	29. Pesan apa yang ingin Anda sampaikan kepada teman-	
137	teman tentang berbagi cerita?	
138	<i>Jangan takut untuk cerita, tapi pilih orang yang bisa dipercaya.</i>	
140	30. Ada hal lain yang ingin Anda sampaikan tentang	
141	pengalaman berbagi cerita?	
142	<i>Saya berharap di panti ini semakin banyak yang peduli dan</i>	
143	<i>saling mendukung.</i>	
144		
145		
146		
147		
148	Terima kasih banyak ya sudah mau berbagi cerita dan	Penutup
149	pengalaman kamu hari ini. Cerita kamu sangat membantu aku	
150	untuk memahami kehidupan di panti dan bagaimana kamu	
151	menghadapi perasaan atau masalah yang ada.	

152	Kalau nanti kamu punya hal lain yang ingin kamu ceritakan,	
153	kamu bisa bilang ke aku kapan saja. Semoga apa yang kamu bagi	
154	bisa membantu kamu dan teman-teman di panti agar hidup di sini	
155	makin nyaman dan bahagia.	
156	Semoga kamu selalu sehat dan semangat ya! Terima kasih sekali	
157	lagi	
158	Inggh ka, sama sama.	

4. Subjek H

Nama : H

Hari/Tanggal : Selasa, 11 Februari 2025

Waktu : 14.00-15.00 WITA

Lokasi : Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam

No	Uraian	Tema
1	Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.	Pembukaan
2	Pertama-tama, saya ucapkan terima kasih atas kesediaan Ibu	
3	untuk meluangkan waktu dalam sesi wawancara ini. Nama saya	
4	Istiqomah, dan saya sedang melakukan penelitian mengenai	
5	Gambaran self-disclosure atau keterbukaan diri pada remaja di	
6	Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam.	
7	Tujuan dari wawancara ini adalah untuk memahami bagaimana	
8	kehidupan sehari-hari remaja di panti, bagaimana mereka	
9	berbagi cerita dan perasaan, serta faktor-faktor yang	
10	mempengaruhi keterbukaan tersebut. Informasi yang Ibu berikan	
11	nantinya sangat penting untuk memperkaya hasil penelitian dan	
12	diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan	
13	pembinaan di panti ini.	
14	Semua informasi yang Ibu sampaikan akan dijaga	
15	kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan	
16	penelitian ini saja.	
17	Apakah Bapak/Ibu bersedia untuk melanjutkan wawancara ini?	
18	Jika ada hal yang ingin Bapak/Ibu tanyakan sebelum kita mulai,	
19	silakan disampaikan.	
20	Terima kasih.	
21		
22		
23	Pemahaman tentang Kehidupan Remaja di Panti	Isi
24	1. Bisa Anda jelaskan bagaimana kehidupan sehari-hari	
25	remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam?	
26	Remaja di panti menjalani rutinitas yang cukup disiplin, mulai	
27	dari bangun pagi, mengikuti kegiatan ibadah bersama, sekolah,	
28	hingga kegiatan pembinaan di sore dan malam hari. Mereka juga	
29	diberikan waktu untuk bermain dan bersosialisasi antar teman.	
30	2. Bagaimana hubungan sosial antara remaja di panti?	
31	Apakah mereka cenderung terbuka satu sama lain?	

<p>32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78</p>	<p>Hubungan sosial antar remaja cukup baik, namun tingkat keterbukaan berbeda-beda. Ada yang sangat terbuka, tapi sebagian masih cenderung menutup diri dan memilih menyimpan masalahnya sendiri.</p> <p>3. Seberapa sering anak-anak berbagi cerita atau pengalaman mereka kepada pengasuh atau pengurus panti?</p> <p>Biasanya mereka berbagi cerita bila ada masalah besar atau butuh nasihat, tapi tidak setiap hari. Frekuensinya cukup bervariasi tergantung kedekatan personal dan tingkat kepercayaan mereka terhadap pengasuh.</p> <p>C. Pengamatan terhadap Pola Self-Disclosure Remaja</p> <p>4. Menurut pengamatan Anda, apakah remaja di panti cenderung mudah terbuka atau lebih banyak menyimpan perasaan mereka sendiri? Mengapa demikian?</p> <p>Secara umum, remaja di sini lebih banyak menyimpan perasaan sendiri. Hal ini biasanya karena mereka merasa takut atau malu, atau belum sepenuhnya percaya dengan orang lain.</p> <p>5. Dalam situasi apa biasanya mereka lebih mudah berbagi cerita atau perasaan?</p> <p>Mereka lebih mudah terbuka saat merasa aman dan tidak dihakimi, misalnya saat sesi konseling pribadi atau ketika suasana sedang santai dan penuh dukungan.</p> <p>6. Apa saja topik yang biasanya mereka ceritakan kepada pengasuh atau pengurus panti?</p> <p>Biasanya mereka bercerita tentang masalah sekolah, persahabatan, atau kegiatan sehari-hari. Kadang juga bercerita tentang kerinduan pada keluarga.</p> <p>7. Apakah ada topik tertentu yang mereka enggan untuk dibicarakan? Jika iya, mengapa menurut Anda hal tersebut terjadi?</p> <p>Topik yang sangat pribadi seperti masalah keluarga atau pengalaman traumatis seringkali sulit mereka ungkapkan karena takut dianggap lemah atau dihakimi.</p> <p>D. Faktor yang Mempengaruhi Self-Disclosure</p> <p>8. Faktor apa saja yang menurut Anda membuat remaja merasa nyaman atau tidak nyaman dalam berbagi cerita?</p> <p>Rasa percaya, perhatian tanpa menghakimi, dan suasana yang mendukung membuat mereka nyaman. Sebaliknya, rasa takut ditolak, dihakimi, atau rahasianya disebarkan membuat mereka enggan berbagi.</p> <p>9. Apakah hubungan antara remaja dengan pengasuh memengaruhi tingkat keterbukaan mereka? Jika iya, bagaimana?</p> <p>Sangat berpengaruh. Semakin dekat dan dipercaya pengasuh, semakin besar kemungkinan mereka untuk terbuka.</p>	
---	---	--

79	10. Apakah ada perbedaan dalam keterbukaan antara remaja yang baru tinggal di panti dengan mereka yang sudah lama di sini?	
80		
81		
82	Biasanya yang sudah lama tinggal cenderung lebih terbuka	
83	karena sudah mengenal lingkungan dan pengasuh dengan baik,	
84	sedangkan yang baru datang masih banyak yang menutup diri.	
85		
86	E. Upaya Pengasuh dalam Meningkatkan Keterbukaan	
87	Remaja	
88	11. Apakah ada program atau kegiatan tertentu di panti	
89	yang dirancang untuk mendorong keterbukaan anak-anak	
90	dalam berbagi cerita?	
91	Ya, kami rutin mengadakan sesi sharing kelompok, konseling	
92	individu, serta kegiatan keagamaan dan pengembangan diri yang	
93	bertujuan membuka komunikasi.	
94	12. Bagaimana cara pengasuh membangun kepercayaan	
95	dengan remaja agar mereka lebih nyaman berbagi cerita?	
96	Kami berusaha menjadi pendengar yang baik, menghargai	
97	perasaan mereka, menjaga kerahasiaan, dan selalu memberikan	
98	respons yang positif dan membangun.	
99	13. Apakah ada pendekatan khusus yang digunakan	
100	pengasuh ketika remaja tampak tertutup atau enggan	
101	berbagi perasaan mereka?	
102	Biasanya kami memberikan waktu dan ruang, tidak memaksa,	
103	serta menggunakan metode tidak langsung seperti melalui	
104	kegiatan seni atau olahraga untuk mengekspresikan perasaan	
105	mereka.	
106		
107	F. Dampak Self-Disclosure terhadap Kehidupan Remaja di	
108	Panti	
109	14. Menurut Anda, apakah self-disclosure memiliki	
110	pengaruh terhadap kesejahteraan emosional dan sosial	
111	remaja di panti? Jika iya, bagaimana pengaruhnya?	
112	Ya, sangat berpengaruh. Remaja yang terbuka biasanya lebih	
113	sehat secara emosional dan mampu membangun hubungan sosial	
114	yang baik, sedangkan yang tertutup sering mengalami stres dan	
115	kesepian.	
116	15. Apakah ada contoh kasus di mana berbagi cerita	
117	membantu seorang remaja dalam menyelesaikan masalah	
118	atau merasa lebih baik?	
119	Ada, misalnya seorang anak yang mengalami tekanan di sekolah	
120	kemudian bercerita pada pengasuh, akhirnya mendapat solusi	
121	dan dukungan yang membuatnya lebih tenang.	
122	16. Sebaliknya, apakah ada pengalaman di mana seorang	
123	remaja mengalami dampak negatif setelah berbagi cerita?	
124	Tidak banyak, tapi pernah ada kejadian rahasia yang dibocorkan	
125		

126	secara tidak sengaja sehingga membuat anak tersebut merasa	
127	kecewa dan trauma.	
128		
129	G. Rekomendasi dan Harapan	
130	17. Menurut Anda, seberapa penting bagi remaja di panti	
131	untuk bisa terbuka dan berbagi cerita?	
132	Sangat penting, karena keterbukaan membantu mereka	
133	mengurangi beban psikologis dan mendapatkan dukungan yang	
134	mereka butuhkan.	
135	18. Apa yang bisa dilakukan untuk menciptakan lingkungan	
136	yang lebih mendukung self-disclosure di kalangan remaja	
137	panti?	
138	Membangun budaya saling percaya, menghargai perasaan satu	
140	sama lain, serta menyediakan waktu dan tempat yang aman	
141	untuk berbagi.	
142	19. Jika ada program baru yang dapat membantu	
143	meningkatkan keterbukaan remaja dalam berbagi cerita,	
144	menurut Anda, seperti apa program yang cocok?	
145	Program konseling berkelanjutan dengan tenaga profesional,	
146	workshop pengembangan diri, serta kegiatan kelompok yang	
147	menekankan komunikasi terbuka dan empati.	
148	20. Apa pesan atau saran Anda bagi remaja di panti terkait	
149	pentingnya berbagi cerita dan membangun kepercayaan	
150	dengan orang-orang di sekitar mereka?	
151	Beraniilah terbuka, karena berbagi cerita bukan tanda kelemahan	
152	tapi kekuatan. Bangun kepercayaan dengan orang-orang yang	
153	peduli agar hidup kalian lebih ringan dan bahagia.	
154		
155		
156		
157		
158		
159		
160		
161		
162		
163		
164		
165		
166		
167	Demikianlah sesi wawancara yang telah kami lakukan bersama	Penutup
168	Ibu H selaku pengasuh di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-	
169	Zam. Kami mengucapkan terima kasih atas waktu, kesediaan, dan	
170	keterbukaan Bapak/Ibu dalam memberikan informasi yang sangat	
171	berharga untuk penelitian ini.	
172	Data dan informasi yang telah disampaikan sangat membantu	
173	dalam memahami gambaran self-disclosure pada remaja di panti	

174	serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Semoga hasil	
175	penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi	
176	pengembangan metode pembinaan dan pendampingan remaja di	
177	lingkungan panti asuhan. Sekali lagi, terima kasih atas kerjasama	
178	dan kepercayaannya. Semoga segala kebaikan selalu menyertai	
179	Bapak/Ibu dan seluruh penghuni panti	
180		
181		

Lampiran III Dokumentasi Wawancara



Lampiran IV Surat Seminar Proposal

**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UIN ANTASARI BANJARMASIN
NOMOR 340 TAHUN 2021**

**Tentang
PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA
DAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING**

- Menimbang** : a. Bahwa proposal skripsi yang berjudul: "Hubungan self disclosure dengan sosio-emosional pada remaja panti asuhan putera dan puteri muhammadiyah cabang 3 banjarmasin" telah ditelaah oleh Dosen Penelaah.
- b. Bahwa persetujuan atau penolakan judul skripsi mahasiswa perlu dituangkan dalam sebuah surat keputusan
- Memperhatikan** : Hasil sidang Jurusan Psikologi Islam yang diselenggarakan pada tanggal 1 Juli 2021
- Mengingat** : 1. Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Sistem Pendidikan Nasional
2. Peraturan Pemerintah No 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
3. Peraturan Presiden No 36 Tahun 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
4. Peraturan Menteri Agama No 20 Tahun 2017 tentang Organisasi dan tata Kerja UIN Antasari Banjarmasin
5. Peraturan Menteri Agama No 29 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin
6. Keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Islam No 102 Tahun 2019 tentang Standar Keagamaan Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam
7. Keputusan Rektor Uin Antasari No 289 Tahun 2018 tentang Pedoman Pelaksanaan Sistem Kredit Semester UIN Antasari Banjarmasin

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** :
Pertama : Menyetujui proposal skripsi mahasiswa yang berjudul: "Hubungan self disclosure dengan sosio-emosional pada remaja panti asuhan putera dan puteri muhammadiyah cabang 3 banjarmasin " untuk digarap oleh mahasiswa/i:

**Nama/NIM: Istiqomah/ "180103040066
Program Studi : PSIKOLOGI ISLAM**

- Kedua** : Menunjuk dan menetapkan Dra. Mulyani, M.Ag sebagai Dosen Pembimbing I dan Mubarak, M.A sebagai Dosen Pembimbing II untuk mahasiswa tersebut di atas.
- Ketiga** : Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan dibetulkan sebagaimana mestinya.



Ditetapkan di : Banjarmasin
Pada tanggal : 1 Juli 2021
Dekan,

**Dr. Irfan Noor, M.Hum
NIP. 197104142003121005**

- Tembusan:**
1. Jurusan
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip

Lampiran V Surat Izin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
 Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
 Telepon (0511) 3266593
 Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

Nomor : 389/Un.14/III.3/TL.00/03/2025
 Sifat : Biasa
 Lampiran : 1 (Satu) Lembar
 Hal : Riset dalam Rangka Penyusunan Skripsi

Yth. Ketua Yayasan
 Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam
 Banjarmasin

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan Hormat, bersama ini kami mohon izin serta bantuan Bapak/Ibu agar berkenan kiranya memberikan informasi/data yang diperlukan mahasiswa(i) :

Nama : Istiqomah
 NIM : 180103040093
 Jurusan : S1 Psikologi Islam
 Alamat : Jl. K. H. Ahmad Nawawi RT.02 RW.01 Kec. Pelaihari Kab. Tanah Laut

sehubungan dengan penelitian yang akan dilaksanakan sebagaimana surat riset terlampir.

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Banjarmasin, 04 Maret 2025
 Dekan,



Melayani Lebih Baik, Lebih Baik Melayani

Lampiran VI Surat Selesai Riset



**PANTI ASUHAN 'AISYIYAH
HIKMAH ZAMZAM**

Alamat : Jalan Sultan Adam Komplek Andhika No.28 RT.15, Kelurahan Sungai Miai,
Kecamatan Banjarmasin Utara, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan.
Telpon: 0511-3303922, email: pa.hikmahzamzam@gmail.com, Ig: @paa_hikmahzamzam

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor: 034/PAAHZ/III/2025

Bersama ini kami sampaikan bahwa penelitian dalam rangkaian penyusunan skripsi berdasarkan surat izin penelitian Ketua Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zamzam Nomor: 034/PAAHZ/III/2025 tanggal Maret 2025 – 30 April 2025 atas nama:

Nama : Istiqomah
NIM : 180103040093
Program Studi : Psikologi Islam
Waktu Penelitian : 1 Maret 2025 – 30 April 2025
Judul Penelitian :

“Gambaran Self-Disclosure Pada Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zamzam”

Telah selesai dilaksanakan.

Demikian surat keterangan selesai penelitian ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Dikeluarkan di : Banjarmasin
Pada tanggal : 30 April 2025
Ketua Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zamzam



Hj. Sumiatun, S.Pd., MA

Lampiran VII Sertifikat Ujian Komprehensif



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: http://www.fuh.uin-antasari.ac.id.

SERTIFIKAT

Nomor: 730/Un.14/III.3/PP.01.1/04/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini memberikan sertifikat kepada :

N a m a : ISTIQOMAH
N I M : 180103040093

Telah L U L U S dalam menempuh UJIAN KOMPREHENSIF pada Jurusan Psikologi Islam dengan nilai akhir 71,67 (B) bobot : 3

Demikian sertifikat ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 24 April 2025



Boziki Nirwana, M.Ag
NIP. 197812272003121002

Lampiran VIII Surat Bebas Plagiasi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Surat Keterangan Bebas Plagiasi

Nomor: 1096/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama	: Istiqomah
NIM	: 180103040093
Semester	: XIV (Empat Belas)
Tahun Akademik	: Genap 2024/2025
Prodi	: Pskologi Islam
Jenis Karya Ilmiah	: Skripsi
Judul Karya Ilmiah	: Gambaran <i>Self Disclosure</i> Pada Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zamzam

Telah dinyatakan bebas dari unsur plagiasi menggunakan *DrillBit Plagiarism Detection Software* dengan *similarity* sebesar 25% dan *excluded* < 8 words. Hasil uji menunjukkan bahwa karya ilmiah ini mulai dari Bab I hingga Bab V memiliki persentase kesamaan sebesar **6%** (terlampir).

Demikian surat keterangan bebas plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 04 Juni 2025
a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam
Sekretaris,



Muhammad, M.A

Lampiran IX Lembar Konsul



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
 Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Istiqomah **Dosen Pembimbing**
NIM : 180103040093 1. Dra. Mulyani, M.Ag
Judul : Tingkatan Self Disclosure Pada Remaja Pantii 2.
 Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam Zam

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
1	04-02-2025	Bab 1	
2	11-02-2025	Perubahan Judul	
3	18-02-2025	Bab 1	
4	25-02-2025	Bab 1	
5	26-02-2025	Bab 1 dan bab 2	
6	02-03-2025	Perubahan metode penelitian	
7	04-03-2025	perubahan Judul	
8	06-03-2025	Bab 1 sampai bab 3	
9	14-03-2025	Bab 1 sampai bab 3	
10	15-03-2025	Bab 1 sampai bab 3	
11	27-04-2025	Bab 4 dan 5	
12	02-05-2025	Bab 1 sampai bab 5	
13	06-05-2025	Bab 1 sampai bab 5	

Banjarmasin, 24 Februari 2025
 Ketua Prodi Psikologi Islam

Dra. Mulyani, MAg

Lampiran X Surat Keterangan Submit Jurnal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN SUBMIT JURNAL

Nomor: 1095/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : **GAMBARAN *SELF DISCLOSURE* PADA REMAJA PANTI
ASUHAN AISYIYAH HIKMAH ZAM-ZAM BANJARMASIN**
Nama : Istiqomah
NIM : 180103040093
Program Studi : Psikologi Islam

Karya ilmiah tersebut telah disubmit untuk dipublikasikan di Jurnal Al Husna (<https://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/alhusna/submission/wizard/2?submissionId=16715>) dan saat ini masih dalam proses evaluasi. Keputusan akhir mengenai publikasi sepenuhnya menjadi wewenang pihak jurnal.

Demikian surat keterangan ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 04 Juni 2025
a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



Muhammad, M.A

NIP. 197903242023211012

Lampiran XI Jurnal Ilmiah

GAMBARAN *SELF DISCLOSURE* PADA REMAJA PANTI ASUHAN AISYIYAH HIKMAH ZAM-ZAM BANJARMASIN

¹Istiqomah, ²Dra. Mulyani, M.Ag
Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin
Email: isti.4002@gmail.com

ABSTRAK

Self-disclosure atau keterbukaan diri merupakan proses individu dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi kepada orang lain. Pada remaja yang tinggal di panti asuhan, seperti di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam, proses ini menjadi kompleks karena latar belakang kehidupan yang penuh tekanan emosional, kehilangan figur keluarga, serta keterbatasan dukungan psikososial. Dalam konteks ini, *self-disclosure* sangat penting untuk menunjang kesehatan mental dan pembentukan identitas remaja. Nilai-nilai Islam seperti *shidq* (kejujuran), amanah, dan ukhuwah sosial memberikan fondasi spiritual yang kuat dalam mendukung keterbukaan diri secara sehat dan bermakna.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami pengalaman subjektif remaja terkait keterbukaan diri mereka. Informan dipilih secara *purposive*, yakni remaja yang telah tinggal di panti selama lebih dari satu tahun dan bersedia menceritakan pengalamannya. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi. Peneliti menganalisis data dengan pendekatan interpretatif untuk menggali makna pengalaman yang diungkapkan remaja, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan mereka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-disclosure* remaja sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis individu, kualitas hubungan dengan pengasuh dan teman sebaya, serta nilai-nilai religius yang tertanam dalam kehidupan sehari-hari. Remaja yang merasa aman secara emosional dan mendapatkan dukungan sosial cenderung lebih terbuka, sedangkan yang mengalami trauma masa lalu atau ketakutan akan penolakan cenderung menutup diri. Lingkungan panti yang mendukung komunikasi terbuka, empati, dan nilai-nilai Islami mampu menciptakan ruang aman bagi remaja untuk mengembangkan diri dan membangun kepercayaan sosial. Temuan ini menekankan pentingnya pendekatan integratif antara psikologi dan spiritualitas dalam pembinaan remaja di panti asuhan.

Kata Kunci: *Self Discloure*, Remaja, Panti Asuhan

PENDAHULUAN

keterbukaan diri (*Self disclosure*) merupakan elemen krusial dalam perkembangan sosial dan emosional individu, khususnya pada remaja. Keterbukaan diri mengacu pada sejauh mana seseorang bersedia mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadinya kepada orang lain.¹ *Self-disclosure* atau pengungkapan diri adalah proses di mana seseorang membagikan informasi pribadi kepada orang lain, baik secara verbal maupun nonverbal. Informasi yang diungkapkan dapat mencakup pemikiran, perasaan, pengalaman, serta harapan individu. *Self-disclosure* memainkan peran penting dalam membangun hubungan interpersonal yang lebih erat dan mendalam.² Dalam konteks perkembangan psikososial, *self disclosure* memiliki peran yang signifikan dalam membangun hubungan interpersonal yang harmonis, meningkatkan kesejahteraan emosional, serta membentuk identitas pribadi. Keterbukaan diri (*Self disclosure*) memainkan peran penting dalam proses perkembangan sosial dan emosional seseorang, khususnya pada masa remaja yang Tengah berada dalam fase pencarian jati diri dan pembentukan relasi interpersonal. Keterbukaan diri mencerminkan sejauh mana seseorang bersedia berbagi pikiran, perasaan, serta pengalaman pribadinya dengan orang lain, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap kesejahteraan emosional serta kemampuan membangun relasi yang sehat. Dalam konteks perkembangan psikososial, keterbukaan diri tidak hanya membantu individu memahami dirinya sendiri tetapi juga meningkatkan kepercayaan dan kedekatan dengan orang lain.³ Menurut Laurenceau, Barrett, dan Pietromonaco, *self-disclosure* merupakan elemen krusial dalam hubungan interpersonal yang dapat meningkatkan kedekatan emosional. Semakin banyak informasi pribadi yang dibagikan, semakin besar peluang untuk membangun rasa saling percaya dan keterikatan emosional.⁴ Menurut Altman dan Taylor dalam *Social Penetration Theory*, *self-disclosure* berkembang dalam beberapa tingkatan:

- a. *Cliché Communication*. Pengungkapan informasi umum dan dangkal yang tidak terlalu pribadi.
- b. *Facts and Biographical Data*. Pengungkapan informasi pribadi seperti nama, usia, atau latar belakang.
- c. *Attitudes and Opinions*. Pengungkapan sikap, keyakinan, dan pendapat tentang suatu topik tertentu.
- d. *Personal Feelings*. Pengungkapan emosi dan perasaan mendalam terhadap suatu kejadian atau pengalaman.
- e. *Core Self*. Tingkatan terdalam yang mencerminkan nilai-nilai, keyakinan, serta pengalaman hidup yang paling pribadi.⁵

¹Teguh Wiyono dan Abdul Muhid. "Self-disclosure melalui media instagram: Dakwah bi al-nafsi melalui keterbukaan diri remaja." *Jurnal Ilmu Dakwah* 40.2, 2020. 141-154.

²Agus Supriyatna, *Psikologi Komunikasi: Pengantar Teori dan Aplikasi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2020), 45.

³Bismi Alifah Rahmawati, *Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa SMP Negeri 1 Pamekasan*. tesis. Diss. INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI MADURA, 2024. 23-25

⁴Barrett Laurenceau, & Pietromonaco, *Self-Disclosure dan Hubungan Interpersonal*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 87.

⁵Irwin Altman & Dalmas Taylor, *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1973. 55

Bagi remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki pengalaman hidup yang tidak sama dengan remaja pada umumnya.⁶ Proses *self disclosure* dapat menjadi lebih kompleks. Faktor seperti kehilangan orang tua, pengalaman ditinggalkan, serta lingkungan sosial yang lebih terbatas dapat mempengaruhi pola interaksi dan keterbukaan diri mereka terhadap orang lain.⁷ Faktor-faktor ini dapat menimbulkan hambatan psikologis seperti ketakutan akan penolakan, rendahnya rasa percaya diri, serta kesulitan dalam membangun relasi yang mendalam dengan orang lain. Oleh karena itu, memahami bagaimana remaja di panti asuhan mengembangkan keterbukaan diri menjadi hal yang penting untuk melihat bagaimana mereka menyesuaikan diri dalam lingkungan sosialnya dan membangun identitas diri yang kuat.

Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam sebagai lembaga pengasuhan anak memiliki peran signifikan dalam membentuk pola komunikasi serta keterbukaan diri para remajanya. Lembaga ini tidak hanya menyediakan tempat tinggal tetapi juga menjadi wadah bagi remaja untuk memperoleh dukungan sosial, pendidikan, dan nilai-nilai kehidupan.⁸ Oleh karena itu, lingkungan di dalam panti asuhan, termasuk pola asuh yang diterapkan, hubungan dengan pengasuh, serta interaksi sesama penghuni, sangat berpengaruh terhadap sejauh mana remaja merasa nyaman dan aman dalam mengungkapkan diri.

Keterbukaan diri yang sehat dapat membantu remaja panti asuhan membangun hubungan sosial yang lebih positif, mengurangi perasaan kesepian, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Dengan adanya dukungan emosional dari pengasuh dan sesama penghuni, remaja dapat belajar untuk mengungkapkan perasaan mereka dengan lebih baik dan membangun kepercayaan terhadap lingkungan sekitar. Selain itu, program pengasuhan yang memperhatikan aspek komunikasi terbuka dan emosional dapat menjadi faktor yang mendorong perkembangan keterbukaan diri di kalangan remaja yang lebih baik pada remaja di panti asuhan ini.

Dalam perspektif psikologi Islam, *self disclosure* memiliki keterkaitan erat dengan konsep kejujuran (*shidq*) dan keterbukaan dalam komunikasi yang sehat.⁹ Islam mengajarkan pentingnya membangun hubungan yang baik dengan sesama manusia melalui komunikasi yang jujur, empati, dan penuh hikmah. Dalam Al-Qur'an, Allah berfirman dalam Surah Al-Hujurat ayat 12 ;

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا
أُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢﴾

Artinya: "orang-orang yang beriman, jauhilah banyak prasangka! Sesungguhnya sebagian prasangka itu dosa. Janganlah mencari-cari kesalahan orang lain dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing

⁶Santri Wijayanti, Rina Rahmatika, and Ratih Arruum Listiyandini. "Kontribusi kebersyukuran dalam peningkatan kualitas hidup kesehatan pada remaja di panti asuhan." *Psycho Idea* 18.1, 2020. 33-44.

⁷Desma Husni, *Menyoal Psikologi Manusia*. Pandiva Buku, 2023. 45

⁸Wawancara Pertama, Pengasuh Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam, 1 September 2024

⁹ Abdul Mujib, "Teori kepribadian perspektif psikologi Islam." 2017. 45

sebagian yang lain. Apakah ada di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Tentu kamu merasa jijik. Bertakwalah kepada Allah! Sesungguhnya Allah Maha Penerima Tobat lagi Maha Penyayang."¹⁰

Dalam ayat ini ditekankan betapa pentingnya menghindari prasangka buruk serta mengupayakan hubungan yang terbuka dan harmonis. Selain itu, Rasulullah SAW juga memberikan contoh dalam membangun komunikasi yang terbuka dan penuh kasih sayang dengan para sahabatnya.¹¹ Sikap beliau yang mendengarkan, memahami, dan memberikan solusi dengan bijaksana menjadi teladan bagi umat Islam dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Dalam konteks panti asuhan, pendekatan psikologi Islam dapat membantu para remaja dalam mengembangkan keterbukaan diri dengan tetap menjaga nilai-nilai kesopanan, kejujuran, dan keseimbangan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Self disclosure pada remaja panti asuhan dipengaruhi oleh berbagai elemen, baik dari dalam diri mereka sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya. Beberapa faktor kunci yang memengaruhi perilaku keterbukaan diri tersebut antara lain:

1. **Dukungan Sosial** Remaja yang mendapatkan dukungan emosional dari pengasuh, teman sebaya, dan komunitas panti lebih cenderung untuk terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan pengalaman mereka. Dukungan sosial yang baik dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keamanan dalam berbagi cerita.
2. **Pengalaman Masa Lalu** Trauma masa kecil, seperti kehilangan orang tua atau pengalaman ditinggalkan, dapat menyebabkan remaja lebih tertutup dan sulit mempercayai orang lain. Sebaliknya, pengalaman positif dalam interaksi sosial dapat meningkatkan keterbukaan diri mereka.
3. **Pola Asuh Pengasuh** Cara pengasuh dalam mendidik dan berinteraksi dengan anak asuh sangat berpengaruh terhadap tingkat keterbukaan diri remaja. Pengasuh yang bersikap suportif, terbuka, dan tidak menghakimi akan mendorong anak untuk lebih nyaman berbagi pengalaman.
4. Faktor kepribadian seperti ekstroversi dan tingkat kepercayaan diri juga memengaruhi kecenderungan seorang remaja dalam melakukan *self-disclosure*. Remaja yang memiliki kepribadian terbuka cenderung lebih mudah berbagi dibandingkan mereka yang introvert atau memiliki rasa malu yang tinggi.
5. **Budaya dan Nilai-Nilai Agama.** Norma sosial beserta prinsip-prinsip keagamaan yang disampaikan di panti asuhan juga berperan dalam menentukan sejauh mana remaja merasa nyaman untuk mengungkapkan perasaannya. Dalam Islam, kejujuran dan keterbukaan sangat dihargai, namun tetap dalam batasan yang sesuai dengan etika dan adab Islami.
6. **Pengaruh Teman Sebaya** Hubungan. Dengan teman sebaya di dalam panti juga menjadi faktor penting dalam *self-disclosure*. Remaja yang memiliki teman

¹⁰<https://quran.nu.or.id/al-hujurat/12> (di akses 2 September 2024)

¹¹Yasser Muda Lubis, "Ujaran Kebencian Di Era Digital (Perspektif Etika Komunikasi Al-Qur'an Dan Solusinya)." *Busyro: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Islam* 6.1 (2024): 1-17.

sebaya yang mendukung dan memahami akan lebih mudah untuk berbagi cerita dibandingkan dengan mereka yang merasa tidak memiliki teman dekat.¹²

Dengan demikian, memahami tingkat self disclosure pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam sangat penting untuk melihat bagaimana mereka membentuk hubungan sosial, mengekspresikan emosi, serta mengembangkan rasa percaya terhadap lingkungan mereka. Dengan dukungan yang tepat, remaja panti asuhan dapat lebih mudah mengembangkan keterbukaan diri yang sehat, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap perkembangan pribadi dan kesejahteraan emosional mereka di masa depan.

Dari sekian banyak panti asuhan yang berperan dalam membina generasi muda, panti Aisyiyah Hikmah Zam-Zam menempati posisi penting sebagai lembaga pengasuhan anak yang berada di bawah naungan organisasi Aisyiyah, sebagai bagian dari organisasi otonom Muhammadiyah yang berfokus pada bidang sosial dan pendidikan. Panti ini hadir untuk menyediakan layanan perlindungan, pengajaran, dan pembinaan bagi anak-anak yatim, piatu, serta kaum dhuafa. Tujuannya adalah untuk mendukung tumbuh kembang mereka secara maksimal, mencakup dimensi akademik, etika, dan interaksi sosial.

Di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam, anak-anak diasuh oleh pengasuh yang berperan sebagai orang tua pengganti. Mereka diberikan pendidikan formal serta berbagai kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan keterampilan sosial dan kemandirian. Selain itu, panti ini juga memberikan bimbingan agama sebagai bagian dari pembentukan karakter, sehingga para remaja dapat menanamkan dan mengaktualisasikan prinsip-prinsip keislaman dalam rutinitas harian. Dukungan psikososial juga menjadi perhatian utama, mengingat sebagian besar anak asuh memiliki latar belakang kehidupan yang penuh tantangan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berjudul “Gambaran *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam”. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan kualitatif dipilih karena fokusnya adalah untuk memahami pengalaman subjektif remaja panti asuhan dalam mengungkapkan diri (*self-disclosure*). Penelitian kualitatif lebih memfokuskan pada pemaknaan dan interpretasi pengalaman individu dalam suatu konteks sosial tertentu.

Lokasi penelitian ini dilakukan di panti asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam yang beralamat di jalan Komp. Andhika, Jl. Sultan Adam No. RT 15 Mo. 28, Sungai Miai, Kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan Kode Pos 70122. Lokasi yang dipilih karena tempatnya yang strategis dan mudah untuk ditempuh sehingga memudahkan peneliti dalam pendekatan dan pengambilan data.

Subjek penelitian adalah individu yang memberikan informasi atau penjelasan. Dalam penelitian ini, subjek terdiri dari 3 orang remaja penghuni Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam, yang berusia kisaran 12-18 tahun. Sedangkan

¹²Hasma Safina, *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Keterbukaan Diri (Self-Disclosure) Pada Remaja Di Panti Asuhan Penyantun Islam Banda Aceh*. Diss. UIN Ar-Raniry, 2022. 55-60

objek pada penelitian ini adalah gambaran *self-disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam

Data yang akan dianalisis pada penelitian ini yakni, gambaran *self-disclosure* pada remaja panti asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam. Dengan menggunakan Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data terdapat tidak tahapan yaitu reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), serta **penarikan kesimpulan (conclusion drawing)**.

HASIL PENELITIAN

Berikut adalah hasil wawancara yang telah dilakukan bersama beberapa remaja yang tinggal di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam. Melalui wawancara ini, diperoleh berbagai informasi yang menggambarkan bagaimana proses *self-disclosure* berlangsung dalam kehidupan sehari-hari mereka. Informasi yang terkumpul mencakup bentuk-bentuk keterbukaan diri yang dilakukan, kepada siapa keterbukaan tersebut ditujukan, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya, baik dari sisi psikologis maupun lingkungan sosial. Informasi yang diperoleh dari para remaja ini memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai dinamika *self-disclosure* di kalangan anak panti.

a. NS

NS, seorang remaja perempuan berusia 13 tahun yang telah tinggal di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam selama kurang lebih satu tahun, menceritakan kehidupan sehari-harinya dengan cukup antusias. Setiap hari dimulai dengan salat subuh berjamaah, dilanjutkan dengan rutinitas membersihkan lingkungan panti, sarapan, lalu berangkat sekolah. Sepulang dari sekolah, ia mengikuti kegiatan mengaji, belajar kelompok, dan sesekali membantu tugas rumah tangga yang diberikan oleh pengurus panti. Dalam kehidupan sosial di panti, NS mengaku cukup dekat dengan beberapa teman, terutama satu sahabat yang ia anggap seperti saudara sendiri. Mereka sering menghabiskan waktu bersama untuk bercerita sebelum tidur atau saat waktu luang. Hubungannya dengan para pengasuh panti juga tergolong baik, meskipun ia tidak terlalu sering berinteraksi secara intens. Ia akan berbicara dengan mereka jika ada hal penting atau saat ia membutuhkan bantuan. Secara umum, NS merasa nyaman tinggal di panti karena sudah terbiasa, walaupun terkadang ia masih merindukan suasana rumah. Ketika ditanya mengenai pengalamannya dalam mengungkapkan perasaan atau *self-disclosure*, NS menjelaskan bahwa proses berbagi cerita bukanlah hal yang mudah. Ia sering merasakan campuran emosi saat ingin bercerita ada perasaan lega, tetapi juga rasa takut jika isi ceritanya tersebar ke orang lain. Oleh karena itu, ia memilih untuk berbagi hanya kepada orang-orang yang benar-benar ia percaya, terutama mereka yang sudah terbukti bisa menjaga rahasia dan memahami dirinya. Ia merasa bahwa berbagi cerita membuat beban perasaan menjadi lebih ringan dibanding jika semuanya dipendam sendiri. Walau begitu, ia menyadari bahwa tidak semua teman bisa menjadi tempat curhat yang aman. Ada teman yang mendukung dan mendengarkan dengan baik, tetapi juga ada yang malah menghakimi.

Pengalaman tersebut membuatnya semakin selektif dalam memilih kepada siapa ia mau membuka diri.

Bagi NS, sahabat terdekatnya adalah orang yang paling nyaman untuk diajak berbagi cerita karena tidak pernah menghakimi dan selalu memberikan semangat. Di sisi lain, ada satu pengasuh di panti yang menurutnya bersikap agak kaku, sehingga membuatnya enggan untuk membuka diri. Ia percaya bahwa rasa aman, kepercayaan, dan empati adalah kunci utama seseorang bisa merasa nyaman untuk terbuka. Ia pernah memiliki keinginan untuk bercerita tentang masalah keluarga, namun pada akhirnya mengurungkan niat tersebut karena takut dianggap cengeng. Sebagai alternatif, ia memilih untuk menuliskan perasaannya di buku harian terlebih dahulu. NS juga merasa lebih mudah terbuka kepada teman sebaya karena merasa lebih nyambung secara emosional. Sementara itu, jika harus berbagi cerita kepada orang dewasa, ia kerap merasa takut akan dinilai atau disalahpahami. Pola keterbukaan yang ditunjukkan oleh NS cenderung rutin, yakni sekitar sekali dalam seminggu, terutama ketika ia menghadapi masalah atau merasa sedih. Topik-topik yang mudah ia bagikan antara lain tentang hobi, pengalaman sekolah, atau aktivitas harian di panti. Namun, topik yang menyangkut keluarga atau masa lalu terasa lebih sulit untuk ia ungkapkan karena masih menyisakan luka emosional. Saat ia tidak menemukan tempat yang cocok untuk berbagi, ia lebih memilih menuliskan perasaannya dalam buku harian atau berdoa sebagai bentuk pelampiasan emosional. Dalam proses ini, dukungan dari sahabat sangat berarti baginya. Meskipun pengasuh juga kadang memberikan dukungan, namun sifatnya cenderung formal. Salah satu pengalaman pahit yang pernah ia alami adalah ketika ia menceritakan sesuatu kepada teman yang kemudian menyebarkannya. Pengalaman itu sangat mengecewakan dan membuatnya menjadi jauh lebih hati-hati dalam memilih tempat berbagi.

Meskipun pernah dikecewakan, NS mengakui bahwa *self-disclosure* memberikan banyak manfaat positif. Ia merasa lebih lega, lebih ringan secara emosional, dan merasa tidak sendirian setelah berhasil berbagi. Salah satu pengalaman menyenangkan yang ia ingat adalah saat ia merasa stres karena nilai pelajaran menurun, sahabatnya memberikan semangat dan bahkan membantu mengajarnya. Melalui proses saling terbuka itu, hubungan pertemanan mereka menjadi semakin kuat dan penuh rasa saling percaya. Namun, pengalaman dikhianati oleh teman juga memberikan pelajaran berharga bahwa tidak semua orang bisa dipercaya. Kini, ia lebih berhati-hati dalam memilih kepada siapa ia akan membuka diri. Dalam pandangan NS, keterbukaan emosional sangat penting, terutama bagi anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Ia percaya bahwa memendam perasaan terlalu lama hanya akan menimbulkan stres dan menjadikan seseorang semakin tertutup. Oleh karena itu, ia menyarankan agar diadakan ruang aman untuk bercerita, seperti sesi sharing rutin atau pendampingan psikologis dari luar panti. Menurutnya, kegiatan seperti kelompok kecil sharing mingguan yang dipandu oleh pembina atau mentor dari luar bisa menjadi alternatif yang baik. Sebagai pesan kepada teman-teman seusianya, NS berpesan agar tidak takut untuk bercerita, tetapi harus pintar

memilih orang yang benar-benar bisa dipercaya untuk menjaga rahasia dan memberikan dukungan.

b. NF

NF adalah seorang remaja perempuan berusia 15 tahun, telah tinggal di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam selama 11 tahun. Kehidupannya sehari-hari di panti dimulai dengan rutinitas yang cukup padat. Pagi hari, NF berangkat ke sekolah dan mengikuti pelajaran hingga siang. Sore harinya, ia melanjutkan kegiatan mengaji bersama teman-teman panti. Pada malam hari, ia menghabiskan waktu untuk belajar atau terkadang membantu membersihkan lingkungan panti. Dalam kesehariannya, ia merasa cukup akrab dengan teman-teman satu kamar, terutama dengan satu teman yang sering diajak bermain dan bercerita bersama. Meski demikian, Nismah mengungkapkan bahwa ia jarang berbicara dengan pengurus panti kecuali ada hal-hal penting yang perlu disampaikan. Meskipun demikian, ia merasa cukup nyaman tinggal di panti, meskipun terkadang ia merindukan keluarga dan suasana rumah.

Saat berbicara mengenai pengalaman dan pemahamannya tentang *self-disclosure*, atau keterbukaan diri, NF menjelaskan bahwa ia cenderung berhati-hati sebelum membagikan cerita pribadi kepada orang lain. Kadang-kadang, ia merasa ragu untuk berbicara, namun jika sedang membutuhkan tempat untuk curhat, ia akan mencari teman yang ia percayai. Ia mengungkapkan bahwa ia tidak terlalu sering berbagi cerita, dan lebih memilih untuk menyimpan perasaan dalam diri sendiri jika tidak merasa cukup kuat untuk berbicara. Nismah lebih memilih untuk membuka diri kepada orang yang menurutnya dapat menjaga kerahasiaan dan tidak suka menyebarkan cerita orang lain. Meskipun begitu, ia merasa bahwa membagikan perasaan adalah hal yang penting, terutama jika sudah tidak bisa menahan beban tersebut. Namun, ia juga menyatakan bahwa kadang ia merasa takut ditertawakan atau disalahpahami jika ia berbagi cerita, yang membuatnya memilih untuk menyimpan banyak perasaan sendiri.

NF lebih suka berbicara dengan teman-teman dekat yang sudah lama ia kenal. Bagi Nismah, teman-teman sebaya lebih mudah untuk diajak berbicara karena mereka lebih memahami satu sama lain dan tidak menghakimi. Namun, ia juga mengungkapkan bahwa ada satu teman yang sering memberi sindiran, sehingga ia merasa tidak nyaman untuk membuka diri kepada orang tersebut. Ketika berbicara dengan orang dewasa, Nismah merasa lebih berhati-hati dan cenderung berpikir dua kali sebelum berbagi cerita. Ia khawatir bahwa cerita pribadinya akan dinilai atau disalahpahami oleh orang dewasa. Kepercayaan menjadi faktor utama yang membuatnya nyaman untuk membuka diri, selain itu sikap pendengar yang baik dan rasa aman juga sangat penting untuk membangun kenyamanan dalam berbagi cerita. NF mengungkapkan bahwa ia pernah merasa ragu untuk menceritakan masalah yang dihadapinya, seperti kesulitan di sekolah, karena takut dianggap malas. Oleh karena itu, ia memilih untuk menyimpannya dalam diri atau menahan perasaan tersebut.

Pola *self-disclosure* NF bisa dikatakan cukup jarang. Ia berbagi cerita hanya sekitar sekali dalam sebulan, biasanya jika ia merasa sangat membutuhkan tempat untuk berbicara atau jika ada masalah yang mengganggu pikirannya. Topik-topik yang mudah ia bicarakan biasanya meliputi kegiatan sehari-hari,

seperti bermain bola, pelajaran di sekolah, atau film yang baru saja ia tonton. Namun, untuk topik yang lebih pribadi seperti perasaan atau masalah keluarga, Nismah merasa kesulitan untuk membuka diri. Ia merasa bahwa topik tersebut terlalu pribadi dan terkadang menyakitkan untuk dibicarakan. Ketika merasa tidak bisa berbicara dengan orang lain, Nismah biasanya memilih untuk menulis di buku catatan atau berdoa sebagai cara untuk melepaskan perasaannya. Dalam hal ini, menulis menjadi salah satu cara Nismah untuk mengatasi perasaan tanpa harus membuka diri kepada orang lain. NF juga menceritakan bahwa teman-teman dekatnya cukup pengertian saat ia berbagi cerita. Mereka mendengarkan dengan empati dan memberikan dukungan. Namun, ia merasa bahwa pengasuh di panti cenderung lebih sibuk dan jarang terlibat dalam percakapan pribadi dengan anak-anak. Oleh karena itu, ia lebih memilih untuk berbicara dengan teman-temannya yang lebih dekat dengannya. NF mengaku bahwa meskipun ia belum pernah benar-benar dikhianati oleh teman-temannya, ia pernah mendengar cerita-ceritanya disebar oleh orang lain. Hal ini membuatnya lebih berhati-hati dalam memilih orang yang dapat ia percayai untuk berbagi cerita. Pengalaman tersebut mengajarkannya untuk lebih selektif dalam membuka diri dan berbagi cerita, karena ada risiko cerita pribadi bisa tersebar tanpa izin.

Meskipun demikian, NF mengakui bahwa dampak dari *self-disclosure* atau berbagi cerita adalah perasaan lega dan lebih ringan. Setelah berbicara dengan teman dekat, ia merasa lebih tenang meskipun terkadang masih ada rasa khawatir jika cerita tersebut disalahpahami. Ia berbagi pengalaman ketika ia merasa kesulitan dengan pelajaran, dan teman-temannya membantu mengajarnya. Hal ini semakin mempererat hubungan mereka, menumbuhkan rasa saling percaya. Nismah juga mengungkapkan bahwa pengalaman buruk, seperti cerita yang disebar tanpa izin, mengajarkannya untuk lebih hati-hati dalam memilih orang yang bisa dipercaya untuk berbagi cerita. Namun, ia tetap percaya bahwa berbagi cerita dapat memberikan manfaat besar, seperti merasa bahwa ada orang yang peduli dan siap membantu saat ia mengalami kesulitan.

c. MB

MB, seorang remaja perempuan berusia 14 tahun, telah tinggal di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam selama sekitar satu tahun. Kehidupannya di panti dimulai dengan rutinitas yang teratur, yang sangat membantunya menyesuaikan diri dengan kehidupan panti. Pagi hari, Maulia mengikuti kegiatan sekolah bersama teman-temannya, dan setelah itu pada sore hari, ia melanjutkan aktivitas mengaji yang diadakan di panti. Kegiatan mengaji ini bukan hanya sekadar rutinitas agama, tetapi juga menjadi sarana untuk memperdalam pengetahuan tentang Islam dan mempererat ikatan antar sesama penghuni panti. Pada malam hari, ia sering menghabiskan waktu membantu adik-adik panti belajar, yang juga menjadi kegiatan yang penuh makna bagi dirinya. Terkadang, pada hari Sabtu, MB bisa mengikuti kegiatan seni atau olahraga yang diselenggarakan di panti, yang menambah keanekaragaman kegiatan yang diikuti di sana. Dalam kesehariannya, MB merasa dekat dengan beberapa teman seangkatan yang tinggal di panti bersama dirinya. Salah satu kegiatan yang mereka lakukan adalah berbagi cerita, terutama sebelum tidur.

Melalui curhat ini, mereka bisa saling memahami dan mendukung satu sama lain, yang membuat mereka merasa lebih dekat dan tidak merasa sendirian. MB menyebutkan bahwa dirinya juga memiliki hubungan yang cukup baik dengan pengasuh di panti, yang sering kali memberi nasihat bijak dan mendengarkan keluh kesahnya. Meski demikian, ia merasa bahwa hubungan dengan teman sebaya lebih mudah dan lebih terbuka. Keterbukaan dengan teman-teman sebaya ini memberikan ruang bagi MB untuk lebih leluasa mengekspresikan perasaan dan berbagi cerita mengenai masalah yang sedang dihadapi. Ia merasa nyaman dengan kehidupan di panti, karena panti ini telah menjadi rumah kedua baginya. MB telah terbiasa dengan suasana panti yang penuh dengan dinamika, dan ia merasa sudah seperti bagian dari keluarga besar panti tersebut.

Ketika berbicara tentang pemahamannya mengenai *self-disclosure* atau keterbukaan diri, MB mengungkapkan bahwa berbagi cerita dapat memberikan rasa lega bagi dirinya. Ia merasa bahwa dengan berbagi, beban emosional yang ia rasakan dapat sedikit berkurang. Dalam kesehariannya, MB sering curhat dengan teman-teman dekatnya atau ustazah yang ia percayai. MB sangat memprioritaskan orang yang bisa menjaga rahasia dan memberikan nasihat yang konstruktif, bukan sekadar mendengarkan cerita tanpa memberikan masukan. Hal ini menunjukkan bahwa bagi MB, keterbukaan diri bukan hanya soal berbagi cerita, tetapi juga tentang mendapatkan dukungan yang tepat dan bijak dari orang lain. Ia menyadari bahwa tidak semua orang layak dijadikan tempat berbagi cerita, terutama jika orang tersebut cenderung membocorkan informasi pribadi kepada orang lain. MB merasa lebih nyaman berbagi cerita dengan orang yang sudah terbukti bisa menjaga kepercayaan dan tidak menghakimi.

MB juga mengungkapkan bahwa ia cenderung memilih orang yang tepat untuk curhat, terutama jika cerita yang ingin ia bagi sangat pribadi. Ia merasa bahwa berbagi topik-topik pribadi seperti masalah keluarga atau perasaan terkadang lebih sulit untuk diungkapkan. Hal ini disebabkan oleh rasa takut akan disalahpahami atau dianggap sebagai masalah yang tidak penting. Oleh karena itu, MB lebih sering menahan perasaan tersebut dan memilih untuk mengekspresikan diri melalui tulisan, seperti puisi atau jurnal pribadi. Menurutnya, menulis adalah cara yang sangat efektif untuk mengungkapkan perasaan yang sulit diungkapkan secara lisan. Dengan menulis, MB merasa lebih bebas dan bisa lebih jujur terhadap dirinya sendiri tanpa harus khawatir dihakimi. Meskipun menulis memberikan rasa lega, ia tetap merasakan pentingnya berbagi cerita dengan orang lain yang bisa memberikan dukungan emosional yang positif. Dalam hal faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kenyamanan MB dalam melakukan *self-disclosure*, ia menekankan bahwa kepercayaan adalah salah satu aspek yang sangat penting. Ia merasa paling nyaman berbagi cerita dengan sahabat dekat dan seorang ustazah yang sudah lama ia kenal. Kedua orang ini dianggapnya sebagai pendengar yang sabar dan tidak menghakimi, yang membuatnya merasa lebih aman dan nyaman untuk berbagi. Sebaliknya, ia merasa enggan berbicara dengan teman-teman yang suka bergosip, karena ia khawatir cerita pribadi yang ia bagikan akan disebarluaskan tanpa izin. Rasa aman dan rasa tidak dihakimi menjadi faktor utama yang membuat MB merasa nyaman dalam berbicara. Waktu yang tepat juga sangat

memengaruhi kenyamanannya dalam berbagi cerita. MB merasa bahwa ia harus memilih waktu yang tepat agar pembicaraannya bisa dilakukan dengan lebih baik dan diterima dengan baik oleh orang yang diajak berbicara.

Ketika berbicara tentang pola *self-disclosure*, MB menyebutkan bahwa ia sering berbagi cerita hampir setiap hari, meskipun dengan orang yang berbeda-beda. Topik-topik yang lebih ringan, seperti kegiatan sehari-hari, perasaan senang, atau topik lainnya, mudah untuk dibicarakan. Namun, topik-topik yang lebih berat, seperti pengalaman traumatis atau kehilangan, seringkali sulit untuk diungkapkan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun MB terbuka untuk berbagi, ia masih merasa kesulitan untuk membuka diri mengenai topik-topik yang sangat emosional dan pribadi. Untuk itu, ia sering memilih untuk menulis puisi atau jurnal sebagai cara untuk mengekspresikan perasaan yang tidak bisa diungkapkan secara verbal. Ia juga merasa bahwa meskipun teman-temannya responsif terhadap cerita yang dibagikan, kadang-kadang mereka tidak bisa memberikan bantuan konkret. Meskipun demikian, ia tetap merasa didukung dan tidak merasa sendirian. MB juga mengungkapkan bahwa ia pernah mengalami pengalaman buruk, di mana cerita yang ia bagikan kepada teman-temannya disebarkan kepada orang lain. Pengalaman ini membuatnya lebih berhati-hati dalam memilih tempat dan orang yang tepat untuk berbagi cerita. Setelah mengalami hal tersebut, ia menjadi lebih selektif dan lebih waspada dalam memilih pendengar. Meskipun demikian, Maulia tetap merasa bahwa *self-disclosure* memiliki dampak positif bagi dirinya. Ia merasa lebih lega dan bisa berpikir lebih jernih setelah berbagi cerita dengan orang yang dapat dipercaya. Misalnya, ketika ia merasa stres tentang masa depan, teman-temannya memberikan dukungan dan semangat yang membuatnya merasa lebih kuat dan siap untuk menghadapi tantangan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* dapat membantu remaja untuk mengelola perasaan mereka dan mendapatkan dukungan emosional yang mereka butuhkan.

Hasil wawancara dengan remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam tentang faktor-faktor yang memengaruhi *Self-Disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam.

a. NS

NS seorang remaja berusia 13 tahun, mengungkapkan pengalaman dan pandangannya mengenai *self-disclosure* dalam kehidupannya di panti asuhan. NS merasa paling nyaman berbagi cerita dengan teman sebaya yang telah lama ia kenal. Menurutnya, berbicara dengan teman-teman sebayanya memberikan rasa kebebasan yang lebih besar, karena mereka memiliki pengalaman dan perasaan yang serupa. Hal ini membuat NS merasa lebih diterima tanpa takut dihakimi. Namun, tidak semua teman di sekitarnya dianggapnya sebagai tempat yang aman untuk berbagi cerita. NS menceritakan tentang satu teman yang sering kali suka menyindir. Teman tersebut membuatnya merasa tidak nyaman untuk berbagi masalah atau perasaan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya faktor kenyamanan dan kepercayaan sangat mempengaruhi NS dalam memilih orang untuk berbicara. Kepercayaan dan sikap pendengar yang baik menjadi dua hal

yang ia anggap sangat penting agar proses *self-disclosure* dapat berjalan dengan lancar.

Meskipun NS memiliki teman-teman yang dipercaya, ia juga pernah merasa ragu untuk bercerita tentang masalah sekolah. Ia khawatir jika orang lain menganggapnya malas atau tidak berusaha keras. Akhirnya, Novea memilih untuk menahan cerita tersebut, yang mencerminkan ketakutannya terhadap penilaian orang lain. Rasa takut ini juga tampak saat berbicara dengan orang dewasa. NS merasa perlu lebih berhati-hati dan berpikir panjang sebelum berbicara dengan mereka, karena takut dinilai atau tidak dipahami. *Self-disclosure* bagi NS bukan hanya soal berbicara langsung. Ia menunjukkan bahwa rasa aman dan kemampuan orang lain untuk mendengarkan dengan empati menjadi faktor utama yang membuatnya merasa nyaman untuk terbuka. Ia lebih memilih untuk berbicara kepada teman sebaya yang sudah lama dikenal dan yang memiliki pemahaman serupa tentang kehidupannya, sehingga proses berbagi perasaan atau cerita menjadi lebih alami dan tidak terbebani dengan ketakutan akan penilaian. Secara keseluruhan, NS memperlihatkan bahwa dalam proses *self-disclosure*, pemilihan pendengar yang tepat dan suasana yang mendukung adalah hal yang sangat penting. Kepercayaan dan kenyamanan dalam berinteraksi dengan teman sebaya menjadi kunci utama bagi NS dalam berbagi cerita dan perasaan.

b. NF

NF mengungkapkan bahwa ia merasa paling nyaman berbagi cerita dengan teman sebaya yang sudah lama dikenalnya. Dalam situasi seperti ini, ia merasa lebih bebas dan tidak terbebani dengan rasa takut akan penilaian. Teman-teman sebaya, terutama yang telah lama dikenal, memiliki pemahaman yang lebih baik tentang dirinya, sehingga NF merasa lebih aman untuk mengungkapkan perasaan dan pikirannya. Hubungan yang sudah terjalin lama memungkinkan mereka untuk saling mengerti tanpa adanya penghakiman. Karena merasa lebih bebas, ia merasa lebih mudah untuk berbagi cerita yang mungkin sulit untuk disampaikan kepada orang lain yang belum terlalu dekat.

Namun, NF juga menekankan bahwa ada beberapa teman yang terkadang membuatnya merasa kurang nyaman untuk berbagi. Salah satunya adalah seorang teman yang seringkali menyindir, baik secara tidak langsung maupun langsung. Sindiran-sindiran tersebut membuatnya merasa tertekan dan tidak dihargai, yang akhirnya menghalangi niatnya untuk berbicara tentang masalah yang sedang dihadapinya. Sindiran ini menciptakan jarak emosional, dan Nismah merasa lebih baik untuk menahan cerita-ceritanya daripada membagikannya kepada teman yang bersikap demikian.

Bagi NF, kepercayaan adalah faktor utama yang membuatnya merasa nyaman untuk berbagi. Ia menyebutkan bahwa untuk bisa terbuka, ia harus yakin bahwa orang yang ia ajak berbicara bisa menjaga rahasia dan tidak menyebarkan informasi yang ia berikan. Selain itu, sikap pendengar yang baik dan penuh empati juga sangat mempengaruhi tingkat kenyamanan dalam *self-disclosure*. Nismah merasa lebih nyaman dengan orang yang tidak hanya mendengarkan, tetapi juga memberikan respons yang menunjukkan pemahaman dan perhatian, tanpa menilai atau menghakimi. Salah satu pengalaman NF yang mencolok

adalah ketika ia ingin berbagi cerita tentang masalah di sekolah, namun ia merasa takut dianggap malas atau tidak berusaha. Karena perasaan tersebut, ia memilih untuk menahan ceritanya dan tidak berbicara dengan siapa pun. Hal ini menunjukkan bagaimana kekhawatiran akan penilaian atau stigma dapat menghambat seseorang dalam melakukan *self-disclosure*. Perasaan takut ini seringkali muncul karena adanya norma sosial yang mengharapkan remaja untuk selalu berprestasi atau menunjukkan kemampuannya, sehingga mereka merasa bahwa berbagi kesulitan bisa dilihat sebagai tanda kelemahan.

Selain itu, NF juga mengungkapkan bahwa ia merasa lebih hati-hati ketika berbicara dengan orang dewasa. Ia cenderung berpikir dua kali sebelum membuka diri kepada mereka, karena merasa bahwa orang dewasa mungkin tidak sepenuhnya memahami perasaan atau situasi yang sedang dialami oleh remaja sepertinya. Ketakutan akan dihakimi atau diperlakukan secara formal seringkali membuat Nismah memilih untuk berbicara dengan teman sebaya yang lebih bisa mengerti dan merespons dengan cara yang lebih alami. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara cara berpikir dan perasaan remaja dengan pandangan orang dewasa, yang bisa membuat remaja merasa kurang nyaman dalam berbagi cerita dengan orang yang lebih tua.

Secara keseluruhan, NF mengungkapkan bahwa kenyamanan dalam berbagi cerita sangat bergantung pada hubungan yang telah terjalin, sikap pendengar, dan rasa aman yang diberikan oleh orang yang diajak berbicara. Kepercayaan menjadi fondasi utama dalam *self-disclosure*, dan ketidakpastian tentang respons dari pendengar dapat memengaruhi sejauh mana seseorang mau terbuka tentang perasaan atau masalah yang sedang dihadapi

c. MB

MB, seorang remaja berusia 14 tahun yang telah tinggal di panti asuhan selama hampir satu tahun, berbagi pandangannya mengenai *self-disclosure* dalam kehidupan sehari-hari. Menurutnya, ia merasa paling nyaman untuk bercerita kepada sahabat dan satu ustazah yang sudah cukup dekat dengannya. MB menjelaskan bahwa sahabat dan ustazah tersebut selalu sabar mendengarkan dan tidak pernah menilai apa yang dia ceritakan, membuatnya merasa diterima dan dihargai. Ini memberikan ruang yang aman baginya untuk berbicara lebih terbuka mengenai perasaan dan pemikirannya. Namun, MB juga menyadari bahwa tidak semua orang di sekitar dirinya bisa diandalkan untuk menjaga cerita dengan baik. Ia menyebutkan beberapa teman yang suka bergosip, yang membuatnya merasa tidak nyaman untuk berbagi cerita dengan mereka. Hal ini menunjukkan pentingnya faktor kepercayaan dalam proses *self-disclosure*. MB menganggap bahwa rasa aman, sikap pendengar yang baik, dan waktu yang tepat adalah hal-hal yang sangat memengaruhi kenyamanannya saat terbuka kepada orang lain.

Pada satu kesempatan, MB pernah merasa ingin bercerita tentang masalah keluarga, namun ragu karena takut dianggap manja atau terlalu sensitif. Akhirnya, ia memilih untuk menyalurkan perasaannya dengan cara lain, yaitu menulis puisi untuk mengungkapkan perasaan yang ia pendam. Ini menunjukkan bahwa meskipun terkadang MB merasa ragu untuk berbagi, ia tetap mencari cara

untuk mengekspresikan diri, walaupun bukan dalam bentuk percakapan langsung.

Selain itu, MB juga menyatakan bahwa ia lebih ekspresif ketika berbicara dengan teman sebaya. Baginya, berbicara dengan teman-teman seusianya terasa lebih bebas dan nyaman karena mereka memiliki pengalaman yang lebih serupa. Di sisi lain, ia merasa lebih hati-hati dan formal saat berbicara dengan orang dewasa. Ini menunjukkan perbedaan dalam tingkat kenyamanan dalam *self-disclosure* yang dipengaruhi oleh hubungan sosial dan usia. Secara keseluruhan, MB menunjukkan bahwa *self-disclosure* sangat dipengaruhi oleh siapa yang diajak berbicara, tingkat kedekatan, serta faktor rasa aman dan kepercayaan. Hal ini memperkuat pemahaman bahwa dalam proses terbuka kepada orang lain, penting untuk memilih orang yang bisa menjaga privasi dan memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan.

Ringkasan Temuan

a. Profil Responden

Penelitian ini melibatkan empat responden, terdiri dari tiga remaja perempuan penghuni Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam dengan rentang usia 13-15 tahun, serta seorang pengasuh panti. Dua responden (NS dan MB) relatif baru tinggal di panti (sekitar 1 tahun), sementara NF telah tinggal selama 11 tahun. Ibu Hamidah telah bekerja sebagai pengasuh selama sekitar 20 tahun.

b. Pola *Self-Disclosure*

Hasil wawancara menunjukkan variasi dalam frekuensi *self-disclosure* (keterbukaan diri) di antara ketiga remaja. MB relatif paling sering berbagi cerita (hampir setiap hari), diikuti NS (sekali seminggu), dan NF (sekali sebulan). Perbedaan ini mencerminkan karakteristik pribadi dan tingkat kenyamanan yang berbeda-beda. Menurut pengamatan Ibu H, anak-anak cenderung lebih terbuka pada waktu-waktu tertentu seperti setelah salat berjamaah, usai pengajian, atau menjelang tidur.

c. Topik-topik yang Dibagikan

Semua responden remaja merasa lebih mudah berbagi cerita tentang topik ringan seperti kegiatan sehari-hari, pengalaman sekolah, dan hobi. Sebaliknya, mereka merasa sulit membagikan topik-topik yang lebih pribadi dan emosional seperti masalah keluarga, masa lalu, atau pengalaman traumatis. Hal ini sejalan dengan pengamatan Ibu H bahwa anak-anak panti sering membicarakan rasa rindu kepada keluarga dan konflik sosial, namun lebih sulit mengungkapkan trauma masa lalu atau ketakutan mendalam.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self-Disclosure*

Kepercayaan menjadi faktor utama yang menentukan kenyamanan dalam *self-disclosure* bagi ketiga remaja. Mereka lebih memilih berbagi cerita dengan orang yang telah terbukti dapat menjaga rahasia dan tidak menghakimi. Remaja cenderung menghindari orang-orang yang bersikap kaku, suka menyindir, atau gemar bergosip. Ibu H juga menekankan pentingnya kehangatan komunikasi, sikap tidak menghakimi, dan konsistensi dalam membangun kepercayaan dengan anak-anak panti.

e. Alternatif *Self-Disclosure*

Ketika merasa tidak nyaman atau tidak menemukan tempat yang aman untuk berbagi cerita, ketiga remaja menggunakan cara alternatif seperti menulis di buku harian, jurnal pribadi, puisi, atau berdoa. Panti sendiri memiliki program "curhat malam" dan sesi refleksi kelompok untuk memberi ruang bagi anak-anak mengekspresikan perasaan.

f. Dampak dan Pengalaman

Semua responden melaporkan dampak positif dari *self-disclosure* berupa perasaan lega, ringan secara emosional, dan kejelasan pikiran. Namun, mereka juga pernah mengalami pengalaman negatif ketika cerita pribadi mereka disebarluaskan tanpa izin, yang membuat mereka lebih selektif dalam memilih tempat berbagi

KESIMPULAN

1. Gambaran *self-disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam mencerminkan adanya variasi. Remaja dengan *self-disclosure* rendah cenderung menutup diri karena ketakutan akan penilaian atau penghakiman, sementara remaja dengan *self-disclosure* tinggi merasa aman untuk berbagi perasaan dalam lingkungan yang mendukung.
2. *Self-disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, yaitu kepercayaan kepada orang lain, pengalaman masa lalu, dukungan dari lingkungan sosial, kematangan emosional, dan harga diri. Remaja lebih mudah terbuka jika merasa aman, dipercaya, dan tidak dihakimi. Lingkungan yang suportif seperti pengasuh yang peduli dan teman yang dapat dipercaya sangat membantu keterbukaan mereka. Namun, trauma dan pengalaman negatif bisa membuat mereka menutup diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib, "Teori kepribadian perspektif psikologi Islam." 2017.
- Agus Supriyatna, "Psikologi Komunikasi: Pengantar Teori dan Aplikasi", (Jakarta: Rajawali Pers, 2020), 45.
- Barrett Laurenceau, & Pietromonaco, "Self-Disclosure dan Hubungan Interpersonal", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005).
- Bismi Alifah Rahmawati, "Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa SMP Negeri 1 Pamekasan." tesis. Diss. INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI MADURA, 2024.
- Desma Husni, *Menyoal Psikologi Manusia*. Pandiva Buku, 2023.
- Hasma Safina, *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Keterbukaan Diri (Self-Disclosure) Pada Remaja Di Panti Asuhan Penyantun Islam Banda Aceh*. Diss. UIN Ar-Raniry, 2022.
- <https://quran.nu.or.id/al-hujurat/12> (di akses 2 September 2024)
- Irwin Altman & Dalmas Taylor, *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1973.
- Santri Wijayanti, Rina Rahmatika, and Ratih Arruum Listiyandini. "Kontribusi kebersyukuran dalam peningkatan kualitas hidup kesehatan pada remaja di panti asuhan." *Psycho Idea* 18.1, 2020.

Teguh Wiyono dan Abdul Muhid. "Self-disclosure melalui media instagram: Dakwah bi al-nafsi melalui keterbukaan diri remaja." *Jurnal Ilmu Dakwah* 40.2, 2020.

Yasser Muda Lubis, "Ujaran Kebencian Di Era Digital (Perspektif Etika Komunikasi Al-Qur'an Dan Solusinya)." *Busyro: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Islam* 6.1 (2024).

Lampiran XII Biodata Penulis

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama Lengkap : Istiqomah
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Tanah Laut, 29 April 2000
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Status Perkawinan : -
6. Alamat : Jl. K. H. Ahmad Nawawi Rt.02, Rw.01, Kec. Pelaihari, Kab. Tanah Laut
7. Pendidikan
 - a. Taman Kanak-kanak : TK Al-Qur'an Plus Waladun Sholeh
 - b. SD : SDS Waladun Sholeh
 - c. MTS : Pondok Pesantren As-Syuhada Pelaihari
 - d. MA : MAN Tanah Laut
8. Pengalaman Organisasi
 - a. Himpunan Mahasiswa Islam Ushuluddin dan Dakwah
9. Orang Tua
 - Nama Ayah : H. Yusuf
 - Pekerjaan : Wirausaha
 - Alamat : Jl. K. H. Ahmad Nawawi Rt.02, Rw.01, Kec. Pelaihari, Kab. Tanah Laut
 - Nama Ibu : Hj. Fauziah
 - Pekerjaan : Ibu rumah tangga
 - Alamat : Jl. K. H. Ahmad Nawawi Rt.02, Rw.01, Kec. Pelaihari, Kab. Tanah Laut
10. Jumlah Saudara : 4 bersaudara

Penulis



Istiqomah