

ABSTRAK

Istiqomah, 180103040093. Gambaran *Self Disclosure* pada Remaja Putri Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam Banjarmasin. Pembimbing: Dra. Mulyani, M.Ag. pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, 2025.

Kata Kunci: *Self Disclosure*, Remaja putri, Panti Asuhan

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* pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam berlangsung secara selektif dan dinamis, dipengaruhi oleh konteks hubungan interpersonal, kondisi psikologis, dan lingkungan sosial yang mendukung. Melalui lima dimensi yang dikembangkan oleh Sprecher dan Hendrick intensitas, frekuensi, durasi, kejujuran, dan arah terlihat bahwa keterbukaan remaja tidak hanya merupakan ekspresi diri, tetapi juga berfungsi sebagai sarana membangun kepercayaan, mengelola emosi, dan memperkuat kedekatan sosial. Keberadaan pengasuh yang responsif dan teman sebaya yang suportif menjadi faktor penting yang mendorong munculnya *self disclosure* yang sehat dan bermakna. Penelitian ini memperlihatkan bahwa proses keterbukaan diri dalam lingkungan panti dapat menjadi mekanisme adaptif bagi remaja dalam membentuk identitas diri dan membangun hubungan yang suportif, asalkan didukung oleh iklim emosional yang aman, penuh empati, dan tidak menghakimi. *Self disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Hikmah Zam-Zam dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Kepercayaan, pengalaman hidup, dukungan sosial, dan harga diri menentukan seberapa luas dan dalam mereka bersedia mengungkapkan dirinya kepada orang lain.