

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Gambaran Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan 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. Temuan ini mendukung teori

penetrasi sosial yang menyatakan bahwa keterbukaan tidak serta merta terjadi, tetapi berkembang secara bertahap melalui proses komunikasi yang melibatkan pertukaran kepercayaan dan pengalaman emosional.

Penelitian ini melibatkan dua subjek dengan durasi tinggal di panti yang berbeda, yaitu 1 tahun dan 11 tahun. Perbedaan ini dipilih untuk melihat pengaruh lamanya tinggal terhadap *self disclosure*. Hasilnya, subjek yang baru tinggal 1 tahun cenderung terbuka meski masih dalam tahap adaptasi, sedangkan subjek yang telah tinggal 11 tahun menunjukkan keterbukaan yang lebih rendah karena meskipun merasa nyaman, aman, dan memiliki relasi yang kuat dengan lingkungan sekitarnya, namun dia telah mendapat pengalaman dan telah mengetahui mana yang bisa di ajak mengungkapkan perasaan dan mana yang tidak. Hal ini menunjukkan bahwa lamanya tinggal di panti berpengaruh terhadap tingkat keterbukaan diri remaja.

## **B. Rekomendasi**

### **1. Rekomendasi untuk Peneliti Selanjutnya**

#### **a. Perluasan Subjek Penelitian**

Disarankan agar penelitian berikutnya melibatkan lebih banyak partisipan dari berbagai usia dan latar belakang, baik dari panti yang berbeda maupun remaja yang bukan berasal dari panti, agar diperoleh perbandingan yang lebih komprehensif mengenai *self disclosure*.

b. Pendekatan Metodologis Beragam

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pendekatan kuantitatif atau campuran (*mixed methods*) untuk melengkapi data kualitatif, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasi secara lebih luas dan mendalam.

2. Rekomendasi untuk Pengurus Panti Asuhan

a. Membangun Lingkungan Aman dan Empatik

Pengurus panti perlu menciptakan suasana yang hangat, terbuka, dan suportif, sehingga anak-anak merasa nyaman untuk berbagi perasaan dan pengalaman pribadi tanpa takut dihakimi atau ditolak.

b. Pelatihan Komunikasi bagi Pengasuh

Disarankan untuk memberikan pelatihan rutin kepada pengasuh mengenai teknik *active listening*, empati, dan komunikasi *non-verbal* agar mereka mampu menjadi figur *attachment* yang aman dan dipercaya oleh anak-anak.

c. Pengembangan Program Konseling dan Curhat Terstruktur

Program seperti konseling dapat ditingkatkan dengan melibatkan konselor profesional dan ruang konseling yang lebih privat dan rutin. Hal ini membantu remaja mengekspresikan diri secara lebih sehat dan konsisten.