

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP KELEKATAN ORANG TUA-ANAK DENGAN *SELF-DISCLOSURE* PADA REMAJA DI SMA BOPKRI 1 YOGYAKARTA

Chrisabel Shanna Yemima¹, Kartika Sari Dewi¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. M. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

chrisabelshanna@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berlatar belakang pentingnya masa remaja sebagai periode transisi yang rentan terhadap berbagai permasalahan emosional dan sosial, di mana *self-disclosure* atau keterbukaan diri menjadi salah satu mekanisme penting dalam membantu remaja mengatasi tekanan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* pada remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan teknik *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 104 siswa kelas X di SMA Bopkri 1 Yogyakarta. Metode pengambilan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur skala persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak, yang dibagi dalam dua bagian yaitu skala persepsi terhadap kelekatan ayah-anak (21 aitem, $\alpha = 0,950$) dan skala persepsi terhadap kelekatan ayah-anak ibu (22 aitem, $\alpha = 0,950$) serta skala *self-disclosure* (23 aitem, $\alpha = 0,866$). Analisis data dilakukan melalui analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* ($p < 0.001$, $R = 0.321$). Sebesar 10,3% variasi *self-disclosure* dijelaskan oleh persepsi kelekatan orang tua-anak, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi kelekatan remaja terhadap orang tua, maka semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk membuka diri kepada lingkungan sosialnya.

Kata Kunci: *self-disclosure*; persepsi kelekatan orang tua; remaja; keterbukaan diri.

RELATIONSHIP BETWEEN PARENT-CHILD ATTACHMENT PERCEPTION AND SELF-DISCLOSURE AMONG ADOLESCENTS AT BOPKRI 1 SENIOR HIGH SCHOOL YOGYAKARTA

Chrisabel Shanna Yemima¹, Kartika Sari Dewi¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University

Prof. Mr. Sunario street, Tembalang, Semarang, Central Java, 50275

chrisabelshanna@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a crucial transitional period that is vulnerable to various emotional and social challenges, in which self-disclosure becomes an important mechanism to help adolescents cope with psychological pressures. This study aims to examine the relationship between perceived parent-child attachment and self-disclosure among adolescents. This research employed a quantitative correlational approach with purposive sampling. The participants consisted of 104 tenth-grade students from SMA Bopkri 1 Yogyakarta. Data were collected using three measurement scales: the perceived father-child attachment scale (21 items, $\alpha = 0.950$), the perceived mother-child attachment scale (22 items, $\alpha = 0.950$), and the self-disclosure scale (23 items, $\alpha = 0.866$). Data were analyzed using simple regression analysis. The results indicate a positive and significant relationship between perceived parent-child attachment and self-disclosure ($p < 0.001$, $R = 0.321$). Perceived parent-child attachment accounted for 10.3% of the variance in self-disclosure, while the remaining variance was influenced by other factors. These findings suggest that the stronger adolescents perceive their attachment with parents, the more likely they are to engage in self-disclosure within their social environment.

Keyword: *self-disclosure*; perception of parental attachment; adolescents

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini tidak hanya ditandai dengan perubahan pada faktor fisik namun juga perkembangan kepribadian anak yang lebih matang dan perkembangan sosial yang mendorong anak untuk belajar membangun interaksi sosial yang baik di lingkungan masyarakat (Setiawan, 2019). *World Health Organization* (2024) menetapkan batas usia remaja yaitu antara 10-19 tahun, sementara Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (2022) mendefinisikan usia remaja dengan rentang yang lebih luas yaitu 10-24 tahun dengan status belum menikah. Menurut tahap perkembangan Erikson (1968), pada usia ini remaja berada pada tahapan *identity vs confusion* dimana remaja berusaha untuk membentuk identitas diri yang khas terkait dirinya. Dalam proses pencarian jati diri, apabila remaja tidak mampu mengelola emosinya dengan baik, remaja rentan mengalami depresi, kesulitan meregulasi emosi yang selanjutnya mengarah pada permasalahan lain seperti prestasi akademik yang menurun, penyalahgunaan zat adiktif, kenakalan remaja hingga gangguan pola makan.

Siswa SMA tahun pertama mengalami proses adaptasi yang lebih berat karena transisi dari tingkat sekolah menengah pertama menuju sekolah menengah

atas. Masa transisi ini merupakan periode perkembangan yang krusial yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan akademik, lingkungan sosial yang baru, serta ekspektasi terhadap kemandirian siswa yang lebih besar (Aromolaran, 2021). Perubahan ini kemudian menuntut siswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik. Penelitian oleh Fitri dkk. (2025) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri remaja dipengaruhi oleh dukungan yang diterima dari keluarga, teman-teman dan pihak sekolah. Dalam proses ini, siswa perlu membangun rasa percaya diri, keterampilan bersosialisasi, serta kemampuan menghadapi tuntutan belajar yang berbeda dari jenjang sebelumnya. Fenomena ini juga ditemukan pada siswa SMA Bopkri 1 Yogyakarta, yang pada awal masa studi dihadapkan pada situasi akademik dan sosial yang baru. Kemampuan bersosialisasi yang terbentuk selama proses adaptasi tersebut tidak hanya memengaruhi hubungan siswa dengan lingkungan sekitar, tetapi juga cara mereka mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi (Randi, 2021).

Hasil survei awal yang dilakukan kepada 19 siswa SMA Bopkri 1 Yogyakarta menunjukkan bahwa 57,9% subjek merasa nyaman untuk menceritakan mengenai dirinya secara rinci kepada orang lain karena percaya akan dipahami dengan baik, dilanjutkan 31,6% subjek menjawab ragu-ragu. 63,2% subjek juga merasa nyaman dalam membicarakan topik-topik yang mendalam dengan orang-orang terdekat. Pertanyaan yang mengarah pada persepsi subjek mengenai orang sekitarnya, mayoritas subjek menjawab bahwa orang-orang di sekitar mereka sudah mampu menjadi tempat yang nyaman untuk bercerita. Hal ini

disebabkan karena subjek merasa didengar, didukung dan merasa percaya karena tidak dihakimi untuk lebih terbuka. Meskipun ada sebagian yang menyebutkan karakter pribadi sebagai penyendiri atau lebih selektif dalam berbagi, kehadiran individu-individu tertentu yang bisa dipercaya tetap memberi ruang bagi mereka untuk membuka diri dalam situasi yang dirasa tepat. Hal ini berbeda dengan penelitian oleh Nashrullah dan Widyastuti (2024) menyatakan bahwa 68,80% remaja di Indonesia memiliki *self-disclosure* yang rendah, hal ini menunjukkan bahwa tingkat keterbukaan diri pada remaja masih rendah dan remaja masih sulit untuk membuka diri.

Self-disclosure menjadi salah satu hal penting dalam proses perkembangan individu pada masa remaja. *Self-disclosure* dapat menjadi mekanisme penting bagi remaja dalam mengatasi permasalahan perkembangan yang dihadapi seperti permasalahan diri, tekanan akademik ataupun permasalahan sosial dengan teman sebaya (Hailiyah dkk, 2023). DeVito (2016) menyatakan bahwa *self-disclosure* dapat diartikan sebagai kegiatan membagikan informasi pribadi yang ditujukan kepada orang lain. Jika *self-disclosure* dilakukan dengan baik, individu cenderung mengalami penurunan beban atau tekanan psikologis. Hal ini dapat terjadi karena dengan saling berbagi cerita mengenai permasalahan yang sedang dihadapi, akan memunculkan perasaan lega dan mengurangi beban yang dirasakan (Putri & Novitasari, 2017). Dengan *self-disclosure*, kita juga dapat berpeluang mendapatkan solusi dari sudut pandang yang lain sehingga membantu kita dalam menemukan jalan keluar yang lebih efektif (Pinakesti, 2016).

Self-disclosure yang baik memiliki beberapa karakteristik seperti adanya timbal balik antara pemberi informasi dan pendengar (Kreiner & Levi-Belz, 2019). Timbal balik juga berbicara mengenai bagaimana kedua pihak merasa nyaman dan dihargai. Apabila *self-disclosure* dilakukan dengan jujur, akan berdampak positif dalam membangun rasa percaya antar individu. Hal ini dipengaruhi juga kepada siapa informasi tersebut dibagikan. Penelitian oleh Muchlisah dan Murdiana (2024) menemukan bahwa anak yang menerima kasih sayang dan memiliki hubungan emosional positif dengan orang tua akan mempengaruhi hubungan anak dengan orang lain di mana hubungan tersebut akan lebih sehat sehingga mendorong anak untuk lebih terbuka dalam pengungkapan diri. Sebaliknya, anak yang mengalami permasalahan dalam berkomunikasi dengan orang lain serta permasalahan internal seperti kesepian, depresi dan kesulitan akademik akan cenderung memiliki keterbukaan diri yang rendah (Salsabila & Abdullah, 2021). *Self-disclosure* harus diimbangi dengan dukungan serta pemahaman yang diberikan oleh orang tua. Teori penetrasi sosial yang diungkapkan oleh Atman dan Taylor dapat menjelaskan fenomena tersebut. Teori ini menyatakan bahwa keterbukaan diri merupakan proses bertahap yang berkembang melalui rasa percaya, rasa aman serta penguatan positif seperti respon baik yang diterima ketika melakukan pengungkapan diri atau *self-disclosure* (Safitri dkk., 2021).

Salah satu hal yang mempengaruhi keberhasilan proses dalam mengungkapkan diri adalah persepsi remaja terhadap hubungan emosionalnya dengan orang tua. Konsep persepsi interpersonal oleh Fiske dan Taylor (1991)

menjelaskan bahwa individu menyeleksi, mengorganisasi dan menginterpretasikan pengalaman sosial untuk membentuk kesan. Aswaruddin dkk. (2025) mengemukakan bahwa persepsi masing-masing individu dapat dipengaruhi oleh pengalaman individu, faktor budaya, keyakinan dan keadaan emosional. Hal tersebut menyebabkan persepsi yang unik antar individu karena akan menghasilkan interpretasi yang berbeda terhadap suatu pesan yang sama. Persepsi yang salah diinterpretasikan juga dapat memperburuk kualitas hubungan antara orang tua dan anak sehingga memicu konflik sebagai respon emosional.

Kelekatan yang dirasakan anak dengan orang tua berpengaruh terhadap banyak aspek dalam kehidupan anak. Menurut Bowlby (1969) kelekatan merujuk pada ikatan emosional yang kuat antara anak dengan figur lekat, yang berperan penting dalam perkembangan sosial emosional anak. Kelekatan yang terbangun antara orang tua dan remaja akan membantu remaja terhindar dari kecemasan serta mengurangi risiko remaja mengalami depresi atau tekanan emosional lainnya (Fitroh, 2019). Pola interaksi dan kelekatan positif yang terjalin antara orang tua dan anak membuat anak dapat menyesuaikan diri lebih baik di lingkungan sosial yang penuh dengan tekanan (Arif & Wahyuni, 2017). Dengan keterampilan menyesuaikan diri yang baik, anak akan berkembang dengan kemampuan sosial dan adaptasi yang lebih baik. Menurut Gottman dan Claire (dalam Wardani & Lestari, 2023) kelekatan dengan ayah berperan penting dalam pembentukan kecerdasan emosional anak seperti kemampuan empati terhadap perasaan orang lain, menumbuhkan sikap peduli, dan berhubungan sosial dengan lebih baik.

Kelekatan anak dengan ibu juga berpengaruh penting dalam meningkatkan kemandirian anak (Handayani & Robbi, 2023). Kelekatan secara umum merujuk pada ikatan emosional antara anak dan orang tua, namun pada penelitian ini konteks kelekatan ditinjau dari sudut pandang subjektif remaja, yakni bagaimana remaja mempersepsikan kualitas hubungan tersebut. Persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak mencerminkan sejauh mana remaja merasa diterima, dipahami dan didukung oleh orang tuanya.

Penelitian sebelumnya milik Putri dan Rizal (2021) telah menghubungkan kelekatan orang tua dengan *self disclosure*. Penelitian tersebut mengungkap bahwa remaja cenderung memendam apa yang dirasakan dan kesulitan dalam melakukan *self-disclosure* kepada orang lain dipengaruhi oleh buruknya kelekatan dengan orang tua. Penelitian tersebut menyasar pada seluruh remaja di Kota Bukittinggi. Penelitian lain oleh Muchlisah dan Murdiana (2024) mengungkap adanya korelasi positif antara kelekatan ayah dengan *self-disclosure* kepada ayah dengan subjek remaja perempuan. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini mengkaji hubungan antara persepsi terhadap kelekatan anak dengan kedua orang tuanya dengan *self-disclosure* remaja kepada orang-orang terdekat yang dipercaya. Penelitian ini juga berfokus pada siswa SMA tahun pertama di SMA Bopkri 1 Yogyakarta.

Penelitian ini lebih berfokus pada persepsi anak terhadap kelekatan dengan orang tua untuk melihat pengalaman subjektif remaja dan bagaimana remaja menilai hubungannya dengan orang tua. Penelitian mengenai persepsi

kelekatan orang tua dan *self-disclosure* pada remaja menjadi penting dilakukan karena pada masa remaja, pola interaksi positif yang terjalin antara anak dengan orang tua akan mendorong rasa percaya anak sehingga lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sosial maupun situasi yang penuh tekanan (Arif & Wahyuni, 2017). Ketika rasa percaya ini muncul, *self-disclosure* sebagai salah satu mekanisme yang membantu permasalahan remaja dapat dilakukan dengan lebih maksimal. Penelitian ini memberikan kontribusi kebaruan dengan mengkaji persepsi terhadap kelekatan orang tua anak dengan *self-disclosure* pada remaja, secara spesifik di SMA Bopkri 1 Yogyakarta yang sebelumnya belum pernah dilakukan pada konteks populasi tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam terkait hubungan antara persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* pada remaja terutama di SMA Bopkri 1 Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara persepsi kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* pada remaja di SMA Bopkri 1 Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara persepsi kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* pada remaja di SMA Bopkri 1 Yogyakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu berperan meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan terutama yang berkaitan dengan hubungan persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat untuk subjek

Membantu subjek memahami hubungan antara persepsi terhadap kelekatan orang tua-anak dengan *self-disclosure* sehingga subjek dapat mengembangkan *self-disclosure* yang lebih baik melalui kelekatan yang aman dengan orang tua.

b. Manfaat untuk sekolah

Penelitian ini dapat membantu sekolah dalam mengidentifikasi pentingnya peran kelekatan orang tua terhadap keterbukaan diri subjek sehingga sekolah dapat mengembangkan kolaborasi dengan orang tua dalam meningkatkan keterbukaan diri subjek.

c. Manfaat untuk peneliti selanjutnya

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dan landasan bagi peneliti selanjutnya, khususnya dalam mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan persepsi terhadap

kelekatan orang tua, *self-disclosure* atau hubungan dari kedua variabel tersebut.