

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

#### 2.1 Tinjauan Pustaka

##### 2.1.1 Penelitian Sejenis

Berdasarkan tinjauan pustaka, peneliti mengambil penelitian dengan judul “*Self Disclosure Pasangan Long Distance Relationship (Studi Deskriptif Mengenai Self Disclosure Pasangan Long Distance Relationship dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung)*”. Dalam hal ini peneliti telah melihat penelitian sejenis terdahulu mengenai *Long Dictance Relationship* melalui portal Skripsi Perpustakaan *Online* Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro Semarang, Thesis Perpustakaan *Online* Universitas Airlangga Surabaya dan Jurnal Internasional National University of Singapore melalui *Website* Perpustakaan Nasional Republik Indonesia. Berikut penelitian sejenis yang dijadikan sebagai bahan acuan oleh peneliti :

**Tabel 2.1**  
**Penelitian Sejenis**

Uraian	Identitas Peneliti Sejenis		
Nama	<b>Devi Anjas Primasari 2015</b>	<b>Rizky Johanuari P. 2016</b>	<b>Kristel Anne Acedera &amp; Brenda S. A. Yoh 2018</b>
Perguruan Tinggi	<b>Universitas Airlangga Surabaya</b>	<b>Universitas Diponegoro Semarang</b>	<b>National University of Singapore</b>
Judul	Kehidupan Keluarga “ <i>Long Distance Marital In Relationships</i> ”	Komunikasi Antarpribadi untuk Pengelolaan Konflik Tuduhan tak Berdasar pada Pasangan <i>Long Distance Relationship (LDR)</i>	<i>Facebook, Long Distance Marriages, and the Mediation of Intimacies</i>
Metode	Penelitian ini menggunakan Paradigma <i>Interpretative</i>	Penelitian ini berupa pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologi	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengambil informan menggunakan <i>purposive sampling</i>
	Hasil penelitian	Melakukan <i>daily sharing</i>	Jurnal Internasional

<p><b>Hasil</b></p>	<p>menunjukkan bahwa kehidupan <i>long distance marital in relationships</i> dihadapkan kepada permasalahan seperti kepercayaan, keuangan, kejujuran, masalah anak, masalah dengan mertua dan pemenuhan biologis</p>	<p>untuk menunjukkan rasa sayang, perhatian dan saling memiliki. Memanfaatkan waktu sebaik mungkin ketika bertemu. Menimbulkan kecurigaan selama menjalani LDR hingga menimbulkan tuduhan perselingkuhan. Hal itu diselesaikan dengan cara telepon dan <i>chatting</i>. Bentuk komunikasi yang dilakukan yaitu dengan cara terbuka</p>	<p>pada penelitian ini menghasilkan hasil jawaban bahwa hubungan yang membuat mereka kekal dan mempertahankan hubungan ialah dengan menggunakan teknologi komunikasi, digunakan juga media sosial yaitu <i>facebook</i> sebagai penunjang media komunikasinya. Adapun tingkat keintiman saat berkomunikasi menggunakan teknologi komunikasi yaitu disamakan seperti ketika bertemu fisik bersama pasangan</p>
<p><b>Perbedaan</b></p>	<p>Perbedaan penelitian sejenis ini yaitu pada metode yang digunakan yaitu penelitian ini penelitian Thesis menggunakan Paradigma Interpretative sedangkan peneliti pada penelitian</p>	<p>Perbedaan penelitian sejenis ini yaitu pada subfokus permasalahan pengelolaan konflik tuduhan tak berdasar pada pasangan <i>Long Distance Relationships</i> sedangkan subfokus yang diteliti</p>	<p>Perbedaan penelitian jurnal internasional ini yaitu lokasi penelitian yang dilakukan di negara Filipina dengan informan tenaga kerja migrasi yang bekerja ke</p>

	Skripsi studi deskriptif	oleh peneliti pada pengelolaan dimensi <i>self disclosure</i> melalui media <i>WhatsApp</i> . Selain itu juga studi yang digunakan berbeda yaitu penelitian ini menggunakan studi fenomenologi sedangkan peneliti menggunakan studi deskriptif	luar negeri. Juga Subjek penelitian pada pasangan tenaga kerja yang sudah menikah.
--	--------------------------	--	--

Sumber : Peneliti 2019

## 2.1.2 Studi *Literature*

### 2.1.2.1 Tinjauan Tentang Ilmu Komunikasi

#### A. Definisi Komunikasi

Manusia merupakan salah satu makhluk hidup yang bersosial yaitu di mana makhluk hidup tidak bisa hidup sendiri sehingga membutuhkan kehadiran individu lainnya. Hal itu merupakan naluriah kehidupan manusia untuk memenuhi kebutuhan selama kehidupannya. Jika terdapat manusia yang dapat hidup sendiri, manusia tersebut tidak bisa lama dalam kehidupan kesendiriannya atau bahkan merasa tidak nyaman, bahkan dengan sendirinya akan timbul stimulus untuk membutuhkan bantuan orang lain.

Manusia tidak dapat tidak membutuhkan orang lain. Seumur hidupnya manusia pasti membutuhkan orang lain. Ketika dilahirkan, manusia sangat bergantung pada ibunya. Dalam hidup sehari-hari,

manusia berhubungan dengan orang lain. Ketika meninggal pun, manusia membutuhkan orang lain untuk menguburkannya. Dilihat dari siklus hidupnya yang selalu berhubungan dengan orang lain, manusia dikategorikan sebagai makhluk sosial. Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial (*homo socialis*).

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan interaksi dengan sesamanya untuk berbagi rasa, bertukar pikiran dan kehendak, baik secara langsung maupun tidak langsung, verbal maupun nonverbal. Hal ini secara alami tertanam dalam diri setiap individu, dan secara alami pula dilakukan sejak lahir. Dengan berkomunikasi manusia dapat saling berhubungan satu sama lain baik secara individu maupun kelompok dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Effendy (2002: 9) dalam bukunya yang berjudul *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek* disebutkan bahwa:

“Istilah komunikasi atau dalam bahasa Inggris *Communication* menurut asal katanya berasal dari bahasa latin *Communicate*, dalam perkataan ini bersumber dari kata *Communis* yang berarti sama, sama di sini maksudnya adalah sama makna. Jadi, jika dua orang terlibat dalam komunikasi maka komunikasi akan terjadi atau berlangsung selama ada kesamaan makna mengenai apa yang dikomunikasikan, yakni baik si penerima maupun si pengirim sepaham dari suatu pesan tertentu”.

Kemudian menurut Rohim (2009: 8) dalam bukunya yang berjudul *Teori Komunikasi, Perspektif, Ragam & Aplikasi* menyebutkan bahwa:

“Komunikasi adalah pusat minat dan situasi perilaku di mana suatu sumber menyampaikan pesan kepada seorang penerima dengan berupaya mempengaruhi perilaku penerima tersebut”.

Menurut Pearson dan Nelson dalam buku Mulyana (2002: 69) yang dikutip oleh Rohim menyebutkan komunikasi sebagai transaksi bahwa:

“Komunikasi adalah proses memahami dan berbagi makna. Sama halnya dengan pendapat Tubbs dan Moss komunikasi adalah proses pembentukan makna di antara dua orang atau lebih”. (Rohim, 2009: 10)

Dari definisi-definisi di atas mengenai komunikasi maka dapat terlihat pada intinya bahwa komunikasi adalah suatu proses di mana terdapat dua individu atau lebih yang salah satunya memberikan pesan kepada individu sebagai lawan bicaranya untuk menerima pesan yang diberikan, kemudian terjadi timbal balik pada penerima pesan atau biasa disebut antara komunikator sebagai penyampai pesan dan komunikan penerima pesan hingga akhirnya menimbulkan reaksi dan respon sampai terjadi pertukaran informasi di antara keduanya.

## **B. Komponen Komunikasi**

Selama komunikasi berlangsung, tentu terdapat beberapa komponen. Jika tidak ada komponen komunikasi tidak akan terjadi. Menurut Effendy (2015: 6) dalam bukunya yang berjudul *Dinamika Komunikasi* disebutkan bahwa komponen-komponen tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Komunikator, merupakan orang yang menyampaikan pesan
- 2) Pesan, merupakan pernyataan yang didukung oleh pesan
- 3) Komunikan, merupakan orang yang menerima pesan
- 4) Media, merupakan Sarana atau saluran yang mendukung pesan bila komunikasi jauh tempatnya atau banyak jumlahnya
- 5) Efek, merupakan dampak sebagai pengaruh pesan.

Sehingga akan menimbulkan sebuah efek yaitu:

- 1) Dampak kognitif adalah yang timbul pada komunikasi menyebabkan dia menjadi tahu atau meningkatkan intelektualitasnya.
- 2) Dampak afektif lebih tinggi kadarnya daripada kognitif yaitu menimbulkan perasaan tertentu.
- 3) Dampak Behavioural yaitu dampak yang timbul pada komunikasi dalam bentuk perilaku, tindakan atau kegiatan..

Terlihat bahwa untuk terjadinya komunikasi maka perlu adanya komunikator sebagai penyampai pesan, komunikasi untuk tujuan kepada siapa komunikator menyampaikan pesan, lalu media sebagai saluran pesan jika terjadinya komunikasi jarak jauh, dan harapan komunikator kepada komunikasi untuk menghasilkan efek apa yang dapat ditimbulkan.

### **C. Proses Komunikasi Bermedia**

Peneliti karena akan meneliti sebuah fenomena pada pasangan yang mengalami *long distance relationship* maka akan terjadi

sebuah proses komunikasi di mana di antara dua individu melakukan komunikasi jarak jauh sehingga dibutuhkan sebuah media untuk menyampaikan pesan-pesan tersebut. Menurut Effendy (2015: 9) disebutkan bahwa:

“Proses Komunikasi bermedia (*mediated communication*) adalah komunikasi yang menggunakan saluran atau sarana untuk meneruskan suatu pesan kepada komunikan yang jauh tempatnya.”

Jadi pada intinya komunikasi bermedia ialah suatu proses pertukaran informasi pada komunikasi yang dilakukan dengan menggunakan media atau saluran komunikasi, hal itu tentu dapat melalui *chatting*, *handphone*, sms, ataupun telepon.

#### **D. Prinsip Komunikasi**

Menurut Mulyana (2013: 109) dalam bukunya yang berjudul *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar* menyebutkan bahwa komunikasi mempunyai dimensi isi dan dimensi hubungan, adalah:

“Dimensi isi disandi secara verbal, sementara dimensi hubungan disandi secara nonverbal. Dimensi isi menunjukkan muatan (isi) komunikasi, yaitu apa yang dikatakan, Sedangkan dimensi hubungan menunjukkan bagaimana cara mengatakannya yang juga mengisyaratkan bagaimana hubungan para peserta komunikasi itu dan bagaimana seharusnya pesan itu ditafsirkan”.

Kemudian terdapat fungsi komunikasi yaitu salah satunya pada Komunikasi Ekspresif. Berikut Mulyana menyebutkan bahwa:

“Komunikasi ekspresif tidak otomatis bertujuan mempengaruhi orang lain, namun dapat dilakukan sejauh komunikasi



tersebut menjadi instrumen untuk menyampaikan perasaan-perasaan (emosi kita. Perasaan sayang, peduli, rindu, simpati, gembira, sedih, takut, prihatin, marah dan benci dapat disampaikan melalui kata-kata”. (Mulyana, 2013: 24)

Sehingga berdasar teori di atas maka suatu komunikasi dapat dilakukan untuk mengekspresikan sebuah rasa (emosional) kepada orang yang kita sayangi melalui kata-kata walaupun jarak sekalipun memisahkan antar keduanya.

### **2.1.2.2 Tinjauan Tentang Komunikasi Antarpribadi**

#### **A. Definisi Komunikasi Antarpribadi**

Komunikasi Antarpribadi lebih dari pada penyampaian informasi antara dua manusia. Hal ini merupakan cara manusia untuk memperoleh makna, identitas dan hubungan-hubungan melalui komunikasi antarmanusia. Menurut Sendjadja (2004: 5.19) dalam bukunya yang berjudul *Pengantar Ilmu Komunikasi* menyebutkan bahwa:

“Komunikasi Antarpribadi merupakan suatu proses yang sangat unik artinya kegiatan yang terjadi dalam komunikasi antarpribadi tidak seperti kegiatan lainnya, komunikasi antarpribadi melibatkan paling sedikit 2 orang yang mempunyai sifat, nilai-nilai, pendapat, sikap, pikiran dan perilaku yang khas dan berbeda-beda juga menuntut adanya tindakan saling memberi dan menerima di antara pelaku yang terlibat dalam komunikasi”.

Sedangkan menurut Solihat, Manap. Melly Maulin dan Olih Solihin (2015: 99) dalam bukunya yang berjudul *Interpersonal Skill*

*Tips Membangun Komunikasi dan Relasi* menyebutkan bahwa:

“Komunikasi Antarpribadi pada dasarnya merupakan jalinan hubungan interaktif antara seorang individu dengan individu lain di mana lambang-lambang pesan secara efektif digunakan, terutama lambang-lambang bahasa.”

Terlihat berdasar pengertian-pengertian di atas bahwa untuk terjadinya suatu proses komunikasi antarpribadi maka perlu adanya minimal 2 pelaku di dalam proses komunikasi dengan pertukaran informasi yang sangat intim dan menyatukan perbedaan di antara keduanya dengan adanya simbol-simbol bahasa sehingga menimbulkan sebuah kedekatan, itulah yang membedakan komunikasi antarpribadi dengan ilmu komunikasi yang lainnya.

## **B. Fungsi Komunikasi Antarpribadi**

Adapun fungsi komunikasi antarpribadi ialah berusaha meningkatkan hubungan insani (*human relations*), menghindari dan mengatasi konflik-konflik pribadi, mengurangi ketidak pastian sesuatu, serta berbagi pengetahuan dan pengalaman dengan orang lain. (Cangara, 2014: 68)

Komunikasi antarpribadi dapat meningkatkan hubungan kemanusiaan di antara pihak-pihak yang berkomunikasi. Dalam hidup bermasyarakat seseorang bisa memperoleh kemudahan dalam hidupnya karena memiliki banyak sahabat dan rekan dekat bahkan dengan sepasang kekasih. Melalui komunikasi antarpribadi, juga dapat berusaha membina hubungan yang baik, sehingga

menghindari dan mengatasi terjadinya konflik-konflik di antara hubungan dengan orang lain.

### **2.1.2.3 Tinjauan Tentang *Self Disclosure* (Pengungkapan Diri)**

#### **A. Definisi *Self Disclosure***

Menurut Wrightsman di dalam buku Solihat, Maulin dan Solihin (2015: 87) di dalam bukunya yang berjudul *Interpersonal Skill Tips Membangun Komunikasi dan Relasi* menyebutkan bahwa: “Pengungkapan diri (*self disclosure*) adalah proses menghadirkan diri yang diwujudkan dalam kegiatan membagi perasaan dan informasi dengan orang lain.”

Menurut Devito (2011: 62) di dalam bukunya yang berjudul *Komunikasi Antarmanusia* menyebutkan bahwa: “*Self Disclosure* merupakan tentang pikiran, perasaan dan perilaku seseorang atau tentang orang lain yang sangat dekat yang sangat dipikirkannya.”

Kemudian menurut Morton (dalam Solihat, Maulin dan Solihin, 2015: 87) pengungkapan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. Informasi di dalam pengungkapan diri ini bersifat deskriptif atau evaluatif. Deskriptif artinya individu melukiskan berbagai fakta mengenai diri sendiri yang mungkin belum diketahui oleh pendengar seperti, jenis pekerjaan, alamat, dan usia. Sedangkan evaluatif artinya individu mengemukakan pendapat atau perasaan pribadinya seperti tipe orang

yang atau hal-hal yang tidak disukai atau dibenci.

Pengungkapan diri ini dapat berupa berbagai topik seperti informasi perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan ide yang sesuai dan terdapat di dalam diri orang yang bersangkutan. Kedalaman dan pengungkapan diri seseorang tergantung pada situasi dan orang yang diajak untuk berinteraksi. Jika orang yang berinteraksi dengan menyenangkan dan membuat merasa aman serta dapat membangkitkan semangat, maka kemungkinan bagi individu untuk lebih membuka diri amatlah besar. Sebaliknya pada beberapa orang tertentu yang dapat saja menutup diri karena merasa kurang percaya. (Solihat, Maulin dan Solihin, 2015: 87)

Dalam proses pengungkapan diri nampaknya individu-individu yang terlibat memiliki kecenderungan mengikuti norma resiprok (timbal balik). Bila seseorang menceritakan sesuatu yang bersifat pribadi, maka akan cenderung memberikan aksi yang sepadan. Pada umumnya mengharapkan orang lain memperlakukan sama seperti memperlakukan mereka.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan dan definisi-defini di atas dapat dikatakan bahwa *self disclosure* akan terjadi bila sudah mengalami proses hubunga yang membuat antar keduanya menjadi dekat, sehingga salah satu pihak akan mengungkapkan dirinya secara terbuka yang seharusnya tidak diberitahukan oleh orang lain. Hal tersebut tentu mengalami beberapa faktor seperti kebudayaan,

waktu, ruang, *intimate*, hingga terbentuk proses Resiprositas di mana jika salah satu sudah mengungkapkan pribadinya, maka lawan bicaranya pun akan melakukan yang sama sehingga cenderung akan menghasilkan hubungan yang positif.

### **B. Tingkatan-Tingkatan *Self Disclosure***

Dalam proses hubungan antarpribadi terdapat tingkatan-tingkatan yang berbeda dalam pengungkapan diri. Menurut Powell di dalam buku Solihat dkk yang berjudul *Intrapersonal Skill* (Solihat, Maulin dan Solihin, 2015: 92) tingkatan-tingkatan pengungkapan diri dalam komunikasi, yaitu:

- a. Basa-basi merupakan taraf pengungkapan diri yang paling lemah atau dangkal, walaupun terdapat keterbukaan diantara individu, tetapi tidak terjadi hubungan antarpribadi. Masing-masing individu berkomunikasi basa-basi kesopanan.
- b. Membicarakan orang lain yang diungkapkan dalam komunikasi hanyalah tentang orang lain atau hal-hal yang diluar dirinya. Walaupun pada tingkat ini isi komunikasi lebih mendalam tetapi pada tingkat ini individu tidak mengungkapkan diri.
- c. Menyatakan gagasan atau pendapat sudah mulai dijalin hubungan yang erat. Individu mulai mengungkapkan dirinya kepada individu lain.
- d. Perasaan: setiap individu dapat memiliki gagasan atau pendapat yang sama tetapi perasaan atau emosi yang menyertai gagasan

atau pendapat setiap individu dapat berbeda-beda. Setiap hubungan yang menginginkan pertemuan antarpribadi yang sungguh-sungguh, haruslah didasarkan atas hubungan yang jujur, terbuka dan menyorakan perasaan-perasaan yang mendalam.

- e. Hubungan puncak: pengungkapan diri telah dilakukan secara mendalam, individu yang menjalin hubungan antarpribadi dapat menghayati perasaan yang mendalam dan sejati haruslah berdasarkan pada pengungkapan diri dan kejujuran yang mutlak.

### **C. Dimensi *Self Disclosure***

*Self Disclosure* dapat dibedakan satu dengan lainnya karena berbagai dimensinya. Menurut Devito di dalam buku *Budyatna* (2004: 7.13) mengungkapkan 5 dimensi *Self Disclosure* :

#### 1) Ukuran *Self Disclosure*

Ukuran *Self Disclosure* dapat dilihat dari frekuensi seseorang melakukan *Self Disclosure* dan durasi pesan-pesan yang bersifat *Self Disclosure*, yakni waktu yang diperlukan untuk menyatakan pengungkapan diri tersebut.

#### 2) Valensi *Self Disclosure*

Valensi *Self Disclosure* adalah kualitas positif dan negatif dari *Self Disclosure*. Kita dapat mengungkapkan diri dengan baik dan menyenangkan (*Self Disclosure* positif), atau dengan

tidak baik dan tidak menyenangkan (*Self Disclosure* negatif). Kualitas ini akan menimbulkan dampak yang berbeda, baik pada orang yang menangkap diri maupun pada pendengarnya.

### 3) Kecermatan dan Kejujuran

Kecermatan atau ketepatan dari *Self Disclosure* kita akan dibatasi oleh sejauh mana kita tahu atau mengenal diri kita sendiri. Selanjutnya, *Self Disclosure* juga akan berbeda tergantung pada kejujuran. Kita dapat secara total jujur atau kita dapat melebih-lebihkan, membuat detail-detail yang penting, atau berbohong.

### 4) Tujuan atau Maksud

Kita akan menyingkapkan apa yang kita tuju untuk disingkapkan. Dengan demikian kita akan sadar mengontrol *Self Disclosure* yang kita lakukan.

### 5) Keintiman

Kita dapat menyingkapkan hal-hal yang paling intim dalam hidup kita atau hal yang kita anggap sebagai feriferal atau impersonal, atau hal-hal yang terletak antara kedua ekstrim ini.

## **D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Disclosure***

Menurut Devito yang dikutip Budyatna (2004: 7.13) mengemukakan ada enam faktor yang mempengaruhi *Self Disclosure*, yaitu:

### 1) Efek dyadik

Umumnya *Self Disclosure* adalah Resiprokal. Dalam tiap interaksi, *Self Disclosure* lebih mungkin terjadi jika individu lainnya sebelumnya juga membuka diri. Tindakan *Self Disclosure* diikuti oleh *Self Disclosure*. Ini merupakan efek dyadik: jika seseorang dalam hubungan dyad (hubungan antara dua orang) mengerjakan sesuatu, maka yang lainnya juga akan melakukan yang sama.

### 2) Ukuran *audience*

*Self Disclosure* lebih mungkin terjadi dalam kelompok kecil dari pada kelompok besar. Namun *Self Disclosure* paling mungkin terjadi dalam hubungan dyad. Ini disebabkan orang yang mengungkapkan diri itu akan lebih mudah untuk menghadapi reaksi dan respons dari satu orang lainnya dari pada kelompok orang (tiga, empat atau lima orang).

### 3) Topik

Topik mempengaruhi ukuran dan tipe *Self Disclosure*. Sejumlah topik lebih memungkinkan orang untuk membuka dirinya dari pada topik lainnya.

### 4) Valensi

Valensi (kualitas positif atau negatif) dari *Self Disclosure* juga penting, *Self Disclosure* yang positif lebih disukai daripada *Self Disclosure* yang negatif, baik pada hubungan antarpribadi



yang intim maupun yang tidak intim.

#### 5) Jenis Kelamin

Banyak riset menunjukkan bahwa wanita lebih membuka dirinya dibandingkan pria. Ada yang menarik dalam melihat kecenderungan melakukan *Self Disclosure* antara wanita dan pria. Wanita lebih banyak mengungkapkan dirinya pada orang yang ia sukai, sedangkan pria lebih banyak pada orang yang ia percayai.

#### 6) Mitra kita dalam suatu hubungan

Penelitian banyak menunjukkan bahwa seseorang akan lebih terbuka kepada orang yang juga terbuka dengannya, seperti pasangan, keluarga, dan teman dekat.

### **E. Fungsi *Self Disclosure***

*Self Disclosure* memiliki berbagai fungsi yang kesemuanya menunjukkan keunggulan *Self Disclosure* sebagai perilaku yang berguna bagi keberhasilan komunikasi antarpribadi. Devito mengatakan bahwa *Self Disclosure* memiliki enam fungsi sebagai berikut:

- 1) Memberi pengetahuan tentang diri (*self*)
- 2) Memberi kemampuan untuk menanggulangi masalah
- 3) Meningkatkan efektivitas komunikasi
- 4) Untuk membuat hubungan menjadi penuh arti
- 5) Untuk kesehatan psikologis

## F. Kesadaran Diri

Pengetahuan tentang diri meningkatkan komunikasi dan pada saat yang sama, berkomunikasi dengan orang lain meningkatkan pengetahuan tentang diri. Membuka diri, konsep diri menjadi lebih dekat pada kenyataan. Bila konsep diri sesuai dengan pengalaman, akan lebih terbuka untuk menerima pengalaman-pengalaman dan gagasan-gagasan baru, lebih cenderung menghindari sikap defensif dan lebih cermat memandang diri dan orang lain.

Adapun menurut Rakhmat (2018: 105) hubungan konsep diri dan membuka diri dapat dijelaskan pada Johari Window dengan tingkat keterbukaan dan kesadaran diri sebagai berikut:

**Gambar 2.1**  
**Aspek diri pada publik**

Publik (Diketahui orang lain)
Privat (Tidak diketahui orang lain)

*Sumber: (Rakhmat, 2018: 106)*

Sebelah atas jendela menunjukkan aspek diri yang diketahui orang lain (*public self*) sedangkan sebelah bawah adalah aspek diri yang tidak diketahui orang lain (*private self*). Adapun jendela aspek diri yang diketahui dan tidak diketahui oleh diri sendiri sebagai berikut:

**Gambar 2.2**  
**Aspek diri pada diri sendiri**

Diri yang kita ketahui	Diri yang tidak kita ketahui
------------------------	------------------------------

*Sumber: (Rakhmat, 2018: 106)*

Sebelah kiri adalah aspek diri yang diketahui oleh diri sendiri dan sebelah kanan adalah aspek diri yang tidak diketahui oleh diri sendiri. Bila kedua jendela tersebut digabungkan akan terbentuk Jendela Johari Window (Joseph Luft dan Harry Ingham) hingga terbentuk kamar-kamar jendela pada konsep terbuka (*open self*), buta (*blind self*), tertutup (*hidden self*) dan daerah gelap (*unknown self*) sebagai berikut:

**Gambar 2.3**  
**Jendela Johari (Johari Window)**

Daerah Terbuka	Daerah Buta
Daerah Tertutup	Daerah Gelap

*Sumber: (Rakhmat, 2018: 106)*

### **1) Daerah Terbuka (*Open Self*)**

Daerah Terbuka (*Open Self*) berisikan semua informasi, perilaku, sikap perasaan, keinginan, motivasi, gagasan dan sebagainya yang diketahui oleh diri sendiri dan oleh orang lain. Daerah terbuka masing-masing orang akan berbeda-beda besarnya bergantung pada dengan siapa orang ini berkomunikasi.

## **2) Daerah Buta (*Blind Self*)**

Daerah Buta (*Blind Self*) berisikan informasi tentang diri kita yang diketahui orang lain tetapi kita sendiri tidak mengetahuinya. Sebagian orang mempunyai daerah buta yang luas dan tampaknya tidak menyadari berbagai kekeliruan yang dibuatnya.

## **3) Daerah Gelap (*Unknown Self*)**

Daerah Gelap (*Unknown Self*) adalah bagian dari diri kita yang tidak diketahui baik oleh kita sendiri maupun oleh orang lain. Ini adalah informasi yang tenggelam di alam bawah sadar atau sesuatu yang luput dari perhatian.

## **4) Daerah Tertutup (*Hidden Self*)**

Daerah Tertutup (*Hidden Self*) mengandung semua hal yang anda ketahui tentang diri sendiri dan tentang orang lain tetapi anda simpan hanya untuk anda sendiri. Ini adalah daerah tempat anda merahasiakan segala sesuatu tentang diri sendiri dan tentang orang lain. (Devito, 2011: 57)

### **2.1.2.4 Tinjauan Tentang Hubungan Harmonis**

#### **A. Definisi Hubungan**

Komunikasi antarpribadi yang melibatkan dua orang atau dyadik merupakan sebuah proses bertukar pesan pada dua individu dengan isi pesan tidak biasa sehingga setiap individu dapat saling memberikan isi pesan yang seharusnya tidak diberitahu oleh orang

lain. Jika sudah terjadi kecocokkan dan keintensifan selama berkomunikasi, akan terjadinya sebuah hubungan. Menurut Budyatna dan Ganiem (2011: 36) menyebutkan bahwa :

“Hubungan merupakan sejumlah harapan yang dua orang miliki bagi perilaku mereka didasarkan pada pola interaksi antara mereka. Hubungan antarpribadi dapat didefinisikan sebagai serangkaian interaksi antara dua individu yang saling kenal satu sama lain.”

Hubungan yang baik juga tidak bisa terjalin begitu saja dan juga tidak tumbuh dan terpelihara secara otomatis, perlu adanya proses. Hubungan yang baik ialah di mana interaksi-interaksi sifatnya memuaskan dan sehat bagi mereka yang terlibat interaksi tersebut.

## **B. Bentuk-bentuk Hubungan**

Hubungan-hubungan berbeda mengenai intensifitasnya dari yang tidak bersifat pribadi atau impersonal ke yang bersifat personal. Hubungan yang tidak bersifat pribadi atau *impersonal relationship* adalah di mana seseorang berhubungan dengan orang lain semata-mata karena orang itu dapat mengisi peran atau memenuhi kebutuhan yang segera. Sedangkan hubungan pribadi atau *personal relationship* ialah di mana orang mengungkapkan informasi terhadap satu sama lain dan berusaha untuk memenuhi kebutuhan pribadi satu sama lain.

Adapun bentuk-bentuk hubungan menurut Budyatna dan Ganiem (2011: 37) sebagai berikut :

- 1) Kenalan, adalah orang yang kita kenal melalui namanya dan berbicara bila ada kesempatan, tetapi interaksi kita dengan mereka terbatas.
- 2) Teman, karena perjalanan waktu, beberapa kenalan bisa menjadi teman. Teman adalah mereka dengan siapa kita telah mengadakan hubungan yang lebih pribadi secara sukarela
- 3) Sahabat kental atau teman akrab, atau *close friends intimate* adalah mereka yang jumlahnya sedikit dengan siapa seseorang secara bersama-sama mempunyai komitmen tingkat tinggi, saling ketergantungan, kepercayaan, pengungkapan, kesenangan di dalam persahabatan.

### **C. Tahapan Hubungan**

Semua hubungan berkembang melalui tahapan-tahapan. Seseorang tidak bisa menjadi akrab setelah pertemuan pertama, perlu adanya keakraban secara bertahap. Berikut menurut Joseph Devito (2011: 233) tahapan hubungan yang harus dilalui :

- 1) Kontak. Pada tahap pertama kita membuat kontak. Ada beberapa macam persepsi alat indra yaitu melihat, mendengar dan membaui seseorang. Selama tahap inilah dalam empat menit pertama interaksi awal seseorang

memutuskan apakah ingin melanjutkan hubungannya atau tidak.

- 2) Keterlibatan. Tahap ini adalah tahap pengenalan lebih jauh, ketika seseorang mengikatkan diri untuk lebih mengenal orang lain dan juga mengungkapkan dirinya.
- 3) Keakraban. Pada tahap keakraban seseorang mengikat dirinya lebih jauh pada orang lain. Seseorang mungkin membina hubungan primer (*primary relationship*) di mana orang lain akan menjadi sahabat atau kekasihnya.
- 4) Perusakan. Dua tahap berikutnya merupakan penurunan hubungan, ketika ikatan di antara kedua pihak melemah. Pada tahap ini seseorang mulai merasa bahwa hubungannya sudah tidak sepenting apa yang dipikirkannya saat sebelumnya.
- 5) Pemutusan. Tahap pemutusan adalah pemutusan ikatan yang mempertalikan kedua pihak. Jika bentuk ikatan itu adalah perkawinan maka hubungan dilambangkan dengan perceraian.

#### **D. Pemeliharaan Hubungan**

Menurut Canary dan Stafford di dalam buku Mulyana (2008: 214) terdapat lima strategi dalam pemeliharaan hubungan yang berhasil dalam jangka panjang adalah :

- 1) Positivitas. Bekerja sama, gembira, optimistik, tidak

mengkritik, sabar dan pemaaf, mencoba membangun penghargaan diri orang lain

- 2) Keterbukaan. Mendorong penyingkapan pikiran dan perasaan orang lain, menyatakan perasaan sendiri tentang hubungan, mendiskusikan kualitas hubungan juga keputusan-keputusan.
- 3) Jaminan. Menekankan komitmen kepada orang lain, mengisyaratkan bahwa hubungan punya masa depan, menunjukkan cinta dan kesetiaan.
- 4) Jaringan. Menghabiskan waktu bersama kawan-kawan biasa, menunjukkan kesediaan bersama keluarga dan kawan-kawan orang lain.
- 5) Tugas. Berbagi kewajiban dan tugas bersama, termasuk tanggung jawab rumah tangga.

Sedangkan menurut Budyatna dan Ganiem (2011: 156) pemeliharaan hubungan dapat dilakukan sebagai berikut :

- 1) Keramah Tamahan dan Kasih Sayang. Yakni melibatkan selalu bersama-sama karena mereka mengalami kegembiraan atau kesenangan secara bersama-sama
- 2) Kepercayaan. Kepercayaan ialah menempatkan kepercayaan atau *confidence* kepada yang lain sedikit banyak hampir selalu melibatkan beberapa risiko.
- 3) Pengungkapan diri. Melalui berbagi perasaan dan proses



pengungkapan diri yang sangat pribadi orang benar-benar dapat mengetahui dan mengerti satu sama lain.

- 4) Tanggung Jawab. Hubungan yang akrab memerlukan tanggung jawab yang mendalam

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka pemeliharaan hubungan haruslah dilakukan dengan komitmen yang kuat di antara kedua pihak, tujuan yang jelas, dan terus berkomunikasi sehingga kepercayaan dan tanggung jawab akan muncul satu sama lain sehingga hubungan akan menghasilkan hubungan yang kekal dan harmonis.

## **2.2 Kerangka Pemikiran**

Kerangka pemikiran merupakan alur pikir yang dijadikan sebagai skema pemikiran atau dasar-dasar pemikiran yang melatar belakangi penelitian ini. Dalam kerangka pemikiran, peneliti akan menjelaskan masalah pokok penelitian. Penjelasan yang disusun akan menggabungkan antara teori dengan masalah yang diangkat dalam penelitian ini.

Penelitian ini juga didasari pada kerangka pemikiran secara teoritis maupun praktis dengan fokus penelitian pada Studi Deskriptif Mengenai *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung.

Hubungan asmara bagian dari satu kesatuan yang tidak terpisahkan pada proses komunikasi terutama bagi pasangan yang mengalami *Long Distance Relationship*, perlu adanya keterbukaan yang dijalani selama berkomunikasi yaitu

pada *self disclosure*. Dalam hal ini pengelolaan *self disclosure* pasangan yang menjalani *Long Distance Relationship* dijadikan sebagai objek penelitian.

*Self Disclosure* menurut Devito (1997: 40) mengatakan bahwa: “Pengungkapan diri (*self disclosure*) mengartikan sebagai salah satu tipe komunikasi ketika informasi tentang diri sendiri yang biasa dirahasiakan diberitahu kepada orang lain”.

Dari pernyataan yang telah dijelaskan di atas, terdapat dua konsep dimensi *self disclosure* yang telah digabungkan dan digunakan peneliti sebagai fokus penelitian, yaitu **Intensitas Komunikasi *self disclosure* juga Tujuan dan Maksud *self disclosure***.

Fokus penelitian ini peneliti memfokuskan pada **dimensi *self disclosure*** sebagai bagian dari pengelolaannya. Adapun Dimensi *Self Disclosure* menurut Devito (1997: 40) yang dikutip oleh Budyatna sebagai berikut :

### **1. Intensitas Komunikasi *Self Disclosure***

Intensitas Komunikasi *Self Disclosure* didapat dari frekuensi seseorang melalui *self disclosure* dan durasi pesan-pesan yang bersifat waktu yang dibutuhkan untuk menyatakan ungkapan. Keseringan pasangan *long distance relationship* untuk melakukan komunikasi dan durasi lama pasangan untuk berkomunikasi. Di dalam intensitas komunikasi *long distance relationship* juga meliputi kedalaman komunikasi pasangan *long distance relationship* baik kejujuran, keterbukaan, sikap saling percaya dan kualitas saat berkomunikasi. (Budyatna, 2004: 7.14)

Aktivitas yang dijalani bagi pasangan *long distance relationship* dapat menyita waktu di dalam kegiatannya masing-masing sehingga perlu adanya intensitas komunikasi *self disclosure* untuk berkomunikasi kepada pasangan dalam membangun hubungannya yang harmonis. Dalam hal ini intensitas yang dimaksudkan adalah bagaimana keseringan dan durasi waktu seseorang untuk berkomunikasi bersama pasangan dan kualitas komunikasi yang digunakan melalui media *whatsapp* saat melakukan *self disclosure* kepada pasangan *long distance relationship* di Kota Bandung.

## **2. Tujuan dan Maksud *Self Disclosure***

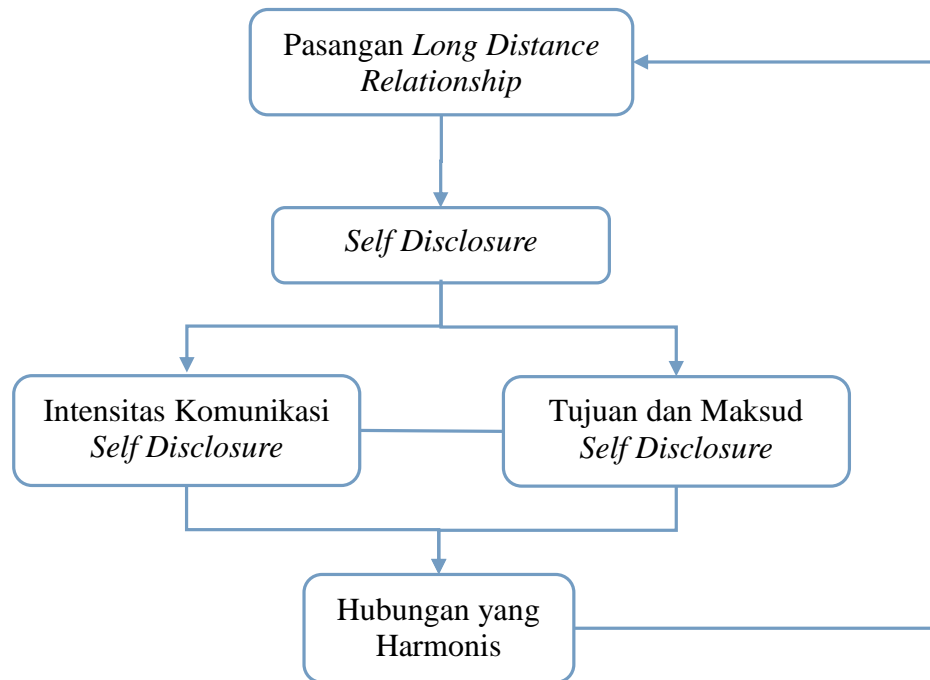
Individu akan menyingkapkan apa yang ditujukan untuk diungkapkan, sehingga dengan sadar individu tersebut dapat mengontrol *self disclosure*. Dalam hal ini, mengenai penyingkapan perasaan terkadang seseorang berfikir secara spontan melibatkan *emotional* yang terkadang kurang terkontrol. (Budyatna, 2004: 7.14)

Setiap individu pada pasangan *long distance relationship* mempunyai tujuan saat akan melakukan *self disclosure*, dengan situasi emosional yang beragam juga menghasilkan kontrol diri yang beragam. Penyingkapan ungkapan yang tak terkendali dan didominasi oleh situasional emosional pasangan akan tidak sesuai dengan tujuan dari pengungkapannya.

Hubungan asmara bagi pasangan *long distance relationship* di Kota Bandung perlu adanya pengelolaan yang baik dan bijak agar hubungan tetap terjaga dengan harmonis. Untuk itu dengan adanya *self disclosure* dapat membuat hubungan pasangan *long distance relationship* dapat dipercayai bagi pasangan walau jarak fisik yang sangat jauh.

Hubungan asmara juga dapat terbentuk melalui sebuah hubungan kedekatan dan rasa cinta. Hubungan asmara akan tetap terjaga dengan adanya dimensi *self disclosure* dan pengelolaannya bagi pasangan *long distance relationship*.

Berdasarkan penjelasan sub fokus di atas, peneliti berusaha menemukan dimensi *self disclosure* yang terdiri dari Intensitas Komunikasi *Self Disclosure* dan Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* yang dapat digambarkan melalui alur kerangka pemikiran yang didasari pada kerangka teoritis untuk menjawab dan menjelaskan bagaimana *self disclosure* pasangan *long distance relationship* dalam membangun hubungan yang harmonis di Kota Bandung. Adapun gambar alur kerangka pemikiran seperti di bawah ini :

**Gambar 2.4****Alur Kerangka Pemikiran**

*Sumber : Peneliti 2019*