

## **Komunikasi Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) Sebagai Resiliensi Mahasiswa *Broken Home* (Studi Fenomenologi Proses Resiliensi Mahasiswa *Broken Home* di Surabaya)**

**Daya Ning Buana**

Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Surabaya

[daya.18010@mhs.unesa.ac.id](mailto:daya.18010@mhs.unesa.ac.id)

### **Abstrak**

*Broken Home* cenderung identik dengan sebuah keluarga yang tidak utuh atau keluarga dengan orang tua bercerai. Padahal sebuah keluarga yang memiliki anggota utuh juga bisa disebut sebagai "*keluarga Broken Home*" ketika relasi yang terjalin sudah tidak rukun dan tidak ada kehangatan di dalamnya. Hal ini menyebabkan anak mengalami trauma dan beberapa gangguan emosi. Namun, dengan kematangan emosi yang stabil anak akan mampu beresiliensi, salah satunya dengan melakukan *Self Disclosure*.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana bentuk komunikasi pengungkapan diri (*Self Disclosure*) sebagai upaya resiliensi mahasiswa *Broken Home* di Surabaya. Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Data dikumpulkan melalui tahapan observasi, wawancara mendalam dan telaah dokumen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Self Disclosure* memiliki peran paling besar pada proses resiliensi informan perempuan daripada informan laki-laki. Hal ini dikarenakan informan perempuan dapat mengambil hal positif dari nasihat dan kalimat penyemangat dari lawan bicaranya, sementara pada informan laki-laki kalimat penyemangat tidak berpengaruh begitu besar.

**Kata Kunci :** *Self Disclosure*, Resiliensi, *Broken Home*

### **Abstract**

*Broken Homes tend to be synonymous with an incomplete family or a family with divorced parents. Even though a family that has intact members can also be referred to as a "Broken Home family" when the relationships that are established are not harmonious and there is no warmth in them, This causes the child to experience trauma and some emotional disturbances. Children with stable emotional maturity, on the other hand, will be able to be resilient, one of which is through self-disclosure.*

*The purpose of this study was to find out how self-disclosure communication acts as a form of resilience for Broken Home students in Surabaya. This research method is qualitative with a phenomenological approach. Data was collected through the stages of observation, in-depth interviews, and document review.*

*The results showed that self-disclosure played a bigger role in the resilience process for female informants than for male informants. This is because female informants can take positive things from the advice and words of encouragement from their interlocutors, while male informants do not have such a big effect.*

**Keyword :** *Self Disclosure*, Resilience, *Broken Home*

### **PENDAHULUAN**

Keluarga merupakan suatu bagian terkecil dalam masyarakat yang memiliki kedudukan primer dan fundamental bagi tiap individu. Di dalam keluarga, anak biasanya memiliki beberapa bentuk interaksi intim dengan ayah dan ibunya dimana hal tersebut dapat menjadi dasar dalam pembentukan perilaku, karakter, nilai moral yang diyakini, dan pendidikan yang mereka jalani (Tayo, 2018: 228). Maka dari itu, diperlukan adanya suasana keluarga yang tenang untuk menciptakan lingkungan yang baik dalam tumbuh kembang anak. Namun sayangnya, tidak

semua keluarga dapat berhasil menciptakan lingkungan rumah tangga yang sehat bagi anggotanya. Hal ini memiliki istilah *Broken Home*.

Menurut Willis (2015), *Broken Home* dapat ditinjau dari dua aspek yaitu, adanya keluarga yang tidak utuh dikarenakan sebuah masalah yang berujung pada perceraian, dan aspek lainnya adalah keluarga yang orang tuanya tidak bercerai namun memiliki relasi yang kurang harmonis seperti seringnya terjadi pertengkaran dan perdebatan hebat dengan frekuensi yang tinggi. Jadi kondisi keluarga dengan anggota yang utuh juga bisa disebut sebagai keluarga *Broken Home* ketika tidak ada

cinta, tidak ada kebaikan, tidak ada aspek-aspek kehangatan di dalam keluarga tersebut.

Kondisi keluarga yang seperti ini sangat rawan bagi anak, apalagi ketika mereka masih belum memiliki kematangan emosi yang stabil untuk mengontrol emosinya, ditambah lagi dengan lingkungan sekitar yang acuh pada kondisi mentalnya. Keluarga *Broken Home*, menurut Cole, dapat menyebabkan anak tidak memiliki minat belajar, menjauhkan diri dari lingkungannya, menjadi pemarah, depresi, meragukan kemampuannya sendiri, dan mengalami trauma jangka panjang. Pernyataan tersebut juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Oleh Novianto, Amrazi dan Salim (2019) dan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat dampak *Psychological disorder, academic problem* dan *behavioral problem* yang dirasakan oleh siswa dari keluarga *Broken Home*, seperti mendapat prestasi belajar yang rendah dan tidak naik kelas. Hal ini disebabkan karena mereka sering tidak masuk sekolah, mereka lebih memilih untuk mencari kesenangan di luar, mereka juga terkadang bersikap semaunya untuk mendapatkan perhatian orang disekitarnya dan yang paling fatal adalah ketika mereka mulai menyakiti diri sendiri (*self harm*).

Namun hal tersebut bisa saja berbeda atau mengalami perubahan ketika sang anak beranjak dewasa karena mereka cenderung lebih mampu untuk mengontrol berbagai macam emosi yang muncul, apalagi jika hal tersebut didukung oleh kondisi lingkungan yang peduli dan memperhatikan keadaan mentalnya. Menurut Hurlock (1980), salah satu faktor yang mempengaruhi kematangan emosi individu adalah usia. Kematangan emosi seseorang akan berkembang sesuai dengan usianya, karena kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisik-fisiologis seseorang. Eggen dan Kauchak (1997) mengemukakan bahwa remaja memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah daripada anak-anak karena ia mampu melakukan interaksi sosial seperti diskusi antar remaja untuk membahas penyelesaian masalah. Lebih jauh lagi, remaja dianggap lebih mudah beradaptasi dengan lingkungannya daripada anak-anak karena mereka lebih mampu menerima kenyataan dan menyelesaikan masalah dengan kontrol emosi yang baik, kepercayaan diri, keterbukaan, memiliki tujuan, tanggung jawab, dan kemampuan menjalin hubungan yang positif yang dapat disebut sebagai upaya atau komponen dari proses resiliensi.

Menurut Tugade & Frederickson (dalam purnomo 2014: 242), setiap individu membutuhkan resiliensi karena resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa keterpurukan atau setelah mengalami tekanan yang berat. Namun, bentuk resiliensi yang dimiliki individu tidak serta merta terbentuk dengan sendirinya, melainkan dipengaruhi oleh

beberapa faktor. Salah satu faktor resiliensi menurut Grotberg adalah mengembangkan rasa percaya diri individu pada diri sendiri dan lingkungan di sekitarnya. Indikator kepercayaan dan afeksi yang ditunjukkan seseorang adalah melalui *Self Disclosure* (Rahmawati & Dewinda, 2015). *Self Disclosure* adalah salah satu cara meringankan beban masalah dengan melakukan pembukaan diri kepada orang lain yang dipercaya. (Devito, 2018) mendefinisikan *Self Disclosure* sebagai bentuk mengkomunikasikan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain yang biasanya tersembunyi dan tidak diketahui orang lain. *Self Disclosure* digunakan untuk menghilangkan stres dengan cara melepaskan emosi atau keluh kesah yang selama ini tersimpan dalam pikiran. Melalui *Self Disclosure* dengan orang yang dipercayainya seseorang dapat berkomunikasi dan membuka diri pada orang lain, mereka dapat berbagi kisahnya yang selama ini di pendam dan dapat melakukan tukar pikiran secara terbuka sehingga mereka mendapatkan *insight* baru maupun solusi dari permasalahan yang sedang dihadapi. Pada penelitian kali ini, peneliti ingin melihat *Self Disclosure* yang dilakukan narasumber pada lingkungan sosialnya, khususnya dengan kerabat terdekat mereka.

Maka dari itu disini peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimanakah proses *Self Disclosure* yang dilakukan oleh anak-anak korban *Broken Home* sebagai upaya resiliensi dalam judul “Komunikasi Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) Sebagai Resiliensi Mahasiswa *Broken Home* (Studi Fenomenologi Proses Resiliensi Mahasiswa *Broken Home* di Surabaya)”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan Pendekatan fenomenologi untuk memahami makna suatu peristiwa serta orang-orang yang terlibat dalam peristiwa atau situasi tersebut. Dengan menggunakan metode ini, peneliti diharapkan dapat mengenali subjek dengan ikut serta merasakan pengalaman subjek terhadap suatu peristiwa yang di alami. Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Maret sampai dengan November 2022.

Pengumpulan data didapatkan melalui tiga sumber, yaitu observasi, wawancara dan telaah dokumen. Proses observasi dimulai dengan mengamati latar belakang keluarga subjek dan meninjau pembukaan diri subjek pada lingkungan sosialnya. Peneliti juga mengamati bagaimana keterbukaan diri subjek terhadap orang-orang terdekatnya. Selanjutnya, peneliti menjelaskan pada calon informan mengenai gambaran besar penelitian di awal sebagai transparansi dan bagian dari penetrasi agar proses wawancara berjalan lancar. Hal ini perlu dilakukan karena topik pembahasan merupakan hal yang sensitif dan bisa saja membuat subjek mengingat traumanya kembali, maka dari itu peneliti perlu melakukan pendekatan terhitung

sejak bulan Maret sampai dengan bulan Juli. Lalu data yang terakhir adalah dokumen catatan kejadian di masa lampau. Dokumen-dokumen tersebut berupa beberapa unggahan tweet dari akun informan, gambar atau foto kegiatan yang dilakukan informan sebagai bagian dari proses resiliensi informan (dokumentasi pribadi), atau karya-karya yang di *posting* oleh informan pada media sosialnya.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis dengan menggunakan model analisis Miles dan Huberman (*descriptive phenomenological analysis*), yaitu Pengumpulan Data yang diperoleh dari hasil wawancara, studi literatur, observasi. Selanjutnya, data perlu di Reduksi dengan cara membaca seluruh transkrip data beberapa kali sampai peneliti mampu merasakan dan memahami data secara utuh. Lalu peneliti perlu memilah dan menghilangkan data yang tidak lagi relevan atau tidak diperlukan dalam penelitian. Dan data yang telah melewati proses reduksi kemudian di deskripsikan ke dalam bentuk kalimat yang naratif dan dilakukan penarikan kesimpulan dari data yang telah di proses.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Latar Belakang Permasalahan Keluarga Informan

Berikut terdapat lima narasumber yaitu mahasiswa/mahasiswi yang bertempat tinggal di Surabaya, Jawa Timur yang hidup dalam kondisi keluarga kurang harmonis. Semua informan menggunakan nama samaran demi terjaganya identitas pribadi informan.

#### 1. I (22 Tahun)

Saat I kelas 4 SD, Ibunya bercerita bahwa Ayah I berselingkuh. Selain itu, Ayah I memiliki sifat otoriter. Jadi dari kecil I akrab merasakan patriarki, seperti Ayah I merendahkan Ibu I karena Ibu I tidak kuliah, dll.

#### 2. R (21 Tahun)

Permasalahan dipicu oleh faktor ekonomi dimana tahun 2010 pabrik Ayah R bangkrut sehingga mengalami penurunan penghasilan dan menganggur selama beberapa tahun. Ibu R yang bekerja sendiri merasa kewalahan dengan hutang yang terus melilit keluarganya.

#### 3. J (21 Tahun)

Mulanya Ayah dan Ibu J sibuk bekerja dan akhirnya komunikasi mereka menjadi buruk. Dari situ muncul masalah lain, seperti seringnya terjadi salah paham karena nada bicara yang terdengar tidak nyaman. Dan klimaksnya saat J kelas 12 SMA, Ibu J mendapati dan menceritakan kepada J jika Ayah J selingkuh.

#### 4. AN (22 Tahun)

AN sudah terbiasa hidup tanpa sosok Bapak di hidupnya sejak AN berusia 1 tahun. Namun

sayangnya saat kuliah, tiba-tiba Ibu AN menikah lagi setelah 20 tahun menjadi *single parent*. Hal ini membuat AN merasa kecewa karena Ibunya mengambil keputusan secara sepihak. Ia mengaku bahwa bapak tirinya kerap kali berbicara kasar pada ibunya.

#### 5. AK (20 Tahun)

Desember 2020 ayah AK pergi dari rumah membawa mobil dan beberapa barang. Ayah AK tiba-tiba pergi dan tiba-tiba menggugat cerai Ibunya dengan alasan yang menurut AK sangat tidak relevan dengan apa yang terjadi. Tapi tidak berlangsung lama gugatan itupun dicabut oleh Ayah AK dan mereka masih bersama sebagai satu anggota keluarga utuh hingga saat ini.

Berdasarkan latar belakang permasalahan keluarga yang disampaikan oleh informan dalam proses wawancara, maka diketahui penyebab yang terjadi pada kelima informan adalah hampir serupa yaitu dikarenakan terjadinya pola komunikasi yang buruk antara anggota keluarga, sulitnya mengontrol sikap egoisme diri masing-masing, lalu adanya perselingkuhan yang terjadi serta adanya permasalahan ekonomi yang berkelanjutan.

### Dimensi Self Disclosure Informan

1. **Amount**, menunjukkan frekuensi seseorang dalam melakukan *Self Disclosure* dan durasi pesan-pesan yang bersifat *Self Disclosure*. Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap subjek maka didapatkan hasil bahwa I dan AK merupakan informan yang paling aktif melakukan *Self Disclosure* dibanding tiga informan lainnya. Sedangkan R sangat jarang sekali melakukan pembukaan diri terhadap temannya, apalagi masalah keluarga. Begitu pula dengan J dan AN, dimana mereka tidak begitu sering mengungkapkan informasi pribadinya. Mereka hanya akan bercerita jika mereka merasa membutuhkan bantuan atau sekadar untuk mengungkapkan apa yang sedang mereka rasakan

2. **Valensi**, merupakan hal yang positif atau negatif dari *Self Disclosure* yang dilakukan seseorang. Pada dimensi ini I, AN dan AK merupakan informan yang lebih bisa berbagi perihal hal positif serta negatif mengenai dirinya. Belakangan ini I mengaku bahwa ia merasa lebih santai dalam membahas suatu hal yang sensitif. Ia beranggapan bahwa hal ini bisa ia jadikan sebagai sarana diskusi dengan kawan-kawannya. Begitu pula dengan AN dan AK dimana mereka merasa bisa menceritakan semuanya karena ia melakukan itu dengan sadar. Sedangkan R dan J memiliki pernyataan yang bersebrangan dengan I. Mereka seringkali menghindari pembahasan mengenai masalah keluarga dan cenderung lebih

banyak menceritakan hal-hal positif mengenai dirinya dibanding menceritakan kisah-kisah tidak menyenangkan yang mereka alami

3. **Accuracy**, Ketepatan dan kejujuran individu dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, fakta tentang diri sendiri, atau apa yang dirasakannya. Pada dimensi *accuracy* ini kelima informan menyatakan bahwa mereka selalu membagikan informasi sesuai fakta dan lebih memilih untuk meminimalisir atau mengalihkan topik pembicaraannya daripada menyampaikan informasi yang tidak benar.
4. **Intention**, pemilihan topik yang dilakukan oleh individu saat menjalankan *Self Disclosure*, seluas apa topik yang dipilih dan seberapa besar kemampuan individu untuk mengontrol informasi-informasi yang akan dibagikan kepada orang lain. Dalam dimensi ini I, J dan AN memiliki pernyataan yang serupa karena I selalu melakukan survey terlebih dahulu, ia menyebutnya dengan "*scanning*". Maka dari itu ia perlu waktu untuk mengenali tiap-tiap lawan bicaranya agar ia tahu topik-topik apa saja yang dapat ia bahas dan topik apa saja yang lebih baik disimpan ketika sedang berkomunikasi dengan lawan bicaranya. Sementara AK akan membuka diri pada kawannya yang memiliki topik pembahasan yang serupa agar obrolan yang terjalin terasa nyaman dan saling "*relate*" perihal permasalahan yang terjadi. Sedangkan sedikit berbeda dengan R dimana ia yang notabene-nya jarang melakukan *Self Disclosure* ini lebih sering menimbang-nimbang dan mengontrol informasi yang hendak ia bagikan kepada lawan bicaranya. Selagi ia merasa informasi tersebut masih dapat ia simpan, maka ia akan menyimpannya sendiri.
5. **Intimate**, Keakraban adalah kemampuan individu untuk mengungkapkan informasi yang sangat penting bagi mereka dengan jelas dan rinci. Dalam dimensi ini kelima informan rata-rata dapat melakukan pembukaan diri pada lawan bicara yang sudah mereka kenal dalam kurun waktu lebih dari 2 tahun, hal tersebut dikarenakan mereka sudah melalui banyak hal bersama dan saling memahami persoalan dan personal satu sama lain.

**Respon Awal Informan Sebelum Melakukan *Self Disclosure***

Topik sensitif sering kali menjadi salah satu kendala informan yang hendak melakukan proses *Self Disclosure* karena mereka merasa tidak semua orang mengalami permasalahan yang serupa. Maka dari itu mereka pernah mengalami beberapa *struggle*:

|          |  |
|----------|--|
| <b>I</b> | "Mabuk sendiri kayanya pernah deh pada masa itu" |
|----------|--|

|           |  |
|-----------|--|
| <b>R</b>  | "ada moment dimana aku hilang kontrol, akhirnya aku ninju tembok sampe tanganku bengkok"   |
| <b>J</b>  | "kadang juga suicidal sampe tangan aku ini banyak barcode nya"   |
| <b>AN</b> | "Aku pernah minum obat tidur 6 butir karena aku pingin tidur. Waktu itu aku sempet gabisa tidur karena kepalaku rasanya riuh banget" |
| <b>AK</b> | "pernah bablas minum saking uda gelap banget, kepingin lupa sebentar"  |

Jadi, berdasarkan pernyataan kelima narasumber tersebut, didapatkan kesimpulan bahwa mereka semua memiliki kendala yang hampir serupa dimana mereka sama-sama merasa tertekan karena tidak bisa menyampaikan apa yang sedang mereka rasakan sehingga mereka hilang kendali dan membutuhkan pelampiasan atas beban yang sedang mereka hadapi.

**Faktor Informan Melakukan *Self Disclosure***

1. **Efek Diadik**, Jadi kelima informan dalam penelitian ini sama-sama melakukan *Self Disclosure* karena mereka mengalami efek diadik, dimana mereka akan turut membagikan informasi pribadinya, mengutarakan apa yang mereka pikir dan rasakan jika lawan bicaranya melakukan pembukaan diri terlebih dahulu dan memberikan bentuk respon yang antusias sehingga lawan bicara merasa dihargai dan nyaman untuk melanjutkan pembukaan dirinya. Hal inilah yang dipercaya dapat memperlambat sebuah ikatan dan rasa nyaman untuk saling membuka diri dan berbagi cerita.
2. **Topik Pembahasan**, I, R dan AK sama-sama lebih nyaman membuka diri dengan seseorang yang memiliki kesamaan topik dan latar belakang. Hal ini membuat mereka merasa lebih "*relate*" dan dapat berbagi sudut pandang serta nasehat mengenai pengalaman yang telah dilalui. Jadi ketika mereka memilih untuk menceritakan masalah keluarganya, maka mereka lebih memilih mencari teman yang mengalami permasalahan serupa agar mereka dapat merasakan kecocokan serta mereka juga bisa merasakan bahwa perasaannya tervalidasi tanpa harus merasakan terintimidasi.
3. **Perasaan Menyukai/Nyaman**, Individu cenderung akan melakukan pembukaan diri kepada orang-orang yang disukai. Hal ini dikarenakan jika kita membuka diri pada orang yang disukai (dan mungkin menyukai balik) mereka akan mendukung dan memberi respon yang positif, terlebih kita juga akan merasa lebih nyaman saat berkomunikasi dengan mereka. Hal ini juga yang dirasakan oleh kelima informan dalam penelitian ini, mereka cenderung melakukan

pembukaan diri pada lawan bicara yang hangat dan dapat memahaminya serta memberi respon berupa antusiasme ataupun dukungan dan mampu menerima individu apa adanya

4. **Kepribadian**, Dimana informan yang introvert seperti R, J dan AN memang lebih sering menyimpan keluh kesahnya sampai mereka benar-benar merasa perlu untuk membuka diri. *Individu yang introvert adalah* seseorang yang reflektif, mereka lebih memiliki ketertarikan yang terpusat pada kondisi mental diri sendiri dan sumber energi mereka berasal dari dalam dirinya sendiri. Sedangkan individu extrovert seperti I dan AK cenderung lebih sering melakukan pembukaan diri mengenai berbagai hal. Mereka lebih menikmati interaksi dengan orang lain dan sumber energinya didapat ketika ia berinteraksi lewat aktivitas yang melibatkan orang lain, seperti kumpul bersama teman, kegiatan komunitas, atau kelompok organisasi.

#### Aspek Resiliensi Informan

Menurut Wagnild dan Young (1993), resiliensi adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri terhadap suatu masalah atau situasi sulit yang memberatkan atau kondisi yang tidak menyenangkan dalam hidupnya. Selanjutnya, menurut Wagnild dan Young (1993), seorang individu dapat dikatakan resilen jika memiliki 5 aspek resiliensi, yaitu :

##### 1. *Meaningfulness*

Aspek *meaningfulness* adalah kesadaran bahwa hidup memiliki tujuan dan untuk mencapai tujuan itu membutuhkan usaha. Sehingga memiliki tujuan hidup akan memotivasi seseorang untuk terus hidup dan selalu berusaha memecahkan berbagai masalah yang menghadangnya.

- Informan 1 (I)

Dalam aspek ini I menunjukkan bahwa ia memiliki tujuan yang berkaitan dengan *Self Disclosure*, yaitu I ingin tetap terus menceritakan segala hal dengan detail meskipun hal tersebut bukanlah suatu hal yang penting karena ia mengaku bahwa ia tidak pernah mendapatkan kesempatan tersebut dalam keluarganya. Maka dari itu ia juga akan berlaku sebaliknya kepada orang lain. Selain itu, I juga masih ingin menjadi seseorang yang bisa memberi kesejahteraan bagi Ibunya, karena menurutnya selama hubungan pernikahan orangtuanya berlangsung, Ayah I sangat jarang sekali memberi kesempatan bagi Ibu I untuk mempermudah pekerjaan rumah. Maka dari itu, I memiliki alasan untuk tetap hidup dan rajin bekerja agar I bisa lebih mensejahterakan hidup Ibunya.

- Informan 2 (R)

Sedangkan tujuan R saat ini adalah ia ingin adik-adiknya tetap bisa merasakan kesenangan karena adik-adiknya yang lebih sering menghabiskan waktu di rumah dimana bisa saja adik-adiknya mendengarkan keributan orang tuanya dengan intensitas yang lebih tinggi daripada R. Maka dari itu saat ini R kerap kali mengambil pekerjaan *part time* dan *freelance* agar ia bisa mengajak adik-adiknya bermain keluar atau sekadar membelikan makanan favorit mereka.

- Informan 3 (J)

Saat ini J merasa bahwa tujuan hidupnya adalah ingin memakmurkan diri secara finansial sehingga ia bisa membantu Ibu dan adiknya untuk melanjutkan hidup yang lebih layak dan bahagia. Selain itu, J juga ingin sekali membantu Ibunya untuk melaksanakan proses cerai dan meninggalkan Ayahnya. Hal tersebut dikarenakan J dan Ibunya merasa bahwa hubungan antara anggota keluarga akan menjadi semakin *toxic* jika dipaksakan baik-baik saja.

- Informan 4 (AN)

AN menjelaskan bahwa ia ingin fokus bekerja untuk membiayai kebutuhan sehari-harinya karena Bapakny sudah tidak membiayainya. Hal ini lah yang membuatnya sedikit kesulitan mengalami masa transisi tersebut. Selain itu ia juga memiliki tujuan lain, seperti suatu saat ia ingin menciptakan keluarga harmonis yang dapat saling mengisi satu sama lain dan AN juga ingin memastikan bahwa anak-anaknya kelak mendapatkan berbagai kesempatan baik yang tidak sempat An dapatkan.

- Informan 5 (AK)

Tak jauh berbeda dengan AN, AK juga memiliki beberapa *wishlist* yang sedang ia usahakan. AK ingin menyelesaikan perkuliahannya tepat waktu agar jerih payah Ibunya yang telah membiayainya selama ini tidak sia-sia. Selain itu, saat ini AK juga sedang bekerja untuk mengisi waktu luangnya dan ia ingin membantu meringankan beban Ibunya agar tidak terlalu capai berjualan kue.

Jadi dalam aspek *meaningfulness* ini kelima informan memiliki tujuan yang hampir serupa dimana mereka berlima ingin mensejahterakan masing-masing anggota keluarganya dengan cara mereka masing-masing.

##### 2. *Perseverance*

*Perseverance* adalah sikap defensif (bertahan) ketika dihadapkan pada kondisi atau situasi yang sulit. Contohnya anak yang memiliki kondisi keluarga yang kurang harmonis, dia berusaha sebisa mungkin untuk tidak terjerumus pada hal-hal pelarian yang negatif.

- Informan 1 (I)  
Dalam aspek *perseverance*, I berusaha aktif mengikuti kegiatan kampus dan kepanitiaan untuk mengisi waktu luangnya. Selain itu, I juga mengaku bahwa alasan utamanya dalam melakukan *Self Disclosure* adalah ingin mengumpat dan meluapkan segala perasaan yang berkecamuk di dadanya. Menurutnya mengumpat dengan suara lantang itu melegakan karena hal ini dapat membantunya secara mental. Selain itu, I dapat bertahan karena lawan bicara mampu memberi *feedback* sesuai keinginannya, hal ini dapat membuat I merasa lebih termotivasi karena orang tersebut dapat beradaptasi dengan apa yang menyimpannya.
  - Informan 2 (R)  
Walaupun sebenarnya R bukanlah tipe orang yang aktif melakukan *Self Disclosure*, namun ketika ia merasa sudah cukup kewalahan memendam perasaannya sendiri maka ia akan membuka diri dan bercerita kepada orang terdekatnya mengenai apa saja yang ia rasakan. Hal tersebut mampu membuatnya merasa jauh lebih lega sehingga yang tadinya R malas beraktivitas menjadi bersemangat kembali karena merasa bebannya sudah luruh. Selain itu, ia menjadi lebih mampu untuk mengontrol tindakan merugikan yang hendak ia lakukan.
  - Informan 3 (J)  
Menurut J, *Self Disclosure* mampu membuatnya bertahan dalam melalui masa sulit. Hal ini selaras dengan penuturannya bahwa sebelum melakukan *Self Disclosure*, ia kerap kali memiliki kecenderungan untuk bunuh diri karena sudah merasa *stuck*. Namun, setelah ia melakukan *Self Disclosure* ia merasa sedikit lebih lega, tenang dan tidak merasa sendiri. Dengan *Self Disclosure*, ia jadi tahu apa yang selanjutnya harus dilakukan karena ia sudah mendapatkan beberapa respon yang berisi saran dan nasihat, jadi ia tidak lagi gegabah dalam pengambilan keputusan.
  - Informan 4 (AN)  
Tak jauh berbeda dengan J. Menurut AN, salah satu cara yang paling mudah ia lakukan untuk bertahan melalui masa sulit adalah dengan melakukan *Self Disclosure*. Menurutnya dengan melakukan sesi pembukaan diri dengan temannya, AN merasa bahwa *word of affirmation* yang temannya berikan itu dapat memberi efek penyemangat walau tidak terlalu signifikan. Ia sangat amat merasa bersyukur karena masih ada seseorang yang mau meluangkan waktu untuk mendengarkan keluh kesahnya.
  - Informan 5 (AK)  
Sedikit berbeda dengan AK. Menurutnya *Self Disclosure* tidak bisa sepenuhnya membuat ia merasa lega. Namun, AK juga mengakui bahwa melakukan komunikasi dua arah dengan teman dekat itu merupakan suatu hal yang diperlukan agar seorang individu bisa tetap waras dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Selain itu, ketika temannya sedang sibuk AK juga sering melakukan hal-hal yang dapat menyenangkannya seperti ngopi, berkeliling dengan motornya bahkan ia juga sesekali meluruhkan emosinya dengan menangis supaya lega.
- Jadi dalam aspek *perseverance* ini kelima informan memiliki kesamaan diantaranya adalah mereka sama-sama aktif mengikuti kegiatan diluar rumah seperti kepanitiaan, *volunteer* dan kerja *part time*. Selain itu mereka juga menjadikan *Self Disclosure* sebagai salah satu alasan mengapa mereka masih bisa bertahan sejauh ini. Menurut kelima informan, *Self Disclosure* dengan orang-orang yang tepat mampu membuat mereka melepaskan emosi dan merasakan kelegaan. Hal ini membantu mereka dalam memvalidasi berbagai emosi yang sedang dirasakan.
- ### 3. Equanimity
- Equanimity* merupakan persepsi yang dimiliki oleh individu terkait pengalaman hidupnya. Dalam hal ini yang dimaksud adalah Individu mampu berkaca dari peristiwa yang pernah dialami sehingga individu dapat lebih fokus pada hal positif daripada hal negatif.
- Informan 1 (I)  
Dalam proses *Self Disclosure*nya, I mendapatkan beberapa kalimat baik dari teman-temannya yang akhirnya membuat ia bisa lebih fokus pada hal-hal yang baik daripada hal yang buruk. I juga menjelaskan bahwa bisa saja ia menjadi orang jahat yang tidak peduli perasaan orang lain, tapi I tidak lari ke sisi negatif itu. Karena ketika I nanti punya keluarga, ia ingin sebisa mungkin untuk meminimalisir hal-hal buruk yang pernah dialaminya.
  - Informan 2 (R)  
Namun, sedikit berbeda dengan R dimana ia sedikit sulit menelan nasihat-nasihat dari lawan bicaranya karena ia lebih realistis. Menurutnya kata-kata dukungan dan sejenisnya itu tidak terlalu berpengaruh besar, karena semua ujungnya kembali ke diri sendiri. Namun ia tetap paham akan prinsipnya dimana ia tidak akan berperilaku dan bersikap seperti ayahnya yang sudah banyak merugikan keluarga.
  - Informan 3 (J)  
Pada aspek *equanimity* ini, J melihat bahwa Ibunya mampu bertahan dan menghadapi masa

sulit ini. Maka dari itu, J termotivasi dan merasa mampu untuk bertahan di situasi yang serupa. Ia merasa bahwa ibunya dapat menjadi *role model* baginya dimana menurutnya ibunya tetap mampu berdiri tegar menghadapi situasi tidak menyenangkan ini.

- Informan 4 (AN)  
Dalam hal ini AN dapat melihat sisi positif dimana ia menyadari bahwa seorang anak memiliki hak untuk menyampaikan opini dan perasaannya, sekalipun itu merupakan perasaan kontra. AN ingin menerapkan pada anak-anaknya kelak bahwa "*their opinion is matters*" karena AN tidak mendapatkan hal tersebut.

Jadi dalam aspek *equanimity* ini terdapat empat informan yang mampu berkaca dari pengalaman buruk dan peristiwa tidak menyenangkan yang telah mereka alami. Mereka ingin sebisa mungkin meminimalisir masalah-masalah yang terjadi pada keluarganya saat ini agar dimasa depan mereka tidak mengulangi hal tersebut dan bisa melakukannya lebih baik. Namun ada sedikit perbedaan dimana I dan J berhasil berupaya tidak terjerumus terlalu lama dalam hal yang negatif setelah mereka melakukan *Self Disclosure* dan mendapatkan kalimat-kalimat penyemangat, sementara AN menemukan sisi positif itu dari pengalamannya sendiri, sedangkan menurut R kalimat penyemangat tidak berpengaruh begitu besar padanya.

#### 4. Self Reliant

*Self Reliant* merupakan keyakinan individu terhadap dirinya dimana mereka akan lebih dapat memahami perihal kelebihan dan kekurangan pada dirinya, sehingga mereka dapat mengatasi berbagai masalah dengan menggunakan kekuatan mereka dan meminimalkan atau bahkan mengubah kelemahan mereka menjadi kekuatan di masa depan

- Informan 1 (I)  
Dalam aspek *self reliant* ini I dapat menyadari bahwa dirinya memiliki banyak kelebihan yang bisa bermanfaat bagi orang sekitarnya. I menyadari hal tersebut setelah ia melakukan *Self Disclosure* dengan sahabatnya, I menjelaskan bahwa sahabatnya sering memberinya afeksi dalam bentuk kata-kata ataupun tindakan dimana hal itu membuatnya sadar dan meyakinkan bahwa I layak buat hidup, I memiliki kapabilitas dalam melakukan tiap pekerjaan ataupun tanggung jawabnya. Bahkan sampai saat ini sahabatnya lah yang bisa membuat I merasa waras dan menahan diri untuk tidak melakukan hal-hal yang merugikan seperti *self harm*.
- Informan 3 (J)  
Selanjutnya aspek *self reliant* yang diimplementasikan oleh J adalah dengan

meyakinkan diri sendiri bahwa hanya dirinya lah seseorang yang memegang kendali dalam kehidupannya, walaupun hal yang terjadi adalah hal yang menyenangkan atau bahkan menyakitkan. Jadi, J percaya pada dirinya meskipun yang dilalui terasa berat ia pasti bisa melalui semua ini karena ia tidak ingin terus berada pada titik yang sama, ia selalu berupaya untuk bangkit kembali.

- Informan 5 (AK)  
Tidak jauh berbeda dengan I. Saat ini AK mendapatkan pekerjaan yang lebih layak daripada sebelumnya karena teman AK meyakinkan dan mengajak AK keluar dari zona nyaman untuk *upgrade skill* yang ia punya. Sejak saat itu AK tidak ingin menutup mata dan pikirannya dan selalu mencoba untuk lebih percaya diri dengan apa yang ia punya agar ia bisa terus berkembang dan dapat merealisasikan *wishlist* nya satu-persatu.

Jadi hanya terdapat tiga informan yang memenuhi aspek *self reliant* ini yaitu I, J dan AK. Menurut penuturan I dan AK, setelah adanya proses *Self Disclosure* dengan orang-orang terdekatnya, mereka menjadi lebih yakin terhadap kemampuan dan kelebihan yang mereka miliki karena teman-temannya membantu meyakinkan mereka. Begitu pula dengan J, dimana ia percaya bahwa masalah berat yang sedang ia hadapi saat ini akan berangsur luruh karena ia terus berupaya untuk bangkit kembali.

#### 5. Existential Aloneness

*Existential aloneness* yaitu kesadaran bahwa setiap orang menjalani kehidupan yang unik. Remaja dengan *existential aloneness* yang baik akan meyakini bahwa setiap orang mempunyai keunikannya dan masalahnya masing-masing serta kekuatan dan kelemahan yang berbeda satu sama lain.

- Informan 1 (I)  
Dalam aspek *existential aloneness*, I menyadari bahwa memang sejatinya hidup tidak bisa selalu bahagia. Hal ini membuatnya bisa lebih menerima apapun yang terjadi padanya dan keluarganya. Menurut I kejadian-kejadian tidak menyenangkan kemarin bisa membuatnya menjadi seseorang yang jauh lebih baik seperti saat ini, I yang disayangi dan menyayangi sahabat-sahabatnya, I yang dapat mensejahterakan ibunya, I yang selalu mengupayakan hal-hal baik, bukan I yang *toxic* karena apa yang telah terjadi pada keluarganya. I juga tidak malu perihal hal tersebut karena I merasa mampu mengontrol dirinya untuk tidak terjerumus dalam hal-hal yang merugikan.
- Informan 3 (J)  
Begitupun dengan J, berkat respon-respon dari

sepupu dan kawannya saat melakukan *Self Disclosure* ia merasa bahwa hidup masih bisa terus dijalani dan ia akan terus termotivasi untuk mengupayakan segalanya karena J sadar bahwa sulit tidak selamanya, jadi sebagai manusia harus berusaha dan percaya bahwa saat ini adalah masa-masa sulit yang harus dilalui sebelum menuju pada kebahagiaan berikutnya.

- Informan 4 (AN)

Selanjutnya tidak jauh berbeda dengan AN dimana ia mampu berkaca dari dirinya beberapa tahun lalu yang masih belum bisa mandiri dan dirinya saat ini yang tumbuh jauh lebih kuat dan ikhlas atas apa yang telah ia lalui. Ia menyadari bahwa masa-masa sulit kemarin bisa membentuknya menjadi pribadi seperti saat ini yang bisa lebih mensejahterakan Ibunya ketika Bapaknya tidak melakukan itu.

Dalam aspek *existential aloneness* ini juga hanya terdapat tiga informan yang merasakannya, yaitu I, J dan AN. Ketiga informan telah menerima bahwa kehidupan tiap individu memiliki fase senang dan sedihnya masing-masing. Mereka percaya bahwa setiap manusia memiliki ujiannya masing-masing dan sejauh mana mereka dapat mengontrol dirinya agar tidak berlarut dalam kesedihan dan dapat segera bangkit dari masa sulitnya. Mereka percaya bahwa selalu ada kebahagiaan setelah adanya kesulitan yang dapat membuat diri mereka tumbuh menjadi pribadi yang lebih bijak.

### Pembahasan Self Disclosure Sebagai Upaya Resiliensi

Berdasarkan beberapa aspek resiliensi yang telah dipaparkan di atas maka dapat ditarik beberapa kesimpulan bahwa ternyata informan yang introvert seperti R tidak sepenuhnya menggunakan *Self Disclosure* sebagai metode resiliensi mereka. Informan yang memiliki kepribadian introvert cenderung lebih nyaman memendam perasaannya dan hanya akan melakukan *Self Disclosure* ketika mereka merasa sangat perlu untuk mendapatkan perasaan lega. Mereka tidak begitu berharap mendapatkan respon atau *feedback* yang bisa dijadikan sebuah solusi. Berbeda dengan informan yang extrovert dimana mereka bisa menjadikan *Self Disclosure* sebagai metode mereka melalui proses resiliensi. Informan yang ekstrovert memiliki anggapan bahwa melalui *Self Disclosure* dengan kerabat terdekatnya itu merupakan suatu proses diskusi dan saling berbagi sudut pandang satu sama lain hingga akhirnya mereka bisa mengumpulkan dan menyaring pendapat dan nasihat dari lawan bicaranya hingga mereka bisa menemukan solusi yang paling bijak.

Selain itu, pada hasil akhir resilen yang dapat ditinjau dari aspek *existential aloneness*, diketahui bahwa informan perempuan seperti, I, J, dan AN, dinilai lebih

mampu beresiliensi melalui proses komunikasi pembukaan diri berupa menceritakan dengan detail segala perasaan atas peristiwa yang dilaluinya pada kerabat terdekat mereka. Sementara, dua informan laki-laki seperti R dan AK belum sampai pada tahap penerimaan tersebut karena mereka merasa *Self Disclosure* belum bisa sepenuhnya menjadi metode yang dapat benar-benar membantu proses resiliensinya karena mereka lebih realistis dan sedikit sulit menelan saran dan nasihat dari lawan bicaranya, menurut mereka kalimat penyemangat tidak berpengaruh begitu besar. Hal ini selaras dengan pernyataan John Grey bahwa memang perempuan dan laki-laki memiliki cara berkomunikasi yang berbeda karena adanya perbedaan dalam menyimpan memori dimana perempuan memiliki *verbal center* pada kedua bagian otaknya, sedangkan laki-laki hanya memiliki *verbal center* pada otak kiri. Hal inilah yang menyebabkan perempuan lebih suka berkomunikasi, berdiskusi dan bercerita panjang lebar dibandingkan dengan laki-laki. Laki-laki lebih suka melihat sesuatu yang jelas terlihat, mereka tidak memiliki 'koneksi' yang baik tentang hal-hal yang melibatkan perasaan, emosi, atau curahan hati. Hal tersebut dipicu oleh otak laki-laki yang tidak didesain untuk terkoneksi pada perasaan atau emosi, sehingga biasanya mereka sangat jarang melibatkan perasaan dalam mengambil sebuah keputusan. Kemampuan menganalisis perasaan pun jarang dilakukan oleh laki-laki. Hal ini jelas berbeda dibandingkan dengan perempuan yang sering kali melibatkan perasaan saat memutuskan sesuatu. Maka dari itu metode komunikasi pembukaan diri masih belum bisa sepenuhnya menjadi media resiliensi mereka.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan:

1. Terdapat empat faktor yang paling mempengaruhi informan dalam melakukan proses *Self Disclosure*, yaitu efek diadik, topik pembahasan, perasaan menyukai, dan yang terakhir adalah kepribadian.
2. *Self Disclosure* memiliki peran pada setiap aspek resiliensi, namun yang paling berpengaruh adalah pada aspek *perseverance* (bertahan), dimana kelima informan menyatakan bahwa salah satu alasan mereka dapat bertahan dalam menghadapi masa sulit adalah dengan mengungkapkan emosi yang sedang mereka rasakan. Hal ini membantu mereka dalam memvalidasi berbagai emosi yang sedang dirasakan.
3. Aspek resiliensi *existential aloneness* menunjukkan bahwa informan perempuan seperti, I, J, dan AN, dinilai lebih mampu beresiliensi melalui proses komunikasi pembukaan diri.

Sementara, dua informan laki-laki seperti R dan AK belum sampai pada tahap penerimaan tersebut karena mereka merasa komunikasi pembukaan diri belum bisa sepenuhnya menjadi metode yang dapat benar-benar membantu proses resiliensinya. Hal ini dikarenakan perempuan memiliki *verbal center* pada kedua bagian otaknya, sedangkan laki-laki hanya memiliki *verbal center* hanya pada otak kiri. Hal tersebut yang menyebabkan perempuan lebih suka berkomunikasi dan lebih mudah menerima *word of affirmation* dari lawan bicaranya dibandingkan dengan laki-laki karena mereka tidak memiliki koneksi yang baik tentang hal-hal yang melibatkan perasaan, emosi, atau curahan hati.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, adapun saran yang ingin peneliti berikan, yaitu:

1. Bagi Subjek  
Diharapkan dapat terus berupaya meminimalisir hal-hal yang dapat merugikan diri dengan melakukan pembukaan diri seperti mengungkapkan keluh kesah yang sedang dirasakan. Tetap lakukan pertimbangan yang baik agar terhindar dari hal yang tidak diinginkan.
2. Bagi Orang Tua  
Upayakanlah hubungan rumah tangga yang hangat dengan tidak menunjukkan perselisihan secara terang-terangan karena hal tersebut dapat memberikan trauma pada anak. Jalinlah komunikasi asertif sebagai bagian dari komunikasi pembukaan diri yang baik antar anggota agar tidak terjadi kesalahpahaman.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan dapat dilakukan penelitian yang lebih mendalam tentang resiliensi remaja pada keluarga *Broken Home*.

### DAFTAR PUSTAKA

Aliftya Darinda Naminputri, M. F. (2021). Perilaku Komunikasi Remaja Broken Home dalam Self Disclosure. *Prosiding Hubungan Masyarakat Volume 7, No. 2*.

Andini, R. (2021). RANCANGAN PROGRAM TEKNIK PENCITRAAN (IMAGERY) DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI REMAJA KORBAN PERCERAIAN ORANG TUA (BROKEN HOME) (Studi Deskriptif Pengembangan Program Konseling Kelompok pada Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 1

Ban. *Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia*.

- Apriliyani, S. (2021). esiliensi dalam menangani dampak anak broken home: studi kasus di Kelurahan Dasan Cermen kecamatan Sandubaya Kota Mataram. . *Undergraduate thesis, UIN Mataram*.
- Bagas Dwi Laksana W. S., & P. (2021). MOTIVASI BELAJAR PADA REMAJA BERLATAR BELAKANG BROKEN HOME . *Dwi Laksana, B., Hertinjung, W. S., & Psi, S. (2021). MotivDoctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Darmiah. (2020). Perkembangan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Emosi Anak Usia Mi. *Pionir: Jurnal Pendidikan, 8(2)*.
- Dita Rizkiani, S. (2018). Studi Deskripsif Mengenai Resiliensi pada Remaja Broken Home di Komunitas HOLD ON Kota Bandung . *Prosiding Psikologi, Volume 4, No.1*.
- Ester, Atrizka, D., & Putra, A. I. (2020). Peran Self Disclosure terhadap Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan. *Psychopolitan: Jurnal Psikologi VOL 3 NO 2: FEBRUARI*.
- Fatoni, A. (2011). *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. akarta: Rineka Cipta.
- Fauzi, R. (2020). KOMUNIKASI INTERPERSONAL ANAK BROKEN HOME PASCA PERCERAIAN ORANG TUA (Studi Fenomenologi di Kecamatan Kuningan Kabupaten Kuningan) . *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam, Vol. 02, No. 01*.
- Gunawan, I. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Herenda, N. (2021). KONTRIBUSI SELF-DISCLOSURE TERHADAP RESILIENSI KARYAWAN KANTOR DI MASA PANDEMI COVID-19 . *Herenda, N. (2021). KONTRIBUSI SELF-DISCLOSURE TERHADAP RESILIEDoctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Khotimah, K. (2018). Faktor Pembentuk Resiliensi Remaja Dari Keluarga Broken Home di Desa Pucung Lor Kecamatan Kroya Kabupaten Cilacap. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi, 12(1)*, 136-157.
- Kusnandar, V. B. (2021, September 07). *10 Provinsi dengan Penduduk Berstatus Cerai Hidup Terbanyak*. Diambil kembali dari <https://databoks.katadata.co.id/>: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/07/inilah-10-provinsi-dengan-penduduk-berstatus-cerai-hidup-terbanyak>
- Latu Ratri Mubyarsah, R. R. (2021, Desember 23). *Pengadilan Agama Surabaya Catat Ada 5.198*

*Kasus Perceraian*. Diambil kembali dari Jawa Pos:  
<https://www.jawapos.com/surabaya/23/12/2021/pengadilan-agama-surabaya-catat-ada-5-198-kasus-perceraian/>

*Jurnal Empati, Volume 8, Nomor 1, Januari 2019, 1-9.*

- Mistiani, W. (2018). DAMPAK KELUARGA BROKEN HOME TERHADAP PSIKOLOGIS ANAK . *MUSAWA, Vol. 10 No.2 Desember 2018, 322-354.*
- Mustafa, M. R., & Hadiyati , F. N. (2019). HUBUNGAN ANTARA SELF DISCLOSURE DENGAN RESILIENSI PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUSSALAM. *Jurnal Empati, Volume 8, Nomor 1, 192-199 .*
- Najah, F. R. (2020). Resiliensi Remaja Broken Home Dalam Meraih Kebahagiaan Di Desa Bangsa Kecamatan Kebasen Kabupaten Banyumas. *FI, R. N. (2022). RESILIENSI REMAJA BROKEN HOME DALAM MERAIH KEBAHAGIAAN DIDoctoral dissertation, UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri.*
- Novianto, R., Zakso, A., & Salim, I. (2019). ANALISIS DAMPAK BROKEN HOME TERHADAP MINAT BELAJAR SISWA SMA SANTUN UNTAN PONTIANAK. *JPPK - Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa Vol 8, No. 3.*
- Putri, T. A. (2022). RESILIENSI PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN ORANG TUA. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi., Vol 9 No 6.*
- Qoniah, H. (2021). RELIGIUSITAS DAN SELF DISCLOSURE TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA PANTI ASUHAN SELAMA PANDEMI COVID-19 . *Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang.*
- Ricky Alejandro Martin, I. N. (2021). Hubungan antara Adversity Quotient dan Resiliensi pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai di Surabaya. *Repository UNTAG.*
- Risa Kristianti, W. K. (2021). Self Disclosure dengan Resiliensi pada Remaja Wanita di Panti Asuhan. *Jurnal Ilmiah Psyche, 15(2), 63–72.*
- Salsabila, H. D., & Abdullah, E. P. (2021). GAMBARAN SELF DISCLOSURE REMAJA YANG MENGALAMI BROKEN HOME. *JURNAL PSIMAWA Vol. 4 No. 2, 110–115.*
- Septiyani. (2018). Resiliensi Remaja Broken Home (Studi Kasus Remaja Putri di Desa Luwung RT 03 RW 02 Kecamatan Rakit Kabupaten Banjarnegara).
- Wulandri, D. (2019). PENGALAMAN REMAJA KORBAN BROKEN HOME (STUDI KUALITATIF FENOMENOLOGIS) .