

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *Self-disclosure* Anak Perempuan dari Keluarga Bercerai dalam *Committed Rom*, maka dapat disimpulkan beberapa hal.

Self-disclosure dalam hubungan romantis dilakukan secara bertahap, sesuai dengan perkembangan kepercayaan dan kedekatan emosional yang terbangun di dalam hubungan. Anak perempuan dari keluarga bercerai menunjukkan kecenderungan untuk membuka diri secara perlahan, terutama pada tahap-tahap awal hubungan. Keterbukaan ini dipengaruhi oleh perasaan aman, penerimaan tanpa penghakiman, dan adanya dukungan emosional dari pasangan. Bentuk *self-disclosure* yang dilakukan mencerminkan proses interpersonal yang kompleks, di mana pengalaman masa lalu yakni perceraian orang tua membentuk kehati-hatian mereka dalam membagikan informasi pribadi.

Dapat disimpulkan juga bahwa informasi yang diungkapkan oleh anak perempuan dari keluarga bercerai mencakup berbagai aspek personal, berawal dari hal-hal umum seperti hobi, aktivitas harian, hingga aspek yang lebih mendalam seperti latar belakang keluarga, pengalaman masa kecil, trauma emosional, dan nilai-nilai hidup. Pengungkapan ini mencerminkan adanya dorongan untuk membangun keintiman emosional dan kepercayaan dalam hubungan. Melalui keterbukaan ini, anak perempuan dari keluarga bercerai dapat merefleksikan pengalaman pribadi dengan lebih jernih, serta memperoleh pemahaman baru tentang diri sendiri.

Kedalaman dan keluasan topik *self-disclosure* juga berkembang seiring berjalannya waktu dan dinamika hubungan. Anak perempuan dari keluarga bercerai mengalami proses dari tahap permukaan menuju kedalaman emosional yang lebih dalam melalui tahap-tahap *Social Penetration Theory*. Meskipun kedalaman komunikasi berkembang secara bertahap, pola dan kecepatannya juga dipengaruhi oleh kondisi pasca-perceraian, seperti dengan siapa anak tinggal dan bagaimana relasi orang tua setelah berpisah.

Secara keseluruhan, *self-disclosure* dalam hubungan romantis anak perempuan dari keluarga bercerai bukan hanya merupakan bentuk komunikasi interpersonal, tetapi juga menjadi sarana penting dalam membangun keintiman emosional, memahami diri sendiri, serta menyembuhkan luka masa lalu yang terakit dengan pengalaman keluarga. Proses ini sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan dengan pasangan serta pengalaman keluarga yang membentuk cara pandang mereka terhadap kedekatan dan kepercayaan.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis

Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi studi lanjutan mengenai *self-disclosure* dengan mempertimbangkan perbandingan antara individu dari keluarga bercerai dan utuh, serta penggunaan metode kuantitatif atau *mixed-method* agar hasilnya lebih general.

5.2.2 Saran Praktis

Secara praktis, temuan ini menunjukkan pentingnya komunikasi terbuka dalam hubungan romantis, khususnya bagi anak perempuan dari keluarga bercerai yang memerlukan rasa aman dan kepercayaan untuk dapat membuka diri. Oleh karena itu, pasangan romantis dan keluarga memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang suportif agar proses keterbukaan diri dapat tumbuh secara sehat dan membantu dalam membangun hubungan yang lebih stabil dan bermakna.

5.2.3 Saran Sosial

Secara sosial, penelitian ini menekankan pentingnya membangun lingkungan yang aman dan suportif bagi anak perempuan dari keluarga bercerai agar mereka dapat membuka diri secara sehat dalam hubungan romantis yang berkomitmen. Masyarakat perlu mengurangi stigma terhadap latar belakang keluarga mereka dan meningkatkan kesadaran tentang dampak emosional perceraian melalui edukasi relasi dan kesehatan mental. Pasangan juga diharapkan mampu menjadi pendengar yang empatik dan

tidak menghakimi agar proses *self-disclosure* dapat berkembang secara alami. Dukungan dari keluarga dan teman dekat juga penting untuk memperkuat rasa aman dan kepercayaan diri dalam membangun hubungan yang sehat.

