

Komunikasi Asertif dalam Membangun Rasa Keterbukaan Diri pada Pasangan Menikah Muda

Sari Hidayati Fatimah*, Indri Rachmawati

Prodi Hubungan Masyarakat, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*sarihidayatifatima@gmail.com, indri.rachmawati@unisba.ac.id

Abstract. Conflict is a situation that often occurs in interpersonal relationships between husband and wife. Young married couples get married with the aim of completing happiness and starting a new life. But in essence, human life will never escape problems, Most conflicts experienced by married couples are caused by a lack of openness between each other, this non-openness if not managed properly will affect the emergence of more serious problems. Moreover, young married couples do not have enough mental readiness and a mature mindset to be faced with a conflict. This research applies qualitative methods with a symbolic interactionism approach and uses the constructivism paradigm in its study. The results of this study show that openness is revealed in the final stages of conflict and self-openness is influenced by factors of trust, ego and tolerance. By using assertive communication, the understanding of husband and wife and the sense of self-openness become more focused.

Keywords: *Assertive Communication, Self-Diclosure, Young Married Couples.*

Abstrak. Keterbukaan diri merupakan salah satu hal yang seringkali menjadi permasalahan dalam hubungan interpersonal antara suami dan istri. Pasangan menikah muda melakukan pernikahan dengan tujuan untuk melengkapi kebahagiaan dan memulai hidup baru. Namun pada hakikatnya, kehidupan manusia tidak akan pernah luput dari permasalahan, Sebagian besar konflik yang dialami pasangan menikah disebabkan oleh kurangnya keterbukaan diri antara satu sama lain, ketidakterbukaan inilah jika tidak dapat dikelola dengan baik akan berpengaruh pada timbulnya masalah yang lebih serius. Terlebih pasangan menikah muda tidak cukup memiliki kesiapan mental dan pola pikir yang matang untuk dihadapkan dengan sebuah konflik. Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan pendekatan interaksionisme simbolik dan menggunakan paradigma konstruktivisme dalam kajiannya. Hasil dari penelitian ini memperlihatkan bahwa keterbukaan tersingkap pada tahap akhir konflik dan keterbukaan diri dipengaruhi oleh faktor kepercayaan, ego dan toleransi. Dengan menggunakan komunikasi asertif pemahaman suami istri dan rasa keterbukaan diri menjadi lebih terarah.

Kata Kunci: *Komunikasi Asertif, Keterbukaan Diri, Pasangan Menikah Muda..*

A. Pendahuluan

Pernikahan pada usia muda cenderung menimbulkan banyak permasalahan yang berujung konflik, hal tersebut terjadi karena adanya banyak faktor yang mempengaruhi keberlangsungan rumah tangga. Maka peningkatan pernikahan di usia muda akan lebih mudah menimbulkan permasalahan kependudukan, dikarenakan pernikahan tersebut membawa banyak dampak negatif terhadap aspek-aspek kehidupan. Salah satunya timbulnya peristiwa kemiskinan baru. Pernyataan tersebut di dukung oleh data yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS) yang mencatat bahwa pernikahan muda yang dilakukan oleh muda-mudi di Kota Bandung tercatat masih tinggi yang dirilis pada 2021 sekitar 8,81% persen anak perempuan di Kota Bandung telah melangsungkan pernikahan muda, angka persentase tersebut masih mengalami kenaikan.

Fenomena tersebut perlu mendapatkan perhatian khusus dalam beberapa aspek guna menekan pengaruh kualitas hidup rumah tangga yang buruk hingga mengancam kesehatan psikis pasangan muda. Menurut Sarlito (2012) Fenomena menikah muda kini telah menjadi tren yang banyak digandrungi kaula muda, pasangan yang menikah dibawah umur 21 tahun seperti yang sudah diatur undang-undang dapat disebut dengan pasangan menikah muda.

Melakukan pernikahan pada usia muda rawan sekali dengan terjadinya konflik, karena pada rentang usia yang masih terbilang belum cukup ideal, pasangan menikah muda berada dalam kondisia fisik dan usia tergolong masih labil secara kepribadian dan emosional, pola pikir yang mentah disinyalir rentan menimbulkan berbagai permasalahan di dalam perilaku dan kehidupan rumah tangga (Nasution 2016). Dalam pernikahan diperlukan kematangan fisiologis yang pada umumnya diusia dewasa

Kemudian kematangan secara psikologis, dimana kehidupan pernikahan membutuhkan peran psikologis. Hal tersebut biasa di dapatkan manusia pada usia dewasa. Selain itu, kematangan finansial pun turut diperlukan yang berperan sebagai poros dalam kehidupan rumah tangga di sertai dengan tanggung jawab penuh untuk memenuhi segala kebutuhan rumah tangga (Walgito, 2004).

Keputusan untuk melakukan pernikahan muda dapat dilatar belakangi dengan adanya motif ketertarikan dan kenyamanan psikologis serta ketertarikan seksual. Seksualitas seorang perempuan dapat dinilai dari bagaimana ia membangun suatu keintiman, mengatasi konflik, kemampuan dalam berkomunikasi, dan strategi mengupayakan pengambilan keputusan. Sedangkan laki-laki dinilai dari bagaimana ia dapat bekerja keras dengan gigih, kesetiiaannya, kesabaran dalam mengayomi pasangannya (Kurniati, dkk, 2015).

Sejalan dengan pernyataan Nova (2012) pada saat laki-laki dan perempuan memilih keputusan untuk melakukan pernikahan, secara general kedua belah pihak memiliki motif ketika memutuskannya. Motif dalam hal ini dikategorikan dengan berbagai motif, diantaranya adalah; motif psikologis, motif normatif, motif ekonomi dan sosial. Dalam hal ini situasi juga berperan mempengaruhi motif pasangan muda untuk memutuskan menikah. Terdapat tiga situasi yang mempengaruhi terjadinya pernikahan yaitu, keputusan menikah atas kesepakatan kedua belah pihak, ajakan pihak laki-laki, dan dorongan orang tua untuk putra-putri nya melangsungkan pernikahan (Nada Cinta Kasih, 2020).

Oleh karena itu, proses pengelolaan konflik tersebut dapat diselesaikan dengan menerapkan komunikasi asertif. Maka dari itu, peran komunikasi asertif dinilai sangat penting untuk menjaga pola komunikasi rumah tangga. Terlebih bagi pasangan menikah muda yang kehidupan rumah tangganya rawan konflik. Hal tersebut dilatarbelakangi oleh kurangnya kemampuan diri dalam mengelola emosional dan ego, stabilitas mental yang tidak mumpuni serta pola pikir yang belum matang secara keseluruhan sehingga berpengaruh terhadap cara seseorang mengelola konflik dan memecahkan permasalahan.

Berdasarkan observasi awal peneliti terhadap narasumber dijelaskan bahwa pertengkaran, kesalahpahaman dan *miss perception* dalam rumah tangga merupakan sebuah keniscayaan dimana lemahnya komunikasi dapat menimbulkan pertikaian yang bercabang. Sehingga kedua belah pihak perlu melakukan sesi diskusi untuk mengelola konflik yang menyulut. Perilaku negatif yang kerap terjadi memicu poin-poin kemarahan menjadi seperti bom waktu, sehingga permasalahan cenderung sulit diredam. Perbedaan perspektif antar suami dan istri pun ternyata menjadi salah satu faktor yang dapat mengembangkan konflik, dimana

perbedaan pendapat dan pola pikir berdampak pada egosentrisme tiap individu dalam rumah tangga untuk menciptakan upaya mempertahankan argumen yang diyakininya, mendominasi dan kedua belah pihak merasa telah banyak berusaha dan berkorban dalam waktu yang panjang.

Fokus pada topik penelitian ini adalah pengelolaan konflik yang di hadapi pasangan suami istri yang memutuskan untuk menikah di usia muda melalui komunikasi asertif yang dinilai mampu menekan perdebatan dengan lawan bicara yang dapat menyebabkan pertengkaran terkait suatu konteks yang menyinggung kedua belah pihak akibat kurangnya keterbukaan diri satu sama lain.

Kemampuan individu dalam melakukan komunikasi asertif adalah kemampuan yang menjadi titik tengah antara dua jenis komunikasi, yakni pasif dan agresif. Asertivitas memanglah diperlukan ada dalam setiap diri individu guna dapat membentuk pola pikir dan cara menyelesaikan konflik dengan sebaik-baiknya, namun tidaklah mudah untuk mengimplementasikan perilaku asertif, pasalnya individu dituntut untuk bisa mengekspresikan perasaan atau emosionalnya secara jujur dan terbuka tanpa menganggap rendah orang lain, memanipulasi atau merugikan pihak lain sebagai lawan bicara. Salah satu faktor yang mempengaruhi konflik adalah keterbukaan (*disclosure*).

Pengelolaan konflik pada permasalahan rumah tangga dimana hilangnya keterbukaan diri mampu mengatur perdebatan dan sengketa yang timbul akibat hal tersebut dengan lebih baik dan dapat membantu individu bekerjasama untuk membina hubungan harmonis dalam ruang lingkup keluarga dengan menilai masalah dari dua sudut pandang secara bijaksana dan memandang permasalahan sebagai hal yang mampu memperkuat karakter pribadi.

Nugroho (2013) mengungkapkan bahwa pada dasarnya sebuah konflik dapat diatasi dengan adanya keterbukaan diri yang mampu membangun keakraban serta dalam upaya mengelola dan menyelesaikan konflik, dimana kedua pihak yang terlibat suatu konflik melakukan upaya untuk melakukan keterbukaan diri dengan mengajak lawan bicara atau konflik agar membuka diri sehingga timbul rasa saling percaya.

Menurut Devito (2011) keterbukaan diri merupakan komunikasi yang menjabarkan segala informasi terkait diri sendiri yang kerap disembunyikan. Individu yang memiliki rasa keterbukaan diri secara signifikan dalam menjalin suatu hubungan mampu mengenal dirinya sendiri, serta mempunyai keintiman satu sama lain, serta mampu menghadapi konflik karena dari hal tersebut kedua belah pihak bisa mendapatkan dukungan dan perilaku positif agar dapat menjalankan hubungan dalam jangka waktu yang panjang dan juga memikul seluruh beban dan tanggungan hidup bersama tanpa adanya hal-hal yang dirahasiakan (Devito, 2011). Sebaliknya, apabila kedua pihak saling menutup diri, baik secara komunikasi ataupun tingkah laku dapat mengakibatkan penurunan dan hambatan keintiman.

B. Metodologi Penelitian

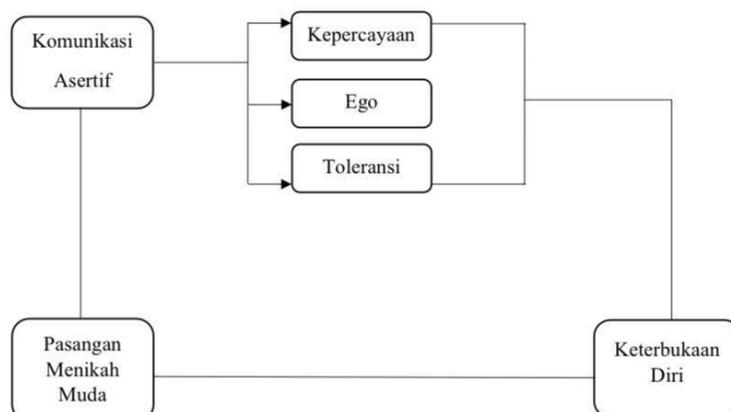
Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif, dimana peneliti dan informan berperan aktif dalam penelitian ini.. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan studi pustaka.

Untuk menentukan sampel yang sifatnya mewakili atau representatif dari populasi yang terdapat di penelitian ini, maka peneliti menggunakan *random sampling* sebagai teknik yang digunakan. Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme, dimana paradigma konstruktivime menempatkan sebuah fenomena penelitian berdasarkan realitas dengan pengalaman yang telah dikonstruksi oleh berbagai macam bentuk. Kemudian subjek dalam penelitian ini pasangan menikah muda yang berada pada rentang usia 20-24 tahun, dengan lama waktu pernikahan minimal 1 tahun. Subjek yang digunakan peneliti merupakan pasangan pada generasi millennial. Peneliti mendapatkan subjek penelitian sebanyak tiga pasangan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Komunikasi Asertif dalam Membangun Rasa Keterbukaan Diri pada Pasangan Menikah Muda

Model Keterbukaan Diri Pada Pasangan Menikah Muda



Dari gambar diatas dapat dijelaskan bahwa pasangan menikah muda dalam konteks keterbukaan diri mengacu pada tiga aspek, yaitu kepercayaan, ego dan toleransi. Hal- hal tersebut diterapkan ketika melakukan upaya pengelolaan konflik karena dirasa efektif dan setiap pasangan dapat memahami apa yang disampaikan melalui interaksi dan komunikasi terkait pikiran, perasaan dan pandangan mereka. Komunikasi asertif membangun rasa keterbukaan diri melalui ketiga aspek yang ditemukan dilapangan. Dengan hadirnya aspek-aspek tersebut dapat mendorong diri individu untuk lebih menampilkan dirinya sesuai dengan keadaan yang dialami. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Kiki Zakiah yang menyatakan bahwa “penyingkapan diri adalah membeberkan informasi tentang diri kita melalui ekspresi wajah, sikap tubuh, pakaian, nada suara dan melalui isyarat-isyarat non verbal lainnya, meskipun banyak diantara perilaku tersebut terjadi tidak disengaja.”

Keterbukaan diri yang terbangun tersebut bisa menutupi apa yang menjadi kekurangan masing-masing individu sehingga dapat menciptakan kedamaian dan hubungan baik. Membangun rasa keterbukaan diri dengan komunikasi asertif ternyata dapat menempuh interaksi dengan cara yang tidak terlalu ke kanan atau ke kiri, melainkan berada di titik tengah sehingga pasangan menikah muda dapat sedikit lebih mudah untuk mengendalikan perkembangan emosionalnya. Setiap orang yang terlibat di dalam suatu konflik akan memiliki rasa kecenderungan sebagai pihak yang paling dibeberatkan dan merasa tersakiti atas apa yang sedang terjadi. Konflik yang terjadi dapat semakin besar dan menyebabkan retaknya hubungan antar anggota keluarga (Andriansyah, 2022).

Maka dari itu, komunikasi asertif mampu menjembatani ketegangan dan perselisihan yang ada, tentunya dengan membangun keterbukaan diri yang baik dan optimal. Dengan saling mendengarkan dan mengungkapkan perasaan pada saat konflik, dimana pihak suami merasa menjadi korban dibagian mana dan begitu pula sebaliknya. Dengan begitu konflik mendapatkan pengelolaan yang efektif dan bermanfaat bagi perkembangan diri dalam menghadapi, mendalami dan memahami pasangan dalam berbagai situasi dan kondisi.

Keterbukaan diri dalam pernikahan, tidak mengalir alami begitu saja seperti dengan keluarga atau teman-teman. Maka dari itu, pasangan menjadi penting untuk memposisikan diri menjadi berbagai peran sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada. Dengan asertifitas inilah pasangan menjadi mudah merasakan kenyamanan dan ketenangan karena peran satu sama lain tidak hanya sebagai pendamping hidup melainkan lebih daripada itu. Kehangatan pun akan mudah pula untuk didapatkan.

Pada penelitian ini, ditemukan bahwa komunikasi asertif yang terjalin antara suami dan istri terdapat aspek-aspek yang dapat membangun keterbukaan diri pada proses pengelolaan konflik. Diantaranya adalah :

Kepercayaan

Kepercayaan merupakan salah satu dasar terbentuknya rumah tangga yang utuh dan harmonis yang mana bertujuan untuk memberikan kenyamanan dan rasa saling menajaga. Karena hubungan rumah tangga rentan untuk diterpa konflik, jika tidak didasari dengan kepercayaan antara satu sama lain hubungan pernikahan akan menjadi buruk. Membangun kepercayaan berarti membangun pondasi penting dalam rumah tangga. Jika tidak adanya kepercayaan antara suami dan istri, pertengkaran, perselisihan dan kesalahpahaman akan sering terjadi, kemudian segala argumentasi yang disampaikan akan tidak berguna dan tidak mampu menyelesaikan pertikaian.

Dengan begitu, sekalipun suami atau istri benar, pada situasi tidak saling mempercayai akan selalu salah karena diliputi oleh rasa kecurigaan dan keraguan terhadap apapun yang pasangan lakukan dan katakan. Tentunya, kepercayaan itu sendiri menjadi prioritas untuk dimiliki. Percaya pada satu sama lain dan menjaga kepercayaan pada kesempatan-kesempatan dalam kehidupan rumah tangga.

Kepercayaan bagi pasangan yang sudah menikah menjadi lebih krusial. Terlebih bagi seorang istri yang menganggap bahwa kepercayaan sensitif. Hal tersebut banyak mempengaruhi pikiran dan perasaan seorang istri, seperti sering mengalami *overthinking* atau berpikir terlalu jauh dan berlebihan, menimbulkan berbagai prasangka, dan ketidaktenangan batin istri.

Mengesampingkan Ego

Terkadang, pada kehidupan rumah tangga setiap individu hanya mementingkan diri sendiri, merasa ingin dimengerti tanpa memikirkan pasangan. Hubungan rumah tangga yang baik merupakan keharusan yang perlu diupayakan setiap saat. Ketikakeadaan sedang tidak berpihak pada salah satu belah pihak atau diri sendiri, individu harus bersikap dewasa dengan mengesampingkan ego yang dimiliki. Mengesampingkan dan merelakan ego bertujuan untuk mempertahankan kedamaian meskipun dengan berat hati. Jika ada sesuatu yang perlu diungkapkan, sampaikanlah begitu pula dengan hal-hal lainnya yang kiranya membutuhkan atensi dari pasangan suami atau pun istri. Oleh karena itu pengendalian atas diri terhadap ego dinilai mampu mengatasi rasa ketidakterbukaan yang disebabkan oleh konflik. Dengan memprioritaskan kepentingan bersama diatas kepentingan pribadi, komunikasi yang terjalin akan semakin baik kualitasnya, sehingga kepercayaan, keterbukaan dan kejujuran lebih mudah dibangun dan diimplementasikan pada kehidupan sehari-hari.

Mendengarkan pendapat satu sama lain, menghargai apa yang menjadi perbedaan dan menyatukannya dengan asertifitas itulah hal yang perlu dijaga selain dari komunikasi itu sendiri. Karena pada dasarnya, manusia merupakan makhluk emosional, sehingga ketika menghadapi konflik suami dan istri membutuhkan perlakuan yang baik dan halus, berbicara dengan tegas dan lugas tanpa menyudutkan salah satu belah pihak serta tidak membalas ego yang serupa.

Toleransi

Dalam sebuah hubungan rumah tangga, toleransi menjadi salah satu faktor yang dapat membangun keterbukaan diri, karena pasangan suami dan istri akan hidup berdampingan dalam jangka waktu yang Panjang. Dimana menjalani hidup Bersama orang yang berbeda latar belakang, sikap, perspektif dan banyak sekali hal-hal yang berbeda bahkan bertolak belakang dengan pribadi masing-masing individu yang tentu saja harus diterima atas dasar cinta dan kasih yang dimiliki satu sama lain. Sehingga dapat dikatakan cara individu menghargai pasangannya yaitu dengan cara menerima dan mengasihinya.

Komunikasi asertif yang didukung dengan toleransi akan dengan mudah membangun rasa keterbukaan diri, karena pada saat komunikasi asertif berlangsung tidak ada ketersinggungan dan upaya saling menyudutkan salah satu pihak. Semuanya terjalin dengan tepat dan terarah. Selain itu, sikap toleransi mendorong individu untuk mengungkapkan apa yang dipendam dan ditutup-tutupi, serta toleransi dapat memecah rasa ketakutan untuk mengakui kesalahan dan kekeliruan individu, artinya individu merasa apapun yang diungkapkan akan diterima. Karena sudah secara pasti segala sesuatu yang disimpan oleh diri sendiri memiliki alasan dan sebab akibat mengapa hal itu dilakukan oleh individu.

Maka dari itu, dengan adanya toleransi yang didasarkan pada cinta dan kompromi cenderung berhasil membangun rasa keterbukaan diri. Segala perbedaan yang ada dapat direlakan dan dihargai, hal ini berhubungan dengan poin mengesampingkan ego dimana komunikasi yang terjalin dengan memperhatikan kedua hal tersebut tentunya akan efektif untuk menciptakan kepercayaan. Semuanya dikolaborasikan dalam satu waktu dan kondisi sehingga keterbukaan diri terbangun. Hubungan saling memahami pun semakin timbul karena adanya hal tersebut.

D. Kesimpulan

Komunikasi asertif pasangan menikah muda dalam konteks keterbukaan diri mengacu pada tiga aspek, yaitu kepercayaan, ego dan toleransi. Dengan hadirnya aspek-aspek tersebut dapat mendorong diri individu untuk lebih menampilkan dirinya sesuai dengan keadaan yang dialami. komunikasi asertif mampu menjembatani ketegangan dan perselisihan yang ada, tentunya dengan membangun keterbukaan diri yang baik dan optimal. Dengan saling mendengarkan dan mengungkapkan perasaan pada saat konflik antarpribadi berlangsung.

Daftar Pustaka

- [1] Agustin Wulandari, Tine.(2012). Memahami Pengembangan Hubungan Antarpribadi Melalui Teori Penetrasi Sosial. *Majalah Ilmiah UNIKOM*. Vol. 11, No.1.
- [2] Andriansyah, Rachmawati Indri. (2022). Representasi Konflik Komunikasi Keluarga di Film Minari. Vol.2 No.1.
- [3] Cinta kasih, Nada. (2020). Manajemen Konflik Interpersonal Suami Istri dalam Mengatasi Konflik Finansial. Skripsi. Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Komunikasi dan Informatika Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kota Surakarta.
- [4] Ningrum, Astriya. 2017. Keterbukaan Diri Dalam Strategi Konflik Pada Pasangan *Intercultural Marriages*. Skripsi. Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Komunikasi dan Informatika Univeristas Muhammadiyah Surakarta. Kota Surakarta.
- [5] Hikmah, Nurul. (2020). Perilaku Asertif dalam Perspektif Islam. *Jurnal Kajian Dakwah dan Masyarakat Islam*. Vol. 10 No. 1.
- [6] Putri, D. P. K. dan Lestari, Sri. (2015). Pembagian Peran Dalam Rumah Tangga Pada Pasangan Suami Istri Jawa. *Jurnal Humaniora*. Vol. 16 No. 1
- [7] Saidiyah, Satih & Julinto, Very. (2016). Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus pada Pasangan Suami Istri dengan Usia Perkawinan di Bawah Sepuluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 15 No.2.
- [8] Suryani, Ana dan Nurwidawati Desi. 2016. *Self Disclosure* dan *Trust* Pada Pasangan Dewasa Muda yang Menikah dan Menjalani Hubungan Jarak Jauh. *Jurnal Psikologi*. Vol.7, No. 1, 9-15.
- [9] Nasution MAR, Hendrasmo. Identifikasi Permasalahan Komunikasi Publik Masyarakat Indonesia pada Masa Pandemi Covid 19. *J Ris Public Relations [Internet]*. 2022 Dec 20;85–92. Available from: <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRPR/article/view/1353>
- [10] Ningrum, Astriya. 2017. Keterbukaan Diri Dalam Strategi Konflik Pada Pasangan *Intercultural Marriages*. Skripsi. Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Komunikasi dan Informatika Univeristas Muhammadiyah Surakarta. Kota Surakarta.
- [11] Wulandari Y. Depiction of Digital Safety Issues Between Parents and Adolescent in Banten Province. *J Ris Public Relations [Internet]*. 2022 Dec 21;133–42. Available from: <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRPR/article/view/1361>
- [12] Zakiah, Kiki. (2002). Hubungan dalam Komunikasi Diadik Suami-Istri: Perspektif Sosiologi Keluarga. *MediaTor*, Vol. 3 No.2.