

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep *Peer Group* (Teman sebaya)**

Pengertian teman sebaya dalam kamus besar bahasa Indonesia, teman sebaya diartikan sebagai kawan, sahabat atau orang yang sama-sama bekerja atau berbuat.

Kawan-kawan sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Santrock(2007:55).

Dari beberapa pengertian diatas,maka dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah hubungan individu pada anak-anak atau remaja dengan tingkat usia yang sama serta melibatkan keakraban yang relative besar dalam kelompoknya.

Salah satu fungsi terpenting dari kelompok teman sebaya adalah :

- a. Sebagai sumber informasi mengenai dunia diluar keluarga.
- b. Memperoleh umpan balik mengenai kemampuannya dari kelompok teman sebaya.
- c. Mempelajari bahwa apa yang mereka lakukan itu lebih baik, sama baik, atau kurang baik, dibandingkan remaja-remaja lainnya

Relasi yang baik diantara teman-teman sebaya dibutuhkan bagi perkembangan social yang normal dimasa remaja,Isolasi social atau ketidakmampuan untuk terjun dalam sebuah jaringan social berkaitan dengan berbagai bentuk masalah dan gangguan.

Kelompok sebaya adalah lingkungan kedua setelah keluarga yang berpengaruh pada kehidupan individu. Terpengaruh tidaknya individu dengan teman sebaya tergantung pada persepsi individu terhadap kelompoknya,

sebab persepsi individu terhadap kelompok sebayanya akan menentukan keputusan yang akan diambil nantinya. kelompok sebaya menyediakan suatu lingkungan yaitu tempat teman sebayanya dapat melakukan sosialisasi dengan nilai yang berlaku, bukan lagi nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa, melainkan oleh teman seusianya dan tempat dalam rangka menentukan jati dirinya, namun apabila nilai yang dikembangkan dalam kelompok sebaya adalah nilai negative maka akan menimbulkan bahaya bagi perkembangan jiwa individu. kuatnya pengaruh kelompok teman sebaya juga mengakibatkan melemahnya ikatan individu dengan orang tua, sekolah, norma-norma konvensional, selain itu banyak waktu yang di luangkan individu diluar rumah bersama teman sebayanya dari pada dengan orang tuanya adalah salah satu alasan pokok pentingnya peran sebaya terhadap individu.

Teman sebaya adalah tempat memperoleh informasi yang tidak terdapat di dalam keluarga, tempat menambah kemampuan dan tempat kedua setelah keluarga yang mengarahkan dirinya menuju perilaku yang baik serta memberikan masukan (koreksi) terhadap kekurangan yang dimilikinya, tentu saja akan dampak positif bagi yang bersangkutan.

Dalam kelompok teman sebaya terjadi interaksi yang saling memengaruhi meliputi pola hubungan, konformitas, kepemimpinan kelompok, dan adaptasi.

### 1. Pola Hubungan

Interaksi dengan teman sebaya merupakan permulaan hubungan persahabatan dan hubungan dengan sebaya. Pola hubungan

persahabatan dan hubungan sebaya bersifat timbal balik dan memiliki sifat-sifat seperti ada saling pengertian, saling membantu, saling percaya, dan saling menghargai dan menerima (Monks, 2006). Menurut LaiGaipa (1979) dalam Monks (2006) ketiga sifat berikut ini merupakan inti persahabatan yaitu : (1) loyalitas (jujur dan setia), (b) rasa simpati (tidak ada distansi), dan (3) tulus (tidak ada rasa segan, malu atau kompetisi). Persahabatan merupakan hubungan antar individu yang ditandai dengan keakraban, saling percaya, menerima satu dengan yang lain, mau berbagi perasaan, pemikiran dan pengalaman, serta kadang-kadang melakukan aktivitas bersama. Antara teman dan sahabat memiliki perbedaan, walaupun keduanya merupakan orang lain yang berhubungan dengan seorang individu. Seorang teman, biasanya tidak memiliki hubungan emosional yang dekat, dibandingkan dengan seorang sahabat. Akan tetapi hubungan antar individu yang ditandai dengan kepentingan sepihak saja, tidak akan bertahan lama, dan segera mengalami disintegrasi misalnya sikap egois, yakni seseorang akan berteman orang lain, jika orang itu dianggap dapat memberi keuntungan terhadap dirinya. Sementara itu, seorang sahabat yang sejati akan memiliki kedekatan secara emosional (emotional attachment) dengan individu yang dipercayainya. Karena dipercaya, maka seorang sahabat akan mau menjadi tempat curahan perasaan baik suka maupun duka dari

sahabatnya, demikian pula sebaliknya. Hubungan akrab tersebut, bukan sekedar basa-basi yang nampak dari sisi luar saja, tetapi keakraban tersebut merupakan cerminan dari sifat ketulusan (kemurnian) hati yang paling dalam (Dariyo, 2004). Remaja sebagai kelompok cenderung lebih “memilih-milih” dalam mencari rekan atau teman-teman baik dibandingkan ketika masih kanak-kanak. Oleh karena itu, remaja dengan latar belakang sosial, agama, atau sosial ekonominya berbeda dianggap kurang disenangi dibandingkan dengan remaja dengan latar belakang yang sama. Bila menghadapi teman-teman yang dianggap kurang cocok ini, ia cenderung tidak memperdulikan dan tidak menyatakan perasaan superioritasnya sebagaimana dilakukan oleh anak yang lebih besar (Hurlock, 2003).

## 2. Konformitas

Menurut Kiesler dan Kiesler (1969) dalam Rakhmat (2008), konformitas adalah perubahan perilaku atau kepercayaan menuju (norma) kelompok sebagai akibat tekanan kelompok yang real atau yang dibayangkan. Individu mengikuti kelompok karena menganggap kelompok sebagai petunjuk untuk memilih alternatif. Pengaruh sosial normatif sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari seperti jejak yang menyesuaikan pendapatnya dengan pendapat calon mertuanya, pelamar kerja yang mengangguk-angguk di depan calon majikan, mahasiswa yang mengiyakan pendapat dosennya,

adalah contoh-contoh pengaruh sosial normatif. Dalam tiap kelompok sebaya, kecenderungan kohesi bertambah dengan bertambahnya frekuensi interaksi. Dalam kelompok dengan kohesi yang kuat berkembanglah suatu iklim kelompok dan norma-norma kelompok tertentu. Pemberian norma tingkah laku oleh kelompok sebaya (peers group). Rakhmat (2008) mengatakan bahwa konformitas merupakan produk interaksi antara faktor-faktor situasional dan faktor-faktor personal. Faktor-faktor situasional yang menentukan konformitas adalah kejelasan situasi, konteks situasi, cara menyampaikan penilaian, karakteristik sumber pengaruh, ukuran kelompok, dan tingkat kesepakatan kelompok. Beberapa penelitian membuktikan bahwa pengaruh norma kelompok pada konformitas anggota-anggotanya bergantung pada ukuran mayoritas anggota kelompok yang menyatakan penilaian. Sampai tingkat tertentu, makin besar ukurannya, makin tinggi tingkat konformitasnya.

### 3. Kepemimpinan Kelompok

Kepemimpinan adalah komunikasi yang secara positif memengaruhi kelompok untuk bergerak ke arah tujuan kelompok. Seorang pemimpin ditunjuk atau muncul setelah proses komunikasi kelompok. Apa pun yang terjadi, kepemimpinan adalah faktor yang paling menentukan keefektifan kelompok. Klasifikasi gaya

kepemimpinan yang klasik dilakukan oleh White dan Lippit (1960) yaitu gaya kepemimpinan otoriter, demokratis, dan laissez faire. Kepemimpinan otoriter ditandai dengan keputusan dan kebijakan yang seluruhnya ditentukan oleh pemimpin. Kepemimpinan demokratis menampilkan pemimpin yang mendorong dan membantu anggota kelompok untuk membicarakan dan memutuskan semua kebijakan. Kepemimpinan laissez faire memberikan kebebasan penuh bagi kelompok untuk mengambil keputusan individual dengan partisipasi pemimpin yang minimal (Rakhmat, 2008). Dari tiga kepemimpinan tersebut, kepemimpinan otoriter menimbulkan permusuhan, agresi, dan sekaligus perilaku egosentris. Di sini, tampak lebih banyak ketergantungan dan kurang kemandirian anggota kelompok, di samping adanya kekecewaan yang tersembunyi. Kepemimpinan demokratis terbukti paling efisien, dan menghasilkan kuantitas kerja yang lebih tinggi daripada kepemimpinan otoriter. Di dalamnya terdapat lebih banyak kemandirian dan persahabatan. Pemimpin laissez faire hanya memiliki kelebihan dalam menyampaikan informasi saja (Rakhmat, 2008).

#### 4. Adaptasi

Menurut Vembriarto dalam Bantarti (2000) kelompok teman sebaya adalah tempat terjadinya proses belajar sosial atau adaptasi, yakni

suatu proses dimana individu mengadopsi dan beradaptasi dengan kebiasaan-kebiasaan, sikap, gagasan, keyakinan nilai-nilai, dan pola tingkah laku dalam bermasyarakat, dan mengembangkannya menjadi suatu kesatuan sistem dalam diri pribadinya

### **2.1.1 Langkah – langkah Peer group**

Menurut Randall (2003) kegiatan peer group support dapat berlangsung aktif apabila terdiri dari langkah – langkah di bawah ini:

a. *Checking in*

Aktifitas ini dilakukan oleh anggota untuk menyatakan bahwa dirinya akan mengikuti kelompok ini. Pada tahap ini anggota berhak berpendapat mengenai model peer group support yang akan di gunakan.

b. Presentasi masalah

Pada sesi ini anggota berhak mengutarakan masalah yang di alami dan masalah yang disampaikan dapat di jadikan bahan sebagai materi pertemuan.

c. Klarifikasi masalah

Masalah yang disampaikan oleh anggota pada sesi sebelumnya di bahas bersama-sama untuk di cari jalan keluarnya. Pada sesi ini anggota mengeluarkan pertanyaan

terbuka tentang apa yang di butuhkan dan apa perasaannya saat ini.

d. Berbagi usulan

Anggota lain yang memiliki masalah yang sama dan telah dapat menyelesaikannya dapat berbagi pengalaman dan berbagi penyelesaian yang baik.

e. Perencanaan tindakan

Pada sesi ini anggota merencanakan suatu strategi tindakan yang akan dilakukan untuk membantu anggota kelompok.

f. *Checking out*

Pada sesi ini kelompok melakukan peninjauan ulang atas apa yang telah di bahas dan kelompok menentukan tema yang akan di bahas pada pertemuan berikutnya.

## **2.2 Konsep Kemampuan**

Menurut Muhammad zain dalam Milman Yusdi(2010:10) mengartikan bahwa kemampuan adalah kesanggupan, kecakapan, kekuatan kita berusaha dengan diri sendiri.sedangkan Anggiat M Sinaga dan Sri Hadiati (2001:34) mendefinisikan kemampuan sebagai suatu dasar seseorang yang dengan sendirinya berkaitan dengan pelaksanaan pekerjaan secara efektif atau sangat berhasil.sementara itu Robbin (2007:57) kemampuan berarti kapasitas seseorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan.lebih lanjut Robbin menyatakan bahwa kemampuan(Ability) adalah sebuah penilaian terkini atas apa yang dapat dilakukan seseorang.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah kecakapan atau potensi seseorang individu untuk menguasai keahlian dalam melakukan atau mengerjakan beragam tugas dalam suatu pekerjaan atau suatu penilaian atas tindakan seseorang.

Pada dasarnya kemampuan terdiri atas dua kelompok factor (Robbin,2007:57) yaitu:

2.2.1 Kemampuan intelektual yaitu kemampuan yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktifitas mental berfikir, menalar dan memecahkan masalah.

2.2.2 Kemampuan fisik yaitu kemampuan melakukan tugas-tugas yang menuntut stamina, ketrampilan, kekuatan dan karakteristik serupa

### **2.3 Konsep *Self Disclosure***

*Self disclosure* (pengungkapan diri) adalah proses menghadirkan diri yang diwujudkan dalam kegiatan membagi perasaan dan informasi dengan orang lain.(Wrightsman,1987)

Menurut Morton(dalam sears,dkk 1989) pengungkapan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. Informasi dalam pengungkapan diri ini bersifat deskriptif atau evaluative.diskriptif artinya individu melukiskan berbagai fakta mengenai diri sendiri yang mungkin belum diketahui oleh pendengar seperti jenis pekerjaan, alamat, dan usia. Sedangkan evaluative artinya individu mengungkapkan pendapat atau perasaan pribadinya seperti tipe orang yang disukai atau hal-hal yang tidak di sukai atau dibenci.pengungkapan diri ini dapat berupa berbagai topic seperti informasi perilaku, sikap, perasaankeinginan motivasi dan ide

yang sesuai dan terdapat pada 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 rasa 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 (Devito,1992) 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 reaksi yang sepadan. Pada umumnya mengharapkan orang lain memperlakukan sama seperti memperlakukakan mereka (Raven dan Rubin,1983). Seseorang yang mengungkapkan informasi pribadi yang lebih akrab daripada yang kita lakukan akan membuat kita merasa terancam dan kita akan lebih senang mengakhiri hubungan semacam ini. Bila sebaliknya kita yang mengungkapkan diri terlalu akrab dibandingkan orang lain, kita akan merasa bodoh dan tidak aman (Sears,dkk,1998). Kebudayaan juga memiliki pengaruh dalam pengungkapan diri seseorang, tiap-tiap bangsa dengan corak budayamasing-masing memberikan batas tertentu samapai sejauh mana individu pantas atau tidak pantas mengungkapkan diri. Kurt lewin (dalam Raven dan rubin,1983) dari hasil penelitiannya menemukan bahwa orang – orang Amerika nampaknya lebih mudah terbuka dari pada orang Jerman tetapi keterbukaan ini hanya terbatas pada hal-hal permukaan saja dan sangat enggan untuk membuka rahasia yang menyangkut pribadi mereka. Dilain

pihak orang Jerman pada awalnya lebih sulit untuk mengungkapkan diri meskipun untuk hal-hal yang bersifat permukaan namun jika sudah menaruh kepercayaan maka mereka tidak enggan untuk membuka rahasia pribadi mereka yang paling dalam.

### **2.3.1 Tingkatan Pengungkapan diri**

Dalam proses hubungan interpersonal terdapat tingkatan-tingkatan yang berbeda dalam pengungkapan diri. Menurut Powell (dalam supratikna,1995) tingkatan pengungkapan diri dalam komunikasi yaitu:

- a. Basa basi merupakan taraf pengungkapan diri yang paling lemah atau dangkal, walaupun terdapat keterbukaan dalam individu tetapi tidak terjadi hubungan antar pribadi. Masing-masing individu berkomunikasi basa basi sekedar kesopanan.
- b. Membicarakan orang lain yang diungkapkan dalam komunikasi hanyalah tentang orang lain atau 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, setiap hubungan yang menginginkan pertemuan antar pribadi yang sungguh-sungguh

haruslah didasarkan atas hubungan yang jujur terbuka dan menyaranakan perasaan yang mendalam.

- e. Hubungan puncak pengungkapan diri telah dilakukan secara mendalam, individu yang menjalin hubungan antar pribadi dapat menghayati perasaan yang dialami individu lainnya segala persahabatan yang mendalam dan sejati haruslah berdasarkan pada pengungkapan diri dan kejujuran yang mutlak.

### **2.3.2 Fungsi pengungkapan diri**

Menurut derlega dan Grzelak (dalam sears, dkk, 1988) ada lima fungsi pengungkapan diri yaitu:

- a. Ekspresi : dalam kehidupan ini kadang manusia mengalami suatu kekecewaan atau kekesalan baik itu yang menyangkut pekerjaan atau yang lainnya untuk membuang semua kekesalan ini biasanya akan merasa senang bila bercerita pada seorang teman yang sudah dipercaya dengan pengungkapan diri semacam ini manusia mendapat kesempatan untuk mengekspresikan perasaan kita.
- b. Penjernihan diri : dengan saling berbagi rasa serta menceritakan perasaan dan masalah yang sedang dihadapi kepada orang lain manusia agar dapat memperoleh penjelasan dan pemahaman orang lain akan masalah yang dihadapi sehingga pikiran akan menjadi lebih jernih dan dapat melihat duduk persoalannya dengan lebih baik
- c. Keabsahan Sosial : setelah selesai membicarakan masalah yang sedang dihadapi biasanya pendengar akan memberikan tanggapan

mengenai permasalahan tersebut sehingga dengan demikian akan mendapat suatu informasi yang bermanfaat tentang kebenaran akan pandangan kita. Kita dapat memperoleh dukungan atau sebaliknya

- d. Kendali social : seseorang dapat mengungkapkan atau menyembunyikan informasi tentang keadaan dirinya yang dimaksudkan untuk mengadakan control social misalnya orang akan mengatakan sesuatu yang dapat menimbulkan kesan baik tentang dirinya
- e. Perkembangan hubungan: saling berbagi rasa dan informasi tentang diri kita kepada orang lain serta saling mempercayai merupakan saran yang paling penting dalam usaha merintis suatu hubungan sehingga akan semakin meningkatkan derajat keakraban

### **2.3.3 Pedoman dalam pengungkapan diri**

Pengungkapan diri kadang menimbulkan bahaya atau resiko adanya penolakan atau dicemooh orang lain bahkan dapat menimbulkan kerugian material untuk itu kita harus mempelajari secara cermat konsekuensinya sebelum memutuskan untuk melakukan pengungkapan diri. menurut Devito,(1992) hal yang perlu dipertimbangkan dalam pengungkapan diri adalah sebagai berikut:

- a. Motivasi untuk melakukan pengungkapan diri : pengungkapan diri haruslah didorong oleh rasa berkepentingan terhadap hubungan dengan orang lain dan diri sendiri. sebab pengungkapan diri tidak hanya bersangkutan dengan diri kita saja tetapi juga bersangkutan

dengan orang lain, kadang keterbukaan yang kita ungkapkan dapat saja melukai perasaan orang lain.

- b. Kesesuaian dalam pengungkapan diri : dalam pengungkapan diri haruslah disesuaikan dengan keadaan lingkungan, pengungkapan diri haruslah dilakukan pada waktu dan tempat yang tepat
- c. Timbal balik dan orang lain : selama melakukan pengungkapan diri berikan lawan bicara kesempatan untuk melakukan pengungkapan dirinya sendiri, jika lawan bicara tidak melakukan pengungkapan diri juga maka ada kemungkinan bahwa orang tersebut tidak menyukai keterbukaan yang kita lakukan.

#### **2.3.4 Model Keterbukaan Diri ( Self Disclosure)**

Tingkat keterbukaan diungkapkan dengan model Johari Window. Dalam Johari Window diungkapkan, di dalam diri manusia terdapat empat sel/jendela/bagian. Setiap self mewakili bagian diri yang berbeda. Keempat self itu adalah open self, blind self, hidden self dan unknown self. Model ini menekankan bahwa jendela yang satu tidak terpisah dengan yang lain. Jika pada satu self terjadi pembesaran, maka self yang lain akan mengecil.

1. *Open self* merupakan bagian diri dimana informasi, perilaku, sifat, perasaan, keinginan, motif, ide dll. diketahui dengan baik, baik oleh diri kita sendiri maupun orang lain. Beberapa contoh informasi yang termasuk dalam bagian ini antara lain agama, jenis kelamin, warna kulit, ras, nama, hobi, status social, sikap terhadap politik dll.

2. *Blind self* adalah bagian yang menyajikan hal-hal tentang diri individu itu sendiri yang diketahui oleh orang lain tetapi diri individu itu sendiri tidak tahu. Ada orang lain yang hidungnya memerah ketika malu, atau ada pula yang tidak menyadari dirinya selalu mengucapkan kata-kata, ... gitu...gitu ketika berkomunikasi.
3. *Hidden self* merupakan bagian diri yang menyajikan tentang hal-hal yang diketahui oleh diri individu itu sendiri tetapi tidak diketahui oleh orang lain, yang disimpan hanya untuk diri sendiri. Hal-hal itu misalnya (tidak mutlak) kondisi keuangan yang buruk, rahasia sukses, masalah keluarga, masalah pribadi, kehidupan seks, kecemasan, rasa takut terhadap sesuatu.
4. *Unkonw self* merupakan bagian diri yang tidak diketahui baik oleh diri sendiri maupun orang lain. Sulit untuk mengetahui bagian ini, tapi kita harus sadar bahwa bagian ini memang ada dan nyata di dalam diri ini. Untuk meningkatkan mutu komunikasi, maka bagian open self perlu diperbesar dan bagian *blind self* perlu diperkecil. Hal ini dikarenakan memperbesar open self dapat meningkatkan kualitas komunikasi dan bagian blind self dapat menurunkan kualitas komunikasi.

### **2.3.5 Karakteristik Keterbukaan Diri dalam Antar Teman Sebaya**

Luft dalam Mulyana (2000: 19) menggambarkan beberapa ciri keterbukaan diri yang tepat. Lima ciri terpenting adalah sebagai berikut:

1. Merupakan fungsi dari suatu hubungan sedang berlangsung;
2. Dilakukan oleh kedua belah pihak;
3. Disesuaikan dengan keadaan yang berlangsung;
4. Berkaitan dengan apa yang terjadi saat ini pada dan antara orang-orang yang terlibat;
5. Ada peningkatan dalam penyingkapan, sedikit demi sedikit. Pada saat berinteraksi dengan orang lain dibutuhkan adanya sikap saling terbuka agar terjadi komunikasi yang efektif. Tetapi tidak setiap orang dapat terbuka dengan lawan bicaranya.

Menurut Brook dan Emmert (1997) dalam Rakhmat (2009: 136-137) menjelaskan karakteristik orang yang bersikap terbuka dikontraskan dengan orang yang bersikap tertutup (dogmatis) yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Sikap Terbuka :
  - a. Menilai pesan secara objektif dengan menggunakan data dan keajegan logika.
  - b. Membedakan dengan mudah, melihat nuansa, dsb.
  - c. Berorientasi pada isi.
  - d. Mencari informasi dari beberapa sumber.
  - e. Lebih bersifat profesional dan bersedia mengubah kepercayaannya.
  - f. Mencari pengertian yang tidak sesuai dengan rangkaian kepercayaan.

## 2. Sikap Tertutup :

- a. Menilai pesan berdasarkan motif-motif pribadi.
- b. Berpikir simplistik, artinya berpikir hitam-putih (tanpa nuansa).
- c. Bersandar lebih banyak pada sumber pesan daripada isi pesan.
- d. Mencari informasi tentang kepercayaan orang lain dari sumber sendiri, bukan dari sumber kepercayaan orang lain.
- e. Secara kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaan.
- f. Menolak, mengabaikan, dan mendistorsi pesan yang tidak konsisten dengan sistem kepercayaannya.

Berdasarkan karakteristik orang yang bersikap terbuka dan tertutup pada penjelasan di atas, maka yang dimaksudkan dari karakteristik orang yang bersikap terbuka sebagai berikut:

- a. Menilai pesan secara objektif dengan menggunakan data dan logika.

Orang yang bersikap terbuka dapat menilai pesan yang diterima secara logis (dapat diterima oleh akal) dan menilai pesan atau informasi yang diterima secara objektif atau tidak berdasarkan argumentasinya sendiri.

- b. Mampu membedakan dengan mudah dan melihat nuansa.

Orang yang bersikap terbuka memiliki kemampuan untuk melihat perbedaan dari informasi atau pesan yang disampaikan kepadanya, tidak langsung menyalahkan atau membenarkan informasi yang diterima tetapi diselidiki dahulu informasi tersebut.

Orang yang bersikap terbuka bisa memahami situasi dan kondisi yang tepat bagi mereka untuk membuka diri pada orang lain.

c. Berorientasi pada isi.

Bagi orang yang bersikap terbuka akan melihat informasi yang diberikan mengenai “apa” yang diinformasikan, daripada “siapa” yang menyampaikan atau menginformasikan hal tersebut.

d. Berusaha mencari informasi dari berbagai sumber.

Orang yang terbuka akan menerima saran dan kritik dari orang lain untuk memperbaiki kekurangan dalam dirinya. Selain itu ia juga akan mencari informasi dari sumber-sumber yang lain sebagai bahan pertimbangan untuk mengambil keputusan dan membantu menyelesaikan masalahnya.

e. Lebih bersifat provisional dan bersedia mengubah keyakinan.

Orang yang bersikap terbuka tidak akan bersikeras atau kaku terhadap apa yang dianggapnya benar. Ia akan bersedia mengubah pendapat atau keyakinannya jika memang tidak sesuai dengan nilai atau kebenaran. Bersifat provisional berarti seseorang bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah posisi jika keadaan mengharuskan.

f. Mencari pengertian pesan yang tidak sesuai dengan kepercayaan.

Orang yang bersikap terbuka akan menerima masukan atau pendapat dari orang lain untuk menemukan kebenaran. Selain itu apabila ia menemukan benturan terhadap apa yang diyakini, orang yang bersikap terbuka akan dapat menerima hal tersebut.

Sedangkan penjelasan tentang karakteristik orang yang bersikap tertutup atau dogmatis sebagai berikut:

a. Menilai pesan berdasarkan motif-motif pribadi

Orang yang mempunyai sikap dogmatis menilai pesan berdasarkan desakan dari dalam dirinya. Rokeach (dalam Rakhmat, 2007: 137) mengemukakan desakan tersebut antara lain kebiasaan, kepercayaan, petunjuk perseptual, motif ego irasional, hasrat berkuasa dan kebutuhan untuk membesarkan diri.

b. Berpikir simplistis, artinya berpikir hitam-putih.

Orang yang bersikap dogmatis hanya memandang sesuatu dari benar dan salah saja, tidak ada setengah benar atau setengah salah sehingga tidak mau tahu dengan kondisi yang melatarbelakangi suatu hal.

c. Bersandar lebih banyak pada sumber pesan daripada isi pesan.

Orang yang bersikap tertutup melihat pesan berdasarkan siapa orang yang menyampaikan, tidak melihat dari isi pesan yang disampaikan.

d. Mencari informasi tentang kepercayaan orang lain dari sumbernya sendiri, bukan dari sumber kepercayaan orang lain.

Orang yang mempunyai sikap dogmatis hanya mempercayai sumber mereka sendiri. Mereka tidak akan meneliti tentang sesuatu atau orang lain dari sumber yang lain.

e. Secara kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaannya.

Orang dogmatis menerima kepercayaannya secara mutlak, yakni memegang teguh dan mempertahankan setiap jengkal dari wilayah kepercayaannya sampai titik penghabisan.

- f. Menolak, mengabaikan, mendistorsi, dan menolak pesan yang tidak konsisten dengan sistem kepercayaannya.

Orang dogmatis tidak tahan hidup dalam suasana inkonsisten. Ia menghindari kontradiksi atau benturan gagasan. Informasi yang tidak konsisten dengan desakan dari dalam dirinya akan ditolak, didistorsi, atau tidak dihiraukan sama sekali.

Keterbukaan diri yang baik pada individu tidak hanya dilakukan oleh satu pihak atau dari satu sisi saja, namun harus ada saling memberikan dan menerima keterbukaan, sesuai dengan pendapat Johnson (dalam Supratiknya, 1995: 14) berpendapat bahwa pembukaan diri memiliki dua sisi yaitu bersikap terbuka kepada yang lain dan bersikap terbuka bagi yang lain. Gambaran dari karakteristik keterbukaan diri dari dua sisi ialah:

1. Terbuka kepada orang lain Orang yang dapat terbuka kepada orang lain cenderung lebih dulu menyadari dirinya sendiri dalam arti memahami siapa dirinya dan seperti apa dirinya. Menyadari diri sendiri ditunjukkan dengan penerimaan terhadap diri sendiri, yaitu jujur dalam menerima semua kekuatan dan kemampuan yang dimiliki serta tentu saja menerima kekurangan yang dimiliki dengan bersikap jujur, autentik, dan tulus dalam pembukakan diri.

Penerimaan terhadap diri sendiri mendorong seseorang untuk dapat mempercayai bahwa orang lain mau menerima dan mendukung dirinya, bekerja sama dengan dirinya, serta bersikap terbuka dengan dirinya. Seseorang yang terbuka kepada orang lain dapat membagikan aneka gagasan dan perasaan yang dimiliki serta membiarkan orang lain mengetahui siapa dirinya.

## 2. Terbuka bagi yang lain

Terbuka bagi yang lain mempunyai arti bahwa seseorang mau mendengarkan dan memperhatikan apa yang disampaikan orang lain. Sikap tersebut diawali dengan menyadari orang lain terlebih dahulu, memahami siapa dan seperti apa diri orang lain tersebut. Seseorang menerima orang lain dengan cara menyadari aneka kekuatan dan kemampuan serta kekurangan yang dimiliki orang lain sehingga orang lain percaya pada dirinya karena orang lain merasa bahwa ada yang mau menerima dan mendukungnya. Dampaknya orang lain mau bekerja sama dan bersedia membuka diri sehingga dapat menunjukkan perhatian pada aneka gagasan dan perasaan orang lain. Penelitian ini mengadaptasi dan memodifikasi dari pendapat Rakhmat dan Johnson tentang karakteristik keterbukaan diri yang dalam penelitian ini dikaitkan dalam komunikasi antar teman sebaya sehingga menjadi karakteristik keterbukaan diri dalam komunikasi antar teman sebaya. Karakteristik keterbukaan diri yang diangkat dalam penelitian ini adalah bersikap objektif, bersikap profesional, memahami diri

sendiri, memahami orang lain, menerapkan sikap percaya dan menerapkan sikap terbuka. Karakteristik keterbukaan diri dalam komunikasi antar teman sebaya ini sebagai indikator dalam penelitian ini.

### **2.3.6 Faktor-faktor Keterbukaan Diri**

Menurut Devito dalam Sugiyo (2005: 14) keterbukaan adalah antara komunikator dengan komunikan harus saling terbuka, selain itu merespon secara spontan dan tanpa alasan terhadap komunikasi yang sedang berlangsung termasuk mengandung unsur terbuka. Oleh karena itu ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang dapat terbuka. Devito (2011: 65-67) mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri antara lain: efek diadik, besar kelompok, topik, valensi, gender, penerima hubungan dan kepribadian. Adapun penjelasan dari faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri adalah sebagai berikut:

#### **1. Efek diadik**

Individu akan melakukan keterbukaan diri bila orang yang bersamanya juga melakukan keterbukaan diri. Hal ini dikarenakan efek diadik membuat seseorang merasa aman dan dapat memperkuat seseorang untuk melakukan keterbukaan diri.

#### **2. Besar Kelompok**

Keterbukaan diri dianggap lebih efektif bila berada dalam situasi kelompok kecil dibandingkan kelompok besar, karena dalam

kelompok kecil interaksi anggota kelompok lebih mudah dan cepat mendapat respon ataupun umpan balik dari orang lain.

3. Topik

Individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya topik yang bersifat pribadi dan informasi yang kurang baik akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.

4. Gender atau Jenis Kelamin

Keterbukaan diri cenderung dimiliki oleh wanita dari pada pria. Wanita lebih senang lekas membagikan informasi tentang dirinya ataupun orang lain. Sebaliknya pria lebih senang diam atau memendam sendiri permasalahannya dari pada membeberkan kepada orang lain.

5. Kompetensi

Keterbukaan dianggap berhasil apabila seseorang memahami betul terhadap apa yang diinformasikan, baik positif maupun negatifnya karena hal itu sangat menentukan dalam perkembangan selanjutnya.

6. Penerima Hubungan

Keterbukaan diri dianggap berhasil bila ada umpan balik dari pendengar informasi. Pria cenderung lebih terbuka kepada teman-temannya dari pada kepada orang tuanya karena merasa memiliki satu tujuan. Sebaliknya wanita lebih suka terbuka kepada orang

tuanya atau teman prianya karena dianggap mampu memberikan perlindungan.

#### 7. Kepribadian

Individu dengan kepribadian *ekstrovert* dan nyaman dalam berkomunikasi lebih banyak melakukan keterbukaan diri dari pada individu dengan kepribadian *introvert* dan kurang berani dalam berbicara.

Individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya topik yang bersifat pribadi dan informasi yang kurang baik akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.

#### 8. Gender atau Jenis Kelamin

Keterbukaan diri cenderung dimiliki oleh wanita dari pada pria. Wanita lebih senang lekas membagikan informasi tentang dirinya ataupun orang lain. Sebaliknya pria lebih senang diam atau memendam sendiri permasalahannya dari pada membeberkan kepada orang lain.

#### 9. Kompetensi

Keterbukaan dianggap berhasil apabila seseorang memahami betul terhadap apa yang diinformasikan, baik positif maupun negatifnya karena hal itu sangat menentukan dalam perkembangan selanjutnya.

#### 10. Penerima Hubungan

Keterbukaan diri dianggap berhasil bila ada umpan balik dari pendengar informasi. Pria cenderung lebih terbuka kepada teman-temannya dari pada kepada orang tuanya karena merasa memiliki satu tujuan. Sebaliknya wanita lebih suka terbuka kepada orang tuanya atau teman prianya karena dianggap mampu memberikan perlindungan.

#### 11. Kepribadian

Individu dengan kepribadian *ekstrovert* dan nyaman dalam berkomunikasi lebih banyak melakukan keterbukaan diri dari pada individu dengan kepribadian *introvert* dan kurang berani dalam berbicara.

Pada taraf ini masing-masing individu sudah berani mengungkapkan perasaanya dan sudah berani untuk bersikap jujur, terbuka terhadap lawan bicaranya, dan berani menanggung resiko bila kelemahan dan kelebihanya diketahui orang lain. Isi pembicaraannya biasanya mengenai masalah yang dialami masing-masing individu atau salah satu individu yang diceritakan pada lawan bicaranya, sehingga hubungan individu semakin akrab.

#### 12. Taraf Pertama adalah hubungan puncak

Pada taraf ini komunikasi ditandai dengan kejujuran, keterbukaan, dan saling percaya diantara kedua belah pihak. Tidak ada lagi gejala rasa takut dan cemas diantara masing-masing. Individu

bebas mengungkapkan perasaannya, dan biasanya antar individu ini memiliki kesamaan dalam banyak hal.

### **2.3.6 Manfaat Keterbukaan Diri**

Keterbukaan diri dengan teman sebaya memiliki peranan penting karena dalam hal ini keterbukaan diri dengan teman sebaya dapat mengungkapkan apa yang diinginkan masing-masing individu. Menurut Sugiyono (2005: 89-90) manfaat keterbukaan diri yaitu informasi tentang diri sendiri, kemampuan untuk mengatasi masalah, komunikasi efektif, hubungan penuh makna, dan kesehatan mental. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

#### **1. Informasi tentang diri sendiri**

Dengan terbuka pada orang lain kita mendapat perspektif baru tentang diri kita, lebih memahami perilaku kita. Atau dapat juga digunakan untuk menyanyakan pada diri kita sendiri, misalnya “Siapa saya”, jawaban terhadap pertanyaan tersebut memberikan dampak pada kita semakin mengerti tentang diri kita.

#### **2. Kemampuan untuk mengatasi masalah**

Salah satu ketakutan yang terbesar adalah terbongkarnya masa lalu kita yang kelam, tetapi dengan keterbukaan perasaan-perasaan seperti itu dan mendapat dukungan maka akan membantu kita mengatasi masalah tersebut. Kita menerima diri kita melalui cara pandang orang lain terhadap kita, jika kita merasa orang lain akan menolak kita maka kita akan menolak diri kita juga.

### 3. Komunikasi efektif

Dengan adanya keterbukaan diantara orang yang berkomunikasi maka kita akan lebih memahami apa yang dimaksud dalam pembicaraan. Disamping itu komunikasi akan menjadi efektif apabila orang yang berkomunikasi sudah saling mengenal dengan baik.

### 4. Hubungan penuh makna

Dengan keterbukaan kita percaya pada orang lain, menghargai mereka, peduli dengan mereka. Hal ini akan berbalik pada kita, orang lain pun akan demikian dengan kita. Penelitian oleh Tracy Schmidt & Randolph Cornelius dalam De Vito (1989) dalam menemukan bahwa keterbukaan membawa pada hubungan yang bermakna.

### 5. Kesehatan mental

Penelitian oleh James Pennebaker dalam de Vito (1989) dalam (Sugiyono: 2005: 90) menggambarkan bahwa orang yang terbuka akan terhindar dari penyakit yang disebabkan oleh stres, hal ini sejalan dengan suatu pendapat orang yang mempunyai masalah kemudian menceritakan pada teman akrabnya (proses katarsis) maka orang tersebut akan merasa lega dan merasa semua persoalan yang dihadapi sudah terpecahkan dan pada gilirannya merasa lega serta menjadi lebih rileks dalam menghadapi kehidupan.

## **2.4 Konsep HIV/AIDS**

AIDS adalah singkatan dari Acquired Immune Deficiency Syndrome, yaitu sekumpulan gejala yang didapatkan dari penurunan kekebalan tubuh akibat kerusakan system imun yang disebabkan oleh infeksi HIV.

HIV adalah singkatan dari Human Immunodeficiency Virus, yaitu virus yang menyerang sel CD4 dan menjadikannya tempat berkembang biak, kemudian merusaknya sehingga tidak dapat digunakan lagi. Sebagaimana kita ketahui bahwa sel darah putih sangat diperlukan untuk sistem kekebalan tubuh. Tanpa kekebalan tubuh maka ketika tubuh kita diserang penyakit, tubuh kita lemah dan tidak berupaya melawan jangkitan penyakit dan akibatnya kita dapat meninggal dunia meski terkena influenza atau pilek biasa. Manusia yang terkena virus HIV, tidak langsung menderita penyakit AIDS, melainkan diperlukan waktu yang cukup lama bahkan bertahun-tahun bagi virus HIV untuk menyebabkan AIDS atau HIV positif yang mematikan.

### **2.4.1. CARA PENULARAN**

Penularan AIDS dapat dibagi dalam 2 jenis, yaitu :

#### **a. Secara Kontak Seksual**

##### **1. Ano-Genital**

Cara hubungan seksual ini merupakan perilaku seksual dengan resiko tertinggi bagi penularan HIV, khususnya bagi kaum mitra seksual yang pasif menerima ejakulasi semen dari pengidap HIV.

##### **2. Ora-Genital**

Cara hubungan ini merupakan tingkat resiko kedua, termasuk menelan semen dari mitra seksual pengidap HIV.

### 3. Genito-Genital / Heteroseksual

Penularan secara heteroseksual ini merupakan tingkat penularan ketiga, hubungan suami istri yang mengidap HIV, resiko penularannya, berbeda-beda antara satu peneliti dengan peneliti lainnya.

#### **b. Secara Non seksual**

Penularan secara non seksual ini dapat terjadi melalui :

##### 1. Transmisi Parental

Penggunaan jarum dan alat tusuk lain (alat tindik, tatto) yang telah terkontaminasi, terutama pada penyalahgunaan narkotik dengan mempergunakan jarum suntik yang telah tercemar secara bersama-sama. Penularan parental lainnya, melalui transfusi darah atau memakai produk dari donor dengan HIV positif, mengandung resiko yang sangat tinggi.

##### 2. Transmisi Transplasental

Transmisi ini adalah penularan dari ibu yang mengandung HIV positif ke anak, mempunyai resiko sebesar 50%. Disamping cara penularan yang telah disebutkan di atas ada transmisi yang belum terbukti, antara lain:

1. ASI
2. Saliva/Air liur
3. Air mata
4. Hubungan sosial dengan orang serumah
5. Gigitan serangga

Walaupun cara-cara transmisi di atas belum terbukti, akan tetapi karena prevalensi HIV telah demikian tingginya di Amerika Serikat, maka tetap dianjurkan :

1. Ibu yang mengidap supaya tidak menyusui bayinya.
2. Mengurangi kontaminasi saliva pada alat seduditasi pada saat berciuman dan pada anak-anak yang mengidap HIV yang menderita gangguan jiwa dan sering digigit serangga.
3. Bagi dokter ahli mata dianjurkan untuk lebih berhati-hati berhubungan dengan air mata pengidap HIV.

Perlu diketahui AIDS tidak menular karena :

1. Hidup serumah dengan penderita AIDS ( asal tidak mengadakan hubungan seksual )
2. Bersentuhan dengan penderita.
3. Berjabat tangan.
4. Penderita AIDS bersin atau batuk di dekat kita.
5. Bersentuhan dengan pakaian atau barang lain dari bekas penderita.
6. Berciuman pipi dengan penderita.
7. Melalui alat makan dan minum.
8. Gigitan nyamuk dan serangga lainnya.
9. Bersama-sama berenang di kolam.

### 2.4.2. TAHAPAN INFEKSI HIV

Masa Inkubasi penyakit ini belum diketahui secara pasti. Dalam beberapa literatur di katakan bahwa melalui transfusi darah masa inkubasi kira-kira 4,5 tahun, sedangkan pada penderita homoseksual 2-5 tahun, pada anak- anak rata – rata 21 bulan dan pada orang dewasa 60 bulan.

Ada beberapa Tahapan ketika mulai terinfeksi virus HIV sampai timbul gejala AIDS:

#### **Tahap 1: Periode Jendela**

- a. HIV masuk ke dalam tubuh, sampai terbentuknya antibody terhadap H IV dalam darah.
- b. Tidak ada tanda2 khusus, penderita HIV tampak sehat dan merasa sehat.
- c. Test HIV belum bisa mendeteksi keberadaan virus ini
- d. Tahap ini disebut periode jendela, umumnya berkisar 2 minggu – 6 bulan

#### **Tahap 2: HIV Positif (tanpa gejala) rata-rata selama 5-10 tahun:**

- a. HIV berkembang biak dalam tubuh
- b. Tidak ada tanda-tanda khusus, penderita HIV tampak sehat dan merasa sehat
- c. Test HIV sudah dapat mendeteksi status HIV seseorang, karena telah terbentuk antibody terhadap HIV

- d. Umumnya tetap tampak sehat selama 5-10 tahun, tergantung daya tahan tubuhnya (rata-rata 8 tahun di negara berkembang lebih pendek)

**Tahap 3: HIV Positif (muncul gejala)**

- a. Sistem kekebalan tubuh semakin turun
- b. Mulai muncul gejala infeksi oportunistik, misalnya: pembengkakan kelenjar limfa di seluruh tubuh, diare terus menerus, flu, dll
- c. Umumnya berlangsung selama lebih dari 1 bulan, tergantung daya tahan tubuhnya

**Tahap 4: AIDS**

- a. Kondisi sistem kekebalan tubuh sangat lemah
- b. Berbagai penyakit lain (infeksi oportunistik) semakin parah

**2.4.3. GEJALA**

Terdapat 5 stadium penyakit AIDS, yaitu

1. Gejala awal stadium infeksi yaitu :
  - Demam.
  - Kelemahan.
  - Nyeri sendi menyerupai influenza.
  - Nyeri tenggorok.
  - Pembesaran kelenjaran getah bening.
2. Stadium tanpa gejala  
 Stadium dimana penderita nampak sehat, namun dapat merupakan sumber penularan infeksi HIV.

### 3. Gejala stadium 2-3

- Demam lebih dari 38°C secara berkala atau terus.
- Menurunnya berat badan lebih dari 10% dalam waktu 3 bulan
- Pembesaran kelenjar getah bening.
- Diare mencret yang berkala atau terus menerus dalam waktu yang lama tanpa sebab yang jelas.
- Kelemahan tubuh yang menurunkan aktifitas fisik.
- Keringat malam.

### 4. Gejala AIDS

Gejala klinis utama yaitu terdapatnya kanker kulit yang disebut Sarkoma Kaposi (kanker pembuluh darah kapiler) juga adanya kanker kelenjar getah bening.

Terdapat infeksi penyakit penyerta misalnya pneumonia, pneumocystis, TBC, serta penyakit infeksi lainnya seperti toksoplasmosis dsb.

### 5. Gejala gangguan susunan saraf

- Lupa ingatan
- Kesadaran menurun
- Perubahan Kepribadian
- Gejala–gejala peradangan otak atau selaput otak
- Kelumpuhan

Umumnya penderita AIDS sangat kurus, sangat lemah dan menderita infeksi. Penderita AIDS selalu meninggal pada waktu singkat (rata-

rata 1-2 tahun) akan tetapi beberapa penderita dapat hidup sampai 3 atau 4 tahun.

#### **2.4.4. PENCEGAHAN**

Upaya pencegahan yang dapat di lakukan adalah :

1. Pencegahan penularan melalui jalur non seksual :
  - a. Transfusi darah cara ini dapat dicegah dengan mengadakan pemeriksaan donor darah sehingga darah yang bebas HIV saja yang ditransfusikan.
  - b. Penularan AIDS melalui jarum suntik oleh dokter paramedis dapat dicegah dengan upaya sterilisasi yang baku atau menggunakan jarum suntik sekali pakai.

2. Pencegahan penularan melalui jalur seksual

Pencegahan ini dapat dilakukan dengan pendidikan/penyuluhan yang intensif yang ditujukan pada perubahan cara hidup dan perilaku seksual, serta bahayanya AIDS pada usia remaja sampai usia tua. Dan yang utama adalah dengan memperdalam agama Islam yang benar, sehingga menjadi manusia yang bertaqwa menjalankan perintah Allah serta menjauhi larangan Allah dengan ikhlas dan benar. Jika ini terwujud, maka manusia kan selamat dunia akhirat, tidak hanya terhindar dari penyakit AIDS ini akan tetapi mendapatkan kebaikan yang lebih besar daripada itu.

## **2.5. Konsep self disclosure (pengungkapan diri) pasien HIV/AIDS**

Pengungkapan diri adalah proses dimana seseorang yang mengidap HIV menyatakan pada orang lain mengenai status HIVnya. Hal ini bisa menyangkut pasangan, anggota keluarga yang lain termasuk anak-anaknya, teman-teman, teman sekerja, dan anggota komunitasnya.

Pengungkapan diri adalah langkah pertama untuk pencegahan sebab hal tersebut dapat membuka diskusi tentang perilaku sex yang aman dan penggunaan kondom diantara pasangan dimana seorang telah didiagnosa terkena HIV positif. Akan tetapi pengungkapan diri itu adalah masalah yang sangat sensitif karena terdapat stigma dan diskriminasi yang pernah dialami oleh orang yang mengidap HIV.

Sekali seseorang menyadari dirinya terinfeksi HIV mereka menghadapi kesulitan untuk memutuskan tentang siapa yang hendak diberitahu. Jika mereka memilih untuk mengungkapkan diri, mereka akan merenungkan dan berpikir mengenai masalah itu dengan hati-hati, keputusannya akan berakibat besar pada mereka dan pada semua orang disekitarnya,

Pengungkapan diri dapat membantu seseorang menerima status HIVnya dan mengurangi stress yang melingkupi dirinya. Hal ini dapat juga membantu seseorang untuk menyalurkan bantuan dan perhatiannya.

Akan tetapi masih banyak terdapat stigma yang melekat pada HIV/AIDS. Ini berarti bahwa pengungkapan diri kadang-kadang mendapat konsekwensi yang negatif. Pengungkapan diri dapat menyebabkan kesulitan dalam hubungan antar sesama, baik dengan pasangan seksual, keluarga dan teman-teman, anggota komunitas ataupun teman sekerja. Mereka merasa tertolak dan merasa dihakimi.

Beberapa konsekwensi atau akibat dari tidak mengungkapkan diri. Kadang-kadang dirasakan bahwa terlalu banyak kehilangan apabila mengungkapkan diri, tetapi tidak mengungkapkan diri dapat juga berakibat besar bagi orang yang mengidap HIV dan orang-orang terdekatnya.

- a. Kurangnya dukungan – keluarga dan teman-teman mungkin tidak memberikan dukungan yang diperlukan dan orang yang bersangkutan harus berurusan sendiri dengan segala-galanya.
- b. Resiko – menempatkan orang lain pada resiko terinfeksi, terutama pasangan seksual dan menambah resiko terinfeksi kembali pada diri sendiri.
- c. Kurangnya perawatan – ODHA mungkin tidak dapat mengakses perawatan medis yang memadai, penyuluhan atau dukungan kelompok jika mereka tidak membuka tentang statusnya.
- d. Kecurigaan – masyarakat mungkin akan curiga pada kegiatan ODHA karena mereka tidak mengerti tentang status HIV mereka.

ODHA tidak perlu terburu-buru dalam pengungkapan diri – karena hal tersebut adalah keputusan yang penting.

Saran-saran untuk mengajak seseorang untuk mempertimbangkan pengungkapan diri.

- a. Sediakan waktu untuk berpikir mengenai keputusan anda dan yakinkan diri anda bahwa apa yang anda putuskan adalah apa yang anda inginkan.
- b. Diskusikan semua keberatan anda mengenai status pengungkapan diri anda.

- c. Menilai semua sumber-sumber dari dukungan sosial yang tersedia bagi anda.
- d. Stimulasi dan latihan dapat membantu anda untuk menyiapkan peristiwa pengungkapan diri tersebut.
- e. Buatlah rencana pada siapa anda akan menceritakan dan kapan.

Pada siapa sebaiknya mengungkapkan diri

- a. Sahabat karib
- b. Salah satu orang tua
- c. Teman sekerja
- d. Pasangan seksual atau lawan jenis yang menjadi teman baik.

Akan sangat sulit untuk menceritakan pada seseorang mengenai status HIV. Akan memakan waktu yang lama sebelum memutuskan untuk mengungkapkan status HIV anda. Beberapa orang akan memilih untuk tidak menceritakan statusnya. Orang pertama yang diberitahu sebaiknya BUKAN pasangan seksualnya. Apa keuntungan dan kerugian dalam mengungkapkan diri.

#### **2.5.1. Keuntungan:**

- a. Mendapat seseorang yang dapat diajak berbicara.
- b. Dapat berbagi pada waktu yang sulit.
- c. Jangan merasa terisolasi.
- d. Mendapat dukungan pada saat perawatan.
- e. Pada saat perawatan anda tidak perlu menyembunyikan obat – obatan.

### 2.5.2. Kerugian

- a. Orang tersebut mungkin bisa menghakimi
- b. Orang tersebut mungkin akan menceritakan pada orang lain
- c. Orang tersebut mungkin akan marah sekali
- d. Orang tersebut mungkin tidak memberi dukungan
- e. Orang tersebut mungkin takut dirinya terinfeksi
- f. Orang tersebut mungkin akan menyalahkan anda dan marah
- g. Orang tersebut akan meninggalkan anda

Sangatlah penting untuk mengetahui keduanya baik pada keuntungan-keuntungan dan kerugian-kerugian dari pengungkapan diri tersebut.

Kerugian-kerugian dapat lebih berat pada perempuan karena mereka dapat disalahkan, atau sangat mungkin dianiaya atau ditinggalkan.

Langkah-langkah yang perlu dipersiapkan sebelum mengungkapkan diri:

- a. Mulai dengan mengatakan bahwa anda mempunyai sesuatu yang hendak diceriterakan padanya dan tanyakan namanya (jika saat itu waktu yang baik untuk berbicara).
- b. Persilakan untuk sama-sama duduk.
- c. Katakan secara jelas dan sederhana apa yang dia ingin katakan: mis; Saya pergi kerumah sakit minggu lalu dan mereka menyarankan saya agar menjalani test HIV. Hasilnya positif.
- d. Berilah waktu untuk meresapkan/dapat menerima berita itu. Suasana hening dapat membantu.

- e. Tanyakan , jika dia ingin mengatakan sesuatu atau mengajukan pertanyaan.
- f. Jawablah pertanyaan-pertanyaan jika anda bisa
- g. Berikan beberapa informasi tentang HIV meliputi pengobatan dan pengobatan oleh pusat kesehatan.
- h. Katakan kepadanya bahwa ada ART di klinik, jika dia ingin bertanya lagi.
- i. Jelaskan bahwa adalah suatu ide yang baik jika dia bersedia di test.
- j. Tawarkan pergi bersamanya untuk memenuhi suatu janji “appointment”.

### **2.5.3. Berbagi rahasia**

Berbagi rahasia artinya: informasi tentang pasien tidak dapat diberikan kepada seseorang diluar tim staf klinis HIV.

Informasi hanya diberikan kepada orang-orang yang terlibat langsung dalam pengobatan pasien diluar tim kesehatan (pasangan, anggota keluarga) tanpa seijin pasien.

Selain mencatat informasi pasien terhadap kolega-koleganya, bekerja sebagai suatu tim harus meliputi :

- a. Memberikan pengobatan yang paling baik
- b. Menghindari duplikasi
- c. Menghindari ketergantungan berlebihan kepada petugas
- d. Melindungi pasien.

Tim kesehatan perlu menetapkan cara-cara kerja yang mendukung terjadinya berbagi informasi dengan menghormati hak-hak individu pasien. Ini merupakan gambaran dari berbagi rahasia.

Beberapa contoh cara-cara tim kesehatan menggunakan berbagi rahasia, meliputi:

- a. Membuat dokumentasi dan registrasi
- b. Menyerahkan hasilnya setelah selesai bertugas
- c. Catatan-catatan pasien dan dokumentasi
- d. Konferensi kasus
- e. Menyerahkan ke bagian lain dari rumah sakit.

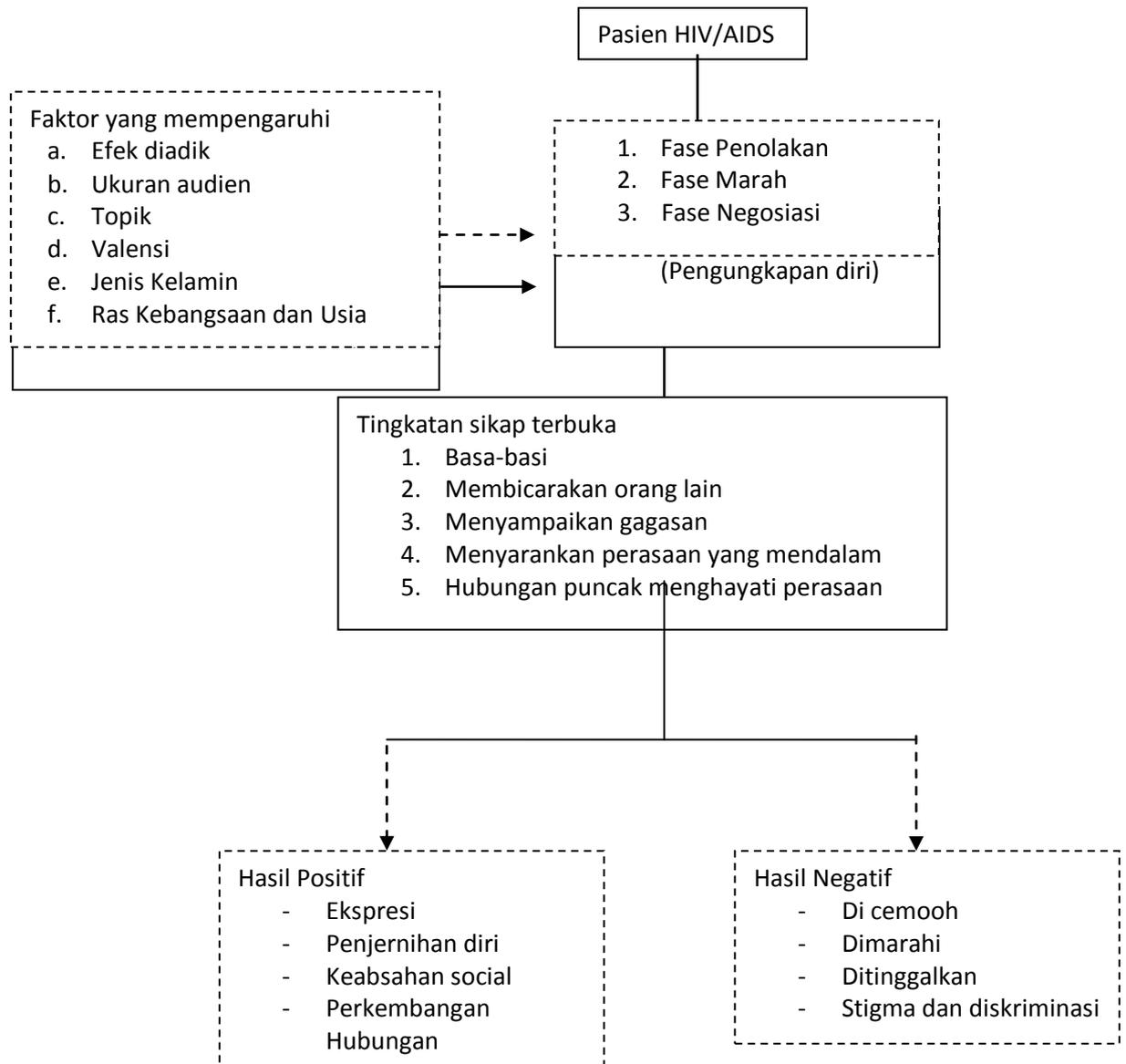
Akan tetapi kerahasiaan (confidentiality) selalu dirusak oleh :

- a. Pasien berdiskusi didepan pasien lain
- b. Pasien menceritakan sakitnya di tempat umum.
- c. Pasien mengajukan pertanyaan-pertanyaan pribadi di umum.
- d. Dokumen dan catatan-catatan tertinggal, sehingga pasien lain dapat membacanya.
- e. Mendiskusikan tentang pasien melalui telepon, sehingga orang lain mendengarnya.
- f. Pasangan dan anggota keluarga berbicara tentang pasien, tanpa ijin pasien.

Tim-tim staf perlu bekerja bersama-sama menetapkan pekerjaan yang meliputi berbagi rahasia (sebagai dasar kerjasama dengan pasien). Pengelola dan tim tetap perlu meninjau pekerjaan ini dan menjamin pasien menjadi patuh. Pekerjaan yang buruk perlu ditegur

bilamana dijumpai. Berbagi rahasia tidak mudah dicapai dan membutuhkan perhatian dan pemantauan yang terus menerus.

## 2.6. Kerangka Konseptual



Keterangan :

— = Variabel yang diteliti

--- = Variabel yang tidak diteliti

Sumber : Modifikasi teori Soetjiningsih, 2004

## 2.7. Hipotesis

Ada pengaruh *peer group* (teman sebaya) terhadap kemampuan *self disclosure* (pengungkapan diri) pasien HIV/AIDS diwilayah kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya