

Menurut Jourard dan Lasakow (1958), pengungkapan diri yaitu menceritakan yang sebelumnya tidak diketahui sehingga menjadi pengetahuan yang dibagi yakni proses membuat diri sendiri untuk diketahui orang lain (dalam Joinson & Paine, 2007).

Jourard, (1971), pengungkapan diri mengacu pada ekspresi lisan yang mana seseorang mengungkapkan aspek dirinya sendiri kepada orang lain (dalam Barak & Gluck-Ofri, 2007).

Derlega, dkk (2008) *self-disclosure* adalah transaksi yang terjadi antara dua orang atau lebih dalam peran “pengungkapan” dan “penerima pengungkapan” atau “pendengar” pada tingkat kognitif, emosional, dan perilaku. Apa, kapan dan bagaimana keterbukaan diri terjadi pada satu kesempatan atau dari waktu ke waktu berpengaruh dan dipengaruhi oleh interaksi dan atau hubungan yang terbentang antara peserta.

Altman dan Taylor (1973), mengemukakan bahwa *self-disclosure* merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang bertujuan untuk mencapai hubungan yang akrab. Sedangkan Person (1987) mengartikan *self-disclosure* sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain secara sukarela dan disengaja untuk maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya. (dalam Gainau 2009).

Johnson (1997, dalam Ndoen, 2009), mendefinisikan pengungkapan diri sebagai pengutaraan kepada orang lain tentang bagaimana individu bereaksi terhadap situasi saat ini dan bagaimana dia memberikan informasi tentang masa lalu secara relevan, sehingga orang lain dapat memahami tindakan yang diambil saat ini. Selanjutnya Fattah (2008), mengatakan pengungkapan diri dapat diartikan sebagai pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi yang diberikan tersebut dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, dan lain sebagainya. Pengungkapan diri haruslah di landasi dengan kejujuran dan keterbukaan dalam memberikan informasi, atau dengan kata lain apa yang disampaikan kepada orang lain hendaklah bukan merupakan suatu topeng pribadi atau kebohongan belaka sehingga hanya menampilkan sisi yang baik saja (Fattah, dalam Ndoen, 2009).

Aranda (2006) mengungkapkan banyak hal yang dapat diungkapkan tentang diri melalui ekspresi wajah, sikap tubuh, pakaian, nada suara, dan melalui isyarat-isyarat nonverbal lainnya yang tidak terhitung jumlahnya meskipun banyak diantara perilaku tersebut tidak disengaja, namun, penyingkapan diri yang sesungguhnya adalah perilaku yang disengaja. Pengungkapan diri tidak hanya merupakan bagian integral dari komunikasi dua orang,

mengenal kita bukan melalui sejarah masa lalu kita tapi melalui pemahaman mereka tentang bagaimana kita bersikap.

- 4) Pada tahap awal suatu hubungan, pengungkapan diri perlu saling berbalasan. Jumlah pengungkapan diri yang kita lakukan akan mempengaruhi jumlah pengungkapan diri yang dilakukan oleh orang lain.

Menurut Margiantari (2012), karakteristik *self-disclosure* antara lain:

- 1) Muncul dalam hubungan pasangan atau satu lawan satu.
- 2) Keterbukaan diri berlangsung simetrikal.
- 3) Keterbukaan diri muncul bertahap.
- 4) Keterbukaan diri muncul dalam hubungan yang positif.
- 5) Keterbukaan diri dilandasi oleh rasa '*trust*' atau percaya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan karakteristik dari *self-disclosure* antara lain muncul dalam hubungan pasangan atau satu lawan satu, keterbukaan diri berlangsung simetrikal, bertahap, dalam hubungan yang positif, dilandasi oleh rasa '*trust*' atau percaya

- c) Bayi dalam kandungan terkena radiasi secara langsung.
 - d) Ibu yang sedang mengandung mengalami trauma (kecelakaan) yang dapat mengakibatkan terganggunya pembentukan sistem saraf pusat.
- 2) Faktor keturunan
- 3) Usia ibu pada saat hamil
- 4) Pendarahan pada waktu hamil
- 5) Keguguran yang dialami ibu
- 6) Saat kelahiran
- a) Akibat proses kehamilan yang terlalu lama sehingga bayi kekurangan oksigen. Kekurangan oksigen dapat menyebabkan terganggunya sistem metabolisme dalam otak bayi, akibatnya jaringan otak mengalami kerusakan.
 - b) Pemakaian alat bantu, seperti yang pada saat proses melahirkan dapat merusak jaringan saraf otak bayi.
 - c) Pemakaian obat bius yang berlebihan pada ibu yang melahirkan dengan Caesar dapat memengaruhi sistem persarafan ataupun fungsinya.
- 7) Setelah kelahiran
- a) Kecelakaan atau trauma kepala, amputasi.
 - b) Infeksi penyakit yang menyerang otak.

Murtie (2014) menjelaskan beberapa ciri-ciri yang khas secara fisik dan psikologis pada penyandang tunadaksa, yaitu:

- 1) Mengalami hambatan dari segi fisik, baik di salah satu atau beberapa bagian tubuh. Misalnya memiliki kelemahan pada kaki, tangan, jari-jari, atau bagian tubuh lainnya.
- 2) Mengalami hambatan dalam faktor motorik, baik untuk berpindah tempat, bergerak, berjalan, ataupun kurang bisa mengontrol koordinasi tubuhnya. Penyandang *cerebral palsy* sering kali melakukan gerakan ritmis yang bisa saja beranjak menjadi kekakuan dan kelumpuhan.
- 3) Memiliki rasa kurang percaya diri
Keadaan anak yang lemah dibidang fisik menyebabkan mereka kurang memiliki rasa percaya diri. Kadang kala jika tak didampingi oleh orang tua dan pendidik yang mampu memahami, anak penyandang tunadaksa cenderung menutup diri sehingga potensi lain yang dimilikinya dan seharusnya bisa dikembangkan menjadi terhambat.
- 4) Hambatan dalam faktor sensorik yang meliputi pengendalian berbagai bagian tubuh oleh otak. Hambatan ini bisa memengaruhi penglihatan, pendengaran, bahasa dan gaya gerak. Inilah yang membuat para penyandang *disability* sering kali mengalami gangguan atau hambatan dalam beberapa katagori

pada tunadaksa. Beberapa diantaranya mampu mengatasi masalah tersebut dan mampu diterima oleh masyarakat.

Self-disclosure dibutuhkan dalam hubungan interpersonal, karena dengan adanya pengungkapan diri, seseorang dapat mengungkapkan apa kemampuan yang bisa dilakukan, perasaan, cita-cita hingga ide-idenya kepada orang lain. Hubungan keterbukaan ini akan memunculkan hubungan timbal balik positif yang menghasilkan rasa aman, adanya penerimaan diri, dan secara lebih mendalam dapat melihat diri sendiri serta mampu menyelesaikan berbagai masalah hidup (Papu, dalam Muttaqien 2013).

Timbal balik menurut Sears (2001), konsisten dengan teori pertukaran sosial dan dalam pengungkapan diri juga terdapat norma timbal balik. Bila seseorang menceritakan suatu yang bersifat pribadi pada kita, kita akan merasa wajib memberikan reaksi yang sepadan. Proses pengungkapan diri yang berlangsung secara bertahap, semakin lama, semakin cepat akan semakin mempererat suatu hubungan.

Teori pertukaran sosial menyatakan bahwa bagaimana orang merasa (positif atau negatif) tentang hubungan kedua belah pihak akan tergantung pada, yakni pertama persepsi tentang imbalan yang akan diterima dari hubungan. Kedua, persepsi tentang biaya yang dikeluarkan. Ketiga, persepsi apakah hubungan mereka layak dan kemungkinan bahwa kedua belah pihak bisa memiliki hubungan yang lebih baik, dan

