

Systematic Literature Review: Aplikasi Social Penetration Theory dan Self-Disclosure pada Suami Istri

Faris Yudza Ghifari¹, M. Rizky Nugraha², Irwansyah³

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Indonesia^{1,2,3}
Gedung IASTH Salemba Universitas Indonesia Jl. Salemba Raya No.4 DKI Jakarta, Indonesia, 10430

Email: faris.yudza@ui.ac.id¹, m.rizky44@ui.ac.id², dr.irwansyah.ma@gmail.com³

Abstract

Effective communication between spouses is essential for fostering closeness and sustaining their relationship. This study aims to examine the applicability of social penetration theory and self-disclosure in interpersonal communication and relationships between spouses through comprehensive systematic literature review and content analysis methods. Following a stringent selection procedure with PRISMA method, eight scientific publications are qualified for the review. In the range of 2015 to 2024, numerous researches have been examined. The use of social penetration theory and self-disclosure in diverse contexts involving spouses, including significant age disparities and couples that married at a young age. Moreover, most methodologies employed in research with the application of social penetration theory and self-disclosure are qualitative, specifically interviews. This study indicates that social penetration theory and self-disclosure remain pertinent in contemporary interpersonal communication within marital partnerships for fostering intimacy and sustaining the marriage relationship. Nonetheless, additional research and exploration of quantitative methodologies across diverse backgrounds and conditions of spouses are necessary

Keywords: interpersonal communication, self-disclosure, social penetration theory, spouse

Abstrak

Komunikasi antara suami dan istri adalah kunci dalam membangun keintiman dan mempertahankan hubungan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk meninjau bagaimana aplikasi dari *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada komunikasi interpersonal dan hubungan pada suami istri dengan metode *systematic literature review* dan analisis isi. Setelah melalui proses seleksi yang ketat dengan metode PRISMA, terdapat delapan jurnal ilmiah yang memenuhi syarat untuk ditinjau. Dalam rentang tahun 2015-2024, cukup banyak penelitian tentang aplikasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada berbagai kondisi suami istri seperti selisih usia yang cukup jauh dan suami istri yang menikah di usia muda. Selain itu, mayoritas metode yang digunakan pada penelitian aplikasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* bersifat kualitatif, yaitu wawancara. Penelitian ini menemukan bahwa *social penetration theory* dan *self-disclosure* masih relevan hingga kini dalam konteks komunikasi antarpribadi dalam hubungan pada suami istri untuk membangun keintiman dan mempertahankan rumah tangga. Namun, perlu adanya penelitian lebih lanjut dan eksplorasi lebih banyak dengan metode kuantitatif serta pada berbagai latar belakang dan kondisi suami istri.

Kata Kunci: Istri, komunikasi antarpribadi, *self-disclosure*, *social penetration theory*, suami

PENDAHULUAN

Social penetration theory adalah teori komunikasi antarpribadi yang dicetuskan oleh Altman & Taylor (1973). Teori ini menggambarkan bagaimana pembangunan keintiman dan hubungan antarpribadi dengan metafora bawang yang menggambarkan sisi superfisial (terluar) dari seseorang hingga yang terdalam, yaitu konsep diri (Griffin et al., 2019). Untuk membangun keintiman dan hubungan, maka perlu adanya *self-disclosure* atau pengungkapan diri (Griffin et al., 2019). Contoh penerapan dari *social penetration theory* dan *self-disclosure* adalah komunikasi antarpribadi antara suami dan istri yang terikat

dalam ikatan perkawinan.

Menurut Undang-undang Nomor 1 tahun 1974 tentang Perkawinan, perkawinan didefinisikan sebagai ikatan secara lahir dan batin antara pria dengan wanita sebagai suami-istri dengan tujuan untuk membentuk sebuah keluarga dan pada hakikatnya, pernikahan itu adalah ucapan seremonial yang sakral (Santoso, 2016). Sayangnya, meski pernikahan itu bersifat sakral, masih banyak kasus perceraian yang terjadi di Indonesia karena faktor perselisihan. Menurut data dari BPS (Badan Pusat Statistik) pada tahun 2023 tentang jumlah perceraian, peringkat pertama pada faktor perceraian adalah perselisihan dan pertengkaran secara terus-menerus dengan total 251.828 kasus dan angka ini jauh di atas faktor ekonomi di peringkat dua dengan total 108.488 kasus (Badan Pusat Statistik, 2023). Konflik atau perselisihan yang tidak terselesaikan akan menyebabkan perceraian (Riza et al., 2021). Padahal, faktor perceraian akibat perselisihan dan pertengkaran bisa dicegah lewat komunikasi antarpribadi yang baik seperti mengedepankan kejujuran dan keterbukaan (Luthfi, 2017). Terdapat enam bentuk konflik dalam hubungan suami dan istri, yaitu konflik prinsip/komunal, konflik realistik/non realistik, konflik pribadi/individu super, konflik tidak dinyatakan/dinyatakan, konflik perilaku/atribusional, dan konflik berdasarkan pelanggaran/tanpa pelanggaran (Nurhakki, 2017). Menurut Juanda and Eveline (2018), komunikasi adalah solusi untuk menyelesaikan perselisihan/konflik di dalam rumah tangga. Lebih lanjut, menurut Napitupulu et al. (2023), penyelesaian konflik bisa cepat terselesaikan jika suami dan istri memiliki sifat suportif, baik itu secara verbal, non-verbal, atau pun materi.

Komunikasi antarpribadi antara suami dan istri dalam pernikahan adalah hal yang sangat penting dalam kehidupan berkeluarga karena berfungsi untuk mencapai kepuasan dalam pernikahan dan mempertahankan hubungan (Harahap & Lestari, 2018). Menurut Olson dan DeFrain dalam Qori et al. (2022), kepuasan pernikahan adalah perasaan subjektif yang berkaitan dengan rasa senang, puas, dan bahagia terhadap pernikahan secara utuh. Menurut Prameswara dan Sakti (2017) komunikasi yang baik dapat meningkatkan keutuhan keluarga, keintiman, hasrat, dan komitmen. Sebaliknya, komunikasi semakin buruk seperti didominasi oleh konflik, maka kualitas hubungan juga mengalami kemunduran (Elena-Adriana et al., 2014). Perbedaan persepsi selama komunikasi berlangsung juga dapat memicu terjadinya pertengkaran atau konflik (Prameswara & Sakti, 2017). Masalah dalam hubungan suami dan istri secara umum adalah tidak ada komunikasi, prasangka, tidak mendengar/memperhatikan, mempertahankan pendapat, bungkam, dan senapan mesin biasanya berakar dari komunikasi yang kurang efektif, karena itu, suami dan istri harus membina komunikasi dan interaksi yang baik untuk membangun hubungan yang baik dalam rumah tangga (Patricia et al., 2019).

Pada konteks komunikasi dalam pernikahan, yaitu komunikasi pada suami dan istri, *social penetration theory* oleh Altman dan Taylor (1973) dan *self-disclosure* bisa diterapkan.. Penetrasi sosial dapat meminimalkan konflik dan bergerak menuju komunikasi yang lebih intim antara suami dan istri yang berbeda budaya (Fitriani, 2015). Lalu, keterbukaan dan *self-disclosure* memiliki andil dalam kualitas komunikasi pernikahan. Menurut Latifa (2018), terdapat hubungan antara keterbukaan atau *self-disclosure* pada aspek hubungan, seksualitas, uang, dan keseimbangan serta religiusitas dalam kepuasan pernikahan. Penjelasan tentang bagaimana penelitian pada komunikasi interpersonal antara suami dan istri dengan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* bermanfaat untuk melihat bagaimana peran keterbukaan dalam keintiman serta penanganan konflik pada suami dan istri.

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau literatur dengan *systematic literature review* pada artikel jurnal dalam sepuluh tahun terakhir yang menggunakan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada komunikasi antarpribadi antara suami istri dalam menjalankan kehidupan rumah tangga mereka. Pertanyaan pada penelitian ini adalah apakah *social penetration theory* dan *self-disclosure* adalah teori dan konsep yang relevan hingga sekarang? Lalu, bagaimana penerapan *self-disclosure* dan penetrasi sosial pada komunikasi antarpribadi suami dan istri? Terakhir, Bagaimana perkembangan hubungan dari suami dan istri dari kacamata *social penetration theory* dan *self-disclosure*?Harapannya, dengan penelitian ini, ditemukan ketimpangan/gap dalam riset terdahulu, menjawab apakah *social penetration theory* dan *self-disclosure* masih relevan hingga kini atau tidak, dan hal-hal yang bisa diteliti lebih lanjut untuk penelitian di masa depan dalam konteks komunikasi antarpribadi, pengembangan/penjagaan kualitas hubungan suami istri dengan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* serta rekomendasi bagi peneliti lain yang ingin menggunakan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* untuk penelitiannya, terutama jika objek penelitiannya adalah pasangan suami istri.

Kajian Teori

Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antara suami dan istri dalam rumah tangga termasuk dalam komunikasi antarpribadi karena melibatkan dua orang (hubungan diadik). Dalam konteks komunikasi, baik itu suami ataupun istri bisa menjadi komunikator maupun komunikan, tergantung siapa yang menyampaikan dan mendapatkan pesannya.

Menurut Marheni (2019), komunikasi antarpribadi antara suami dan istri terbilang sukses jika masing-masing pasangan banyak mendapatkan informasi tentang pasangannya, misalnya mengetahui apa yang pasangan inginkan dan butuhkan. Sebaliknya, komunikasi antarpribadi antara suami dan istri dikatakan gagal jika tidak ada informasi yang mumpuni antara suami dan istri. Kegagalan dalam komunikasi ini dapat menimbulkan masalah di dalam pernikahan. Menurut penelitian Napitupulu et al. (2023), ada alasan mengapa informasi tidak mumpuni atau pihak suami maupun istri tidak mau membuka diri, yaitu adanya kekhawatiran jika permasalahan akan semakin rumit jika mereka terbuka akan masalah mereka. Namun, keterbukaan atau *self-disclosure* tetaplah menjadi kunci dalam komunikasi antarpribadi yang efektif dengan catatan bahwa *self-disclosure* ini patut untuk dilakukan. Hal ini senada dengan Almanida (2023) bahwa komunikasi terbuka dan jujur itu ada tantangannya, terutama pada lingkungan yang kaku dan budaya takut salah meski ada banyak manfaat dari penerapan komunikasi terbuka dan jujur seperti membangun kepercayaan agar terjadi komunikasi yang efektif.

Marheni (2019) mengutip dari pendapat Gunarsa bahwa ada aspek-aspek yang mempengaruhi komunikasi antarpribadi, antara lain kepercayaan, hubungan kekuasaan, dan kualitas komunikasi. Rasa kepercayaan akan memunculkan kemudahan untuk keterbukaan pada pasangan. Beberapa faktor yang mempengaruhi rasa kepercayaan, antara lain adalah karakteristik seseorang, misalnya kemampuan suami untuk mendengarkan istrinya, sehingga sang istri nyaman untuk mengungkapkan isi pikirannya. Lalu, pada konteks hubungan kekuasaan, suami yang berperan sebagai kepala keluarga dipatuhi oleh istrinya. Kemudian, kualitas komunikasi adalah seberapa terbuka dan banyaknya informasi yang dikomunikasikan kepada pasangan, misalnya pengalaman hidup.

Menurut DeVito pada Widyanisa et al. (2018), terdapat empat pola komunikasi pada suami istri, yaitu pola keseimbangan di mana suami dan istri sama-sama bebas dan terbuka dalam berkomunikasi. Pola keseimbangan terbalik yaitu baik itu suami ataupun istri punya otoritas tertentu yang bergantung pada waktu dan tempat, serta pola pemisah. Pola pemisah tidak seimbang adalah kondisi di mana salah satu pihak, baik itu suami ataupun istri punya dominasi. Terakhir, pola monopoli di mana suami atau istri menganggap diri mereka sebagai penguasa. Angelita et al. (2016) mengutip dari pendapat DeVito bahwa aspek-aspek komunikasi antarpribadi dalam pernikahan adalah keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan. Novianti et al. (2017) menjelaskan lebih lanjut tentang aspek-aspek komunikasi antarpribadi dalam pernikahan. Kualitas keterbukaan memiliki tiga aspek, yaitu komunikator harus terbuka dengan komunikannya seperti memberi tahu informasi yang biasanya disembunyikan selama dalam batas wajar dan memang patut untuk diinformasikan. Kedua, komunikator harus siap bersedia untuk bereaksi dengan jujur pada respon yang datang. Lalu yang ketiga, komunikator bertanggung jawab atas pesan yang mereka ungkapkan kepada komunikannya. Empati adalah kemampuan untuk mengetahui apa yang sedang dirasakan orang lain dan berasal dari sudut pandang orang tersebut, bukan dirinya sendiri. Supportif adalah sikap mendukung seperti tidak bersifat evaluatif. Sikap positif adalah bagaimana menunjukkan membangun suasana komunikasi yang kondusif. Kesetaraan adalah adanya pengakuan secara diam-diam dari kedua belah pihak untuk menghargai.

Komunikasi antarpribadi erat kaitannya dengan hubungan. Jenis hubungan dibagi berdasarkan jumlah orang yang terlibat, tujuan, panjang, dan level intimasinya (Ruben & Stewart, 2019). Pada konteks komunikasi antarpribadi antara suami dan istri atau dengan kata lain dua orang saja, maka hubungannya bersifat diadik. Ruben dan Stewart (2019) mengutip observasi dari Wilmot bahwa setiap hubungan diadik memenuhi tujuan tertentu, contohnya hubungan antara dokter-pasien akan berbeda dengan sales-prospek. Lalu, setiap hubungan diadik melibatkan berbagai aspek dari orang yang berpartisipasi, misalnya permintaan dalam hubungan bos-anak buahnya akan berbeda dengan hubungan pelatih-pemain. Kemudian, dalam hubungan diadik akan ada pola khusus pada komunikasi atau bahasa yang digunakan. Contohnya adalah panggilan sayang dari suami ke istri.

Menurut DeVito pada Musrifah (2017), terdapat beberapa tahapan untuk membangun hubungan

antarpribadi. Fase pertama adalah *contact*, yaitu tahapan ketika individu melihat public image dan gambaran fisik dari partnernya dan mulai saling bertukar informasi dan berinteraksi satu sama lain. Fase kedua adalah *involvement* di mana pasangan mulai riset atau mempelajari lebih jauh tentang partnernya dengan ciri-ciri adanya mengetes perkiraan individu dan realitas serta melakukan *self-disclosure*. Fase ketiga adalah *intimacy*, yaitu individu mulai punya komitmen untuk membangun hubungan yang ditandai dengan keterbukaan, sehingga terjadi peningkatan dalam kepuasan hubungan. Fase keempat adalah *deterioration* yang mana adalah melemahnya hubungan antar individu seperti munculnya ketidakpuasan dan mendorong salah satu pihak untuk menarik diri. Fase kelima adalah *repair* yang berarti mencari solusi atau jalan keluar dari konflik atau masalah pada hubungan. Lalu, fase terakhir adalah *dissolution* atau dengan kata lain akhir dari sebuah hubungan.

Nurhakki (2017) mengutip Knap tentang tahapan menuju kebersamaan pada suami istri bahwa pasangan suami istri juga tidak instan dalam menuju kebersamaan (*coming together*) dalam hubungan, terdapat beberapa tahapan yang harus dilalui. Pertama adalah *initiating*, yaitu tahap memulai seperti menyapa dan membangun kesan pertama (*first impression*) yang bagus. Kedua adalah fase *experimenting* di mana individu mulai mencoba untuk mengkomunikasikan berbagai topik (*breadth* yang besar) untuk mengetahui kemiripan dan perbedaan dirinya dengan pasangannya, sehingga suami dan istri bisa membangun kepentingan bersama-sama. Ketiga adalah fase *intensifying*, yaitu fase di mana hubungan semakin tidak formal dan ada kode-kode yang hanya dimengerti oleh pasangan tersebut dan kata ganti yang digunakan adalah kami atau kita (mewakili suami dan istri). Fase keempat adalah *integrating* di mana dua orang tersebut mulai beranggapan bahwa dirinya adalah pasangan, sehingga akan muncul ketergantungan satu sama lain. Selain itu, pada fase keempat ini, mulai ada aktivitas simbolik antar pasangan agar lebih intim. Namun, perlu pengorbanan kedua belah pihak di fase keempat ini jika keduanya ingin lanjut ke fase terakhir. Fase kelima ini bernama *bonding*, sifatnya formal dan ritualistik. Pada fase ini, kedua individu sama-sama berbicara tentang komitmen dan perjanjian. Fase keenam bisa terjadi, yaitu fase *differentiating* jika terjadi pembatasan dalam hubungan seperti fokus pada perbedaan, bukan kesamaan dan ingin mengurus pekerjaan secara individualistik, sehingga rawan terjadi konflik. Fase ketujuh adalah *circumscribing* di mana pasangan mulai mengurangi keintiman mereka pada komunikasi mereka dan topik-topik tertentu dapat memicu konflik dan kerap dihindari. Fase kedelapan adalah *stagnating* di mana terjadi penurunan kualitas hubungan secara lebih jauh, sehingga ada alasan untuk mempertahankan hubungan seperti agama, anak, atau faktor lainnya demi mempertahankan hubungan. Fase kesembilan adalah *avoiding* di mana pasangan mulai “bercerai” secara psikologis meski fisiknya dekat. Fase kesepuluh adalah *terminating* atau dengan kata lain akhir dari sebuah hubungan yang ditandai dengan adanya luka batin pada pasangan.

Menurut Wood pada Musrifah (2017), dalam *committed romantic relationship* seperti menikah, basis hubungannya adalah tiga dimensi bernama *passion, commitment, dan intimacy*. *Passion* atau hasrat adalah perasaan positif beserta keinginan yang kuat (tidak selalu dalam konteks seksual) seperti perasaan berbunga-bunga akibat dari jatuh cinta. *Commitment* atau komitmen adalah niat dan keinginan untuk mempertahankan suatu hubungan. Sementara itu, *intimacy* atau keintiman adalah kedekatan dalam hubungan.

Ruben dan Stewart (2019) mengutip Michael Betty dan beberapa peneliti lainnya bahwa pada hubungan romantis seperti pernikahan dan cinta, pasangan yang mau dan bisa berbicara tentang hubungan mereka seperti transisi dan masalahnya memiliki hubungan yang lebih memuaskan. Jadi masing-masing pasangan dapat mengantisipasi masalah pada fase awal, mengetahui kontribusi dan perasaan dalam hubungan, bekerja sama untuk memecahkan masalah, dan mengawasi hubungan agar mendapatkan informasi untuk meningkatkan keintiman.

Social Penetration Theory

Social penetration theory adalah teori dalam komunikasi antarpribadi yang cocok untuk menjelaskan keintiman, termasuk dalam konteks hubungan dan komunikasi antara suami dan istri. Teori ini dicetuskan oleh psikolog bernama Altman & Taylor pada tahun 1973 (Carpenter & Greene, 2015). Altman dan Taylor membuat model berbentuk bawang untuk menggambarkan struktur dari kepribadian yang mana sisi terluar dari bawang adalah informasi umum seperti apa yang bisa kita lihat dengan mata telanjang dari luar seperti ciri-ciri fisik dan informasinya akan semakin privat seiring semakin dalam lapisan dari bawangnya (Griffin et al., 2019). Terdapat beberapa pola dalam yang penting untuk memahami *social penetration theory*.

Pertama, adanya timbal balik dalam proses *self-disclosure*, yaitu ketika seseorang (sebagai komunikator) mengungkapkan suatu hal, maka komunikannya akan juga mengungkapkan suatu hal yang mirip. Kedua, informasi yang bersifat umum akan ditukarkan sebelum informasi yang bersifat privat. Terakhir, kecepatan dalam pertukaran informasi akan berubah seiring perkembangan fase dalam hubungan (Miller, 2005).

Contoh penerapan dari model bawang yang dibuat oleh Altman & Taylor bisa dirangkai sebagai berikut. Pada lapisan bawang terluar, orang-orang melihat bahwa A adalah seorang mahasiswa di universitas terkemuka dengan tinggi yang cukup jangkung dan memakai kaca mata, namun jika bawangnya dikupas, maka kita akan melihat sisi yang lebih privat dari A yang biasanya hanya diungkapkan ke orang-orang tertentu, misalnya makanan yang ia sukai dan pilihan politiknya ketika pemilihan umum. Ketika bawangnya dikupas lagi, maka akan ada informasi berupa tujuan hidup dan aspirasi/tokoh idolanya. Kupas bawangnya lebih dalam lagi, maka akan ada informasi lebih privat dan intim seperti fantasi seksual, momen paling memalukan dalam hidup, dan trauma masa lalu dari A. Sisi terdalam ini tidak terlihat, namun sangat berdampak untuk sisi terluar atau dengan kata lain public image dari A. Bahkan orang terdekat A seperti orang tua dan pasangannya belum tentu tahu bagian terdalam dari A.

Model bawang pada *social penetration theory* oleh Altman dan Taylor (1973) punya kaitan erat dengan *self-disclosure*. Menurut Laurenceau et al. pada Kadji dan Mast (2021), *self-disclosure* adalah pengungkapan diri kepada orang lain secara sengaja dan transparan, misalnya pengungkapan informasi tentang pandangan politik, makanan favorit, dan perasaan. Altman dan Taylor (1973) menguraikan empat observasi dalam progres membangun kedekatan, yaitu pertukaran barang di sekelilingnya, lalu *self-disclosure* bersifat timbal balik, terutama pada fase awal hubungan. Kemudian penetrasi bersifat cepat di awal, namun akan berangsur melambat ketika masuk ke lapisan dalam. Terakhir, terjadi depenetrasi jika terjadi penutupan pada area yang sebelumnya mereka buka (Griffin et al., 2019). Setiawan dan Sukendro (2023) mengutip Jourard bahwa terdapat tiga dimensi dalam *self-disclosure*, yaitu *breadth* (keluasan topik), *depth* (kedalaman/keintiman topik), dan target (komunikasikan dalam *self-disclosure*). Proses komunikatif dalam *self-disclosure* dapat meningkatkan *breadth* dan *depth* pada hubungan, sehingga fase dalam hubungan bisa berkembang lebih lanjut (Miller, 2005).

Menurut Carpenter dan Greene (2015), agar hubungan bisa berkembang, perlu adanya pertukaran informasi dari segi banyaknya topik yang dibicarakan (*breadth*) serta seberapa intim interaksinya (*depth*). *Self-disclosure* akan melewati berbagai fase untuk bisa berkembang. Terdapat empat fase dari *social penetration theory*, yaitu *orientation*, *exploratory affective exchange*, *affective exchange*, dan *stable exchange*. Fase pertama adalah *orientation* di mana orang-orang mengungkapkan informasi pada kulit terluar, misalnya nama panggilan. Di fase *orientation*, orang-orang masih berhati-hati dan waspada dalam mengungkapkan informasi tentang dirinya atau dengan kata lain menjaga citra/image seperti tidak mengupil ketika kencan pertama. Fase kedua adalah *exploratory affective exchange* di mana orang-orang menjadi kurang waspada dalam *self-disclosure*, misalnya, ketika membicarakan pilihan politik. Fase ketiga adalah *affective exchange* di mana informasi masuk ke lapisan lebih dalam pada model bawang dan interaksi lebih kasual. Pada fase ketiga ini, orang-orang bisa saja tidak sengaja atau spontan dalam melakukan *self-disclosure* dan mengungkapkan informasi yang lebih privat, misalnya melemparkan lelucon atau sarkasme. Pada fase ketiga ini, orang-orang menyebarkan informasi kepada teman dekat atau partner romantis mereka. Fase terakhir adalah *stable exchange* di mana orang-orang mengungkapkan informasi paling privat pada diri mereka secara kontinu. Ciri khas dari fase terakhir ini adalah kejujuran dan keintiman di mana orang-orang berani mengekspresikan dirinya secara terbuka, misalnya pemikiran, perasaan, dan perilaku serta sedikitnya orang-orang yang punya hubungan sampai ke fase ini. Hubungan orang-orang pada fase terakhir ini adalah teman terbaik, suami/istri, pacar, dan anggota keluarga terdekat. Meski fase pada *social penetration theory* terkesan linear, bisa terjadi depenetrasi sosial atau berkurangnya *self-disclosure* yang menandai disintegrasi pada hubungan. Contohnya adalah putusnya hubungan pasangan yang berpacaran atau suami istri yang bercerai (Carpenter & Greene, 2015).

Metode Penelitian

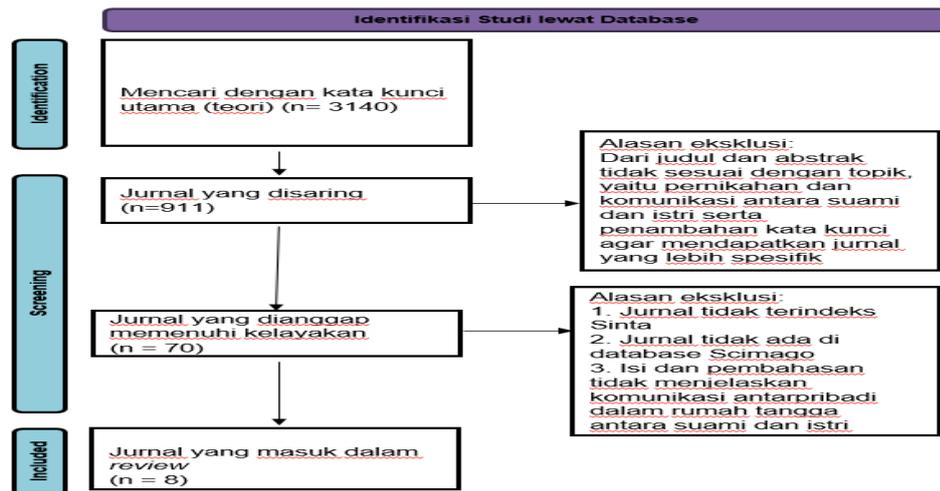
Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *systematic literature review* dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. *Systematic literature review* adalah metode penelitian untuk mengoleksi, mengidentifikasi, dan menganalisa literatur yang ada dengan prosedur yang bersifat sistemik (Pati & Lorusso, 2017). Statistik deskriptif digunakan untuk menjelaskan frekuensi dari tahun publikasi, jenis

metode penelitian, dan bidang kajian studi. Sementara itu, artikel jurnal dianalisa secara kualitatif untuk ditemukan pengaplikasian dari *social penetration theory*-nya pada suami istri. Tujuan dari *systematic literature review* adalah meninjau poin-poin penting dari pengetahuan terkini dan memberikan saran untuk mengeksplorasi bidang-bidang yang perlu diteliti lebih lanjut (Kitchenham et al., 2008). Prosedur dalam *systematic literature review* adalah perencanaan, mendefinisikan kriteria PICOC (*population, intervention, comparison, outcome, context*), memformulasikan pertanyaan riset, memilih sumber, membuat kriteria inklusi dan eksklusi, melakukan *quality assurance*, mendefinisikan bentuk ekstraksi data, mengumpulkan studi, menyeleksi studi, dan menganalisa studinya (Carrera-Rivera et al., 2022).

Proses yang dilalui dalam *systematic literature review* menggunakan metode PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) yang direkomendasikan oleh Page et al. (2021). Terdapat empat fase dalam PRISMA, yaitu identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi. Dalam melakukan *systematic literature review*, langkah pertama peneliti adalah mencari artikel jurnal di Google Scholar, Sagepub, Scopus, Taylor & Francis, dan Wiley dengan kata kunci utama "*social penetration theory*" dan kata kunci lain seperti "teori penetrasi sosial", "*self-disclosure*", "menikah", "pernikahan", "suami", "istri", "*husband*", "*wife*", dan "*marriage*". Dari pencarian di Google Scholar, Sagepub, Scopus, Taylor & Francis, dan Wiley tersebut, peneliti mendapatkan tujuh puluh artikel jurnal ilmiah untuk di-review kelayakannya. Kemudian, peneliti memfilter artikel jurnal ini menggunakan metode analisis isi/*content analysis*. Menurut Neuman (2013), analisis isi atau *content analysis* adalah teknik untuk menganalisa konten atau simbol pada dokumen tertulis atau media lainnya. Dalam melakukan analisis isi pada artikel jurnalnya, analisis yang dilakukan mencakup judul, tujuan penelitian, pendahuluan, metode penelitian, dan *output* dari penelitiannya (hasil, pembahasan, dan kesimpulan) di dalam penelitiannya. Dari tujuh puluh artikel jurnal ilmiah yang telah diuji kelayakannya berdasarkan topik yang dibahas, terindeks sinta dan ada pada database Scimago, terdapat delapan artikel jurnal yang memenuhi persyaratan untuk di inklusi untuk *systematic literature review*.

Inklusi dari *systematic literature review*-nya adalah artikel jurnal tentang aplikasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada komunikasi antarpribadi antara suami dan istri dalam kondisi menikah (tidak cerai atau masih taaruf/berpacaran) yang ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris dan terbit paling tidak tahun 2015 atau terhitung maksimal 10 tahun sebelum tahun 2024. Selain itu, jurnalnya wajib terindeks Sinta atau pun ada pada database Scimago demi menjaga kualitas dari referensinya. Eksklusi dalam *systematic literature review*-nya adalah artikel jurnal yang tidak terindeks Sinta atau tidak ada dalam database Scimago. Lalu, meskipun menerapkan *social penetration theory* atau pun *self-disclosure*, artikel jurnal yang membahas komunikasi antarpribadi ketika suami dan istri masih dalam tahap menuju pernikahan seperti taaruf/berpacaran atau pun telah bercerai tetap masuk dalam kriteria eksklusi karena tujuan dari *systematic literature review* ini adalah melakukan *overview* pada aplikasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada komunikasi antarpribadi pasangan suami istri yang masih terikat hubungan pernikahan. Selain itu, artikel jurnal yang tidak menggunakan Bahasa Indonesia dan Inggris dieksklusi pada *systematic literature review* ini. Terakhir, kriteria eksklusi artikel jurnal pada *systematic literature review* ini adalah jurnal yang terbit di tahun 2014 dan jurnal yang terbit lebih tua dari itu (2013 dan ke bawah) untuk melihat bagaimana implementasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada berbagai penelitian dalam sepuluh tahun terakhir.

Gambar 1 Metode Pencarian dan Seleksi Jurnal dengan PRISMA



Sumber: <https://www.prisma-statement.org/> yang telah diolah oleh peneliti

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari pencarian dan seleksi artikel jurnal, terdapat delapan artikel jurnal yang *eligible* untuk di inklusi dalam *systematic literature review*. Berikut data pada pembagian artikel jurnal yang termasuk pada inklusi berdasarkan tahun terbit jurnal, metode penelitian, dan bidang kajiannya.

Tabel 1 Artikel Jurnal yang *Eligible* untuk *Systematic Literature Review*

Nomor	Judul artikel jurnal	Tahun	Penulis	Metode riset
1	Pengelolaan Hubungan Romantis Jarak Jauh (Studi Penetrasi Sosial Terhadap Pasangan Yang Terpisah Jarak Geografis Sejak Pacaran Hingga Menikah)	2015	Girly Kurniati	Kuantitatif
2	Spousal Conflict Resolution Strategies and Marital Relations in Late Adulthood	2016	Liat Kulik, Shulamith Walfisch, Gabriel Liberman	Kuantitatif

3	Staying Connected: A Qualitative Analysis of Couple's Technology Use during Pregnancy	2020	Brandon P. Eddy, Katherine M. Hertlein	Kualitatif
4	Proses Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Relasi Pasangan Beda Agama GN dan DN	2021	Riko Aji Pratama	Kualitatif
5	Romantic Relationship Suami Istri Beda Usia (Studi Kasus di Desa Sukasari Kecamatan Kaduhejo Kabupaten Pandeglang)	2023	Putri Sutantri, Isti Nursih, Rahmi Winangsih	Kualitatif
6	Pemanfaatan Deep Talk Dalam Mempertahankan Hubungan Harmonis Pasangan Suami Istri (Studi Kualitatif di Kota Medan)	2023	Endah Rundika Pratiwi	Kualitatif
7	Husband and Wife Communication Patterns in Periode Baby Blues Syndrome	2024	Dessy Yusniawati dan Leila Mona Ganiem	Kualitatif

8	Interpersonal Communication of Young Married Couples in Maintaining their Households	2024	Intan Rosita, Nurul Ilmi Idrus, Kurniati Abidin, Muhammad Basir	Kualitatif
---	--	------	---	------------

Sumber: Hasil temuan penelitian

Tahun Publikasi

Gambar 2 Frekuensi Publikasi Berdasarkan Tahun

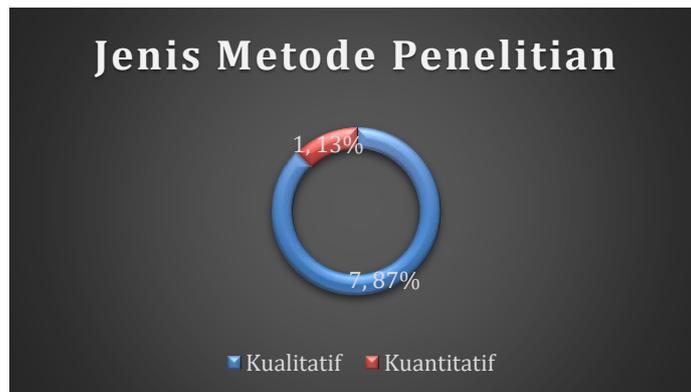


Sumber: Hasil Temuan Penelitian

Dalam rentang tahun 2015-2024, publikasi terbanyak terjadi pada tahun 2023 dan 2024 yang menyumbang masing-masing dua publikasi atau setara dengan setengah dari studi yang ada. Dalam rentang 2015-2024, terdapat tiga tahun *gap* pada publikasi tentang *social penetration theory* dan *self-disclosure* dalam konteks komunikasi antarpribadi antara suami dan istri.

Jenis Metode Penelitian

Gambar 3. Jenis Metode Penelitian



Sumber: Hasil temuan penelitian

87,5% penelitian yang menggunakan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* untuk komunikasi antarpribadi suami istri dengan mayoritas menggunakan metode kualitatif di mana metodenya adalah wawancara dengan sampel penelitian mereka. Kelebihan metode wawancara adalah peneliti bisa mendapatkan informasi secara mendalam dan menemukan informasi yang belum terungkap atau terpikirkan sebelumnya (Siregar et al., 2017). Pada penelitian yang dilakukan, wawancara dilakukan kepada pihak istri, suami, atau keduanya. Sementara itu, peneliti yang menggunakan metode kuantitatif memakai kuesioner dalam penelitian mereka. Temuan menariknya, penelitian kuantitatif dilakukan di luar Indonesia.

Bidang Kajian Studi

Gambar 4. Bidang Kajian Studi



Sumber: Hasil temuan penelitian

Studi komunikasi antarpribadi antara suami istri dengan *social penetration theory* dan *self-disclosure*, mayoritas menggunakan pendekatan ilmu komunikasi dengan persentase 75%, sementara itu, ada juga yang dikaji lewat pendekatan ilmu pernikahan dan keluarga serta hubungan pribadi. Seluruh artikel jurnal di Indonesia memakai kajian ilmu komunikasi.

Pembahasan

Penerapan *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada komunikasi antarpribadi suami istri dalam kehidupan rumah tangga bisa menyentuh berbagai konteks dan dalam berbagai kondisi seperti perbedaan usia, agama, tempat tinggal, suku/budaya, proses sebelum menikah (misal dijodohkan, pacaran, atau melalui ta'aruf), *double earner* (suami dan istri sama-sama bekerja atau berpenghasilan), menikah muda, istri sedang dalam keadaan nifas/hamil, suami dan istri yang sedang menjalani *long distance marriage*, suami atau istri punya penyakit tertentu, suami dan istri yang telah menikah lebih dari 20 tahun, suami dan istri yang berbeda ras, serta kondisi lainnya.

Berikut adalah hasil sintesis dari literatur yang telah dimasukkan dalam *systematic literature review*, yaitu aplikasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada berbagai kondisi pasangan suami istri, yaitu suami istri dengan selisih usia cukup jauh, suami istri yang menikah di usia muda, suami istri yang berbeda agama, suami dengan istri dalam kondisi *baby blues syndrome*, suami istri yang menjalani *long distance marriage*, suami istri yang menikah lebih dari lima tahun dan memiliki anak, suami istri, suami dengan istri dalam kondisi hamil, dan suami istri yang telah berusia lanjut.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri dengan Selisih Usia Cukup Jauh

Penelitian oleh Sutantri et al. (2023) berkontribusi dengan riset yang ada dengan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada pasangan suami istri dengan selisih usia yang cukup jauh, yaitu berjarak 13-20 tahun. Menurut penelitiannya, terdapat timbal balik seperti perlakuan yang baik. Komunikasinya juga dilakukan secara informal dan ada panggilan sayang. Informan pada penelitian tersebut, meskipun memiliki selisih usia 13-20 tahun dari pasangannya, mereka telah melewati fase dalam penetrasi sosial yang dijelaskan oleh Carpenter dan Greene (2015). Fase orientasi dimulai dari pemberitahuan informasi superfisial, lalu fase *exploratory affective exchange* yang ditandai dengan pertukaran informasi hobi. Kemudian pada tahap *affective exchange*, masing-masing pasangan tidak ragu untuk mencurahkan isi hatinya. Terakhir, pada fase *stable exchange*, pasangan suami istri tersebut telah memahami dan terbuka dengan informasi yang dibicarakan. Dari komunikasi yang bersifat terbuka, pasangan suami istri bisa sukses dalam hubungan romantis, meski berbeda usia cukup jauh sekalipun.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang Menikah di Usia Muda

Rosita et al. (2024) berkontribusi dengan meneliti pasangan yang menikah di usia muda. Menurut Tsani (2021) terdapat dampak positif dan negatif dari nikah muda. Dampak positifnya adalah sedang di usia produktif, punya *support system*, ketentraman hati, proses menuju kedewasaan, lebih mandiri, dan lebih hemat. Sementara itu, dampak negatif dari nikah muda adalah belum matangnya organ reproduksi dapat mempengaruhi kesehatan, timbulnya stres, kehilangan kesempatan untuk melanjutkan pendidikan, mendapatkan pandangan negatif jika dianggap tidak sesuai dengan Masyarakat, dan kekerasan dalam rumah tangga. Menurut penelitian oleh Rosita et al. (2024) penyebab konflik dalam suami istri yang menikah muda adalah ekonomi, komunikasi, egoisme pasangan, dan intervensi dari keluarga. Meski penyebab konfliknya datang dari berbagai sektor, informan pada penelitiannya berfokus pada cara berkomunikasi sebagai solusi. Pasangan tersebut saling terbuka untuk membangun keintiman, memberikan waktu untuk tenang, dan mengekspresikan pendapat dengan bahasa yang halus. Cara berpendapat yang baik juga termasuk sikap dan bahasa yang sopan (Endahwati, 2022). Menurut *social penetration theory* dari Altman dan Taylor (1973), *self-disclosure* penting untuk membangun keintiman dan penetrasi sosial. Konflik bisa menjadi penyebab terjadinya depenetrasi. Namun, keterbukaan menjadi kunci untuk menyelesaikan konflik tersebut. Pasangan muda yang masih memiliki ego tinggi bisa belajar untuk berkomunikasi secara terbuka dan saling memahami pasangan agar keintiman meningkat dan kualitas hubungan terjaga.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang Berbeda Agama

Pratama (2021) berkontribusi pada penelitian tentang bagaimana pembangunan hubungan pada pasangan suami istri yang berbeda agama, yaitu Islam dan Katolik. Pernikahan beda agama juga bukan tanpa masalah. Menurut Zahara dan Makhfud (2022), masalah yang akan dihadapi pasangan suami istri yang berbeda agama adalah berkurangnya keharmonisan dalam waktu lama, adanya potensi konflik karena keinginan orang tua untuk memeluk agama yang mereka yakini, sehingga salah satu pihak bisa merasa terdiskriminasi. Pada penelitiannya, fase orientasi adalah adanya interaksi awal antara pasangan beda agama tersebut seperti menyapa secara malu-malu. Kemudian terjadi penetrasi sosial di mana kedua belah pihak saling bertukar SMS dan menghubungi lewat telepon hingga beraktivitas bersama-sama. Mayoritas konflik justru datang dari keluarga, bukan dari pihak suami istri. Meski berbeda agama, komunikasi dua

arah dan keterbukaan menjadi kunci dalam pemeliharaan hubungan dan membangun keintiman. Pasangan tersebut menjalani komunikasi dan *self-disclosure* secara spontan seperti jika ada kesalahpahaman, mereka segera membicarakannya, sesuai dengan fase pada penetrasi sosial, yaitu *stable exchange* di mana terjadi *self-disclosure* secara spontan dan terus menerus dengan aspek *breadth* dan *depth* yang dalam.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang mana Sang Istri sedang Mengalami *Baby Blues Syndrome*

Pada komunikasi antara istri yang mengalami *baby blues syndrome* dengan suaminya, telah dilakukan penelitian oleh Yusniawati dan Ganiem (2024). *Baby blues syndrome* adalah gangguan perasaan yang terjadi pada ibu baru karena sedang beradaptasi dengan kehidupan setelah kelahiran bayi, namun gangguan ini perlu diwaspadai jika tidak hilang setelah dua minggu pasca melahirkan (Wahyuni et al., 2023). Peran suami penting ketika istri mengalami *baby blues syndrome* karena semakin tinggi *social support* dari suami, semakin rendah peningkatan gejala *baby blues syndrome* pada istrinya (Novianti et al., 2024). Menurut Friedman dalam Novianti et al. (2024), *social support* dalam konteks komunikasi adalah komunikasi verbal dan non-verbal terhadap ibu hamil dalam lingkungan sosialnya. Menurut hasil penelitian Yusniawati dan Ganiem (2024), istri yang mengalami *baby blues syndrome* biasanya menjadi komunikator atau *source* dari pesan. Pesannya adalah hal-hal yang berkaitan dengan emosi dan kebutuhan bayi serta kebutuhan dukungan dari suami. *Channel* komunikasinya adalah tatap muka dan WhatsApp. Suami adalah komunikan atau dengan kata lain *receiver*. Istri telah masuk ke tahapan *stable exchange* karena telah melakukan *self-disclosure* yang cukup dalam dari segi *breadth* dan *depth*. Lalu, respon dari suami menentukan efektivitas komunikasi. *Self-disclosure* lebih banyak dilakukan oleh pihak istri dan hal ini berdampak pada *support* yang diberikan oleh suami. Salah satu sampel penelitian Novianti et al. (2024) mengaku bahwa meski telah melakukan *self-disclosure* tentang *baby blues syndrome*, ia tidak mendapatkan *support* dari suaminya dikarenakan sang suami tidak mengerti kondisi kesehatannya dan mengakui bahwa gangguan emosi adalah hal yang wajar bagi ibu baru. Akhirnya, sampel yang tidak mendapatkan *support* dari suaminya melakukan *self-disclosure* kepada pihak lain seperti teman dekatnya yang juga sudah menjadi ibu. Dari penelitian tersebut juga ditemukan suatu pola. Pada periode *baby blues syndrome*, efektivitas pola komunikasi dipengaruhi oleh keterbukaan istri, empati suami, *support* kebutuhan istri, sikap positif, dan kesetaraan. Hal ini sesuai dengan pendapat DeVito pada aspek komunikasi antarpribadi dalam pernikahan. Ketika suami gagal untuk melakukan *support* atau tidak berempati pada istrinya yang mengalami *baby blue syndrome*, maka akan ada potensi terjadinya depenetrasi sosial yang ditandai dengan istri yang tertutup dengan gangguan emosinya dan justru menceritakannya (*self-disclosure*) ke orang lain.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang Menjalani *Long Distance Marriage*

Kurniati (2018) berkontribusi pada penelitian dengan pendekatan *social penetration theory* pada pengelolaan hubungan *long distance marriage*. *Long distance marriage* adalah suami dan istri yang tinggal terpisah oleh jarak dan waktu, sehingga tidak bisa bertemu karena berbagai faktor seperti pendidikan dan ekonomi (Mahfudz, 2024). Hasrat dan komunikasi yang tepat dan konstan pada suami istri yang menjalani *long distance marriage* penting untuk menjaga keharmonisan dan sukses dalam pernikahannya (Sawai et al., 2023). Menurut studi oleh Kurniati (2018), perkembangan hubungan antarpribadi tidak bersifat linear. Jadi, ada naik-turun dalam perkembangan hubungan dan perkembangan ini dipengaruhi oleh keterbukaan individu terhadap pasangannya. Pada model bawang Altman & Taylor, untuk membangun hubungan maka perlu adanya *self-disclosure* atau membuka diri. Namun, fase penetrasi sosial bisa terjadi naik (penetrasi) atau turun (depenetrasi). Untuk pasangan yang menjalani *long distance marriage*, komunikasi dan *self-disclosure* secara terus-menerus pada fase *stable exchange* bisa dilakukan dengan teknologi komunikasi.

Meski demikian, ada tantangan pada komunikasi termediasi oleh teknologi seperti ketidakmampuan medianya dalam mengomunikasikan isyarat non-verbal, sehingga penyampaian dan makna yang ingin disampaikan juga terbatas.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang Menikah lebih dari Lima Tahun dan sudah Memiliki Anak

Pratiwi (2023) berkontribusi dengan meneliti *deep talk* atau percakapan mendalam pada suami istri yang menikah lebih dari lima tahun dan sudah memiliki anak. Penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara (kualitatif). *Deep talk* adalah percakapan secara mendalam atau bermutu yang dilakukan oleh dua orang yang telah percaya satu sama lain yang topiknya menarik bagi lawan bicara, butuh keterbukaan, dan sering menciptakan solusi untuk suatu masalah (Putri et al., 2024). Jika ditinjau dari sisi *breadth* dan *depth*, *deep talk* dilakukan oleh orang-orang yang ada pada fase *affective exchange* atau *stable exchange* seperti suami istri. Dari penelitian oleh Pratiwi (2023) didapatkan bahwa dua informan penelitiannya adalah satu pasangan istri *dual-earner* dan satu pasangan di mana hanya suami saja yang bekerja. *Dual-earner* adalah pasangan suami istri di mana keduanya memiliki penghasilan/bekerja (Ramadhani & Setiawan, 2020). Suami cenderung mengungkapkan stres dan lelahnya di kantor kepada istri, sedangkan istri lebih sering mencurahkan tentang bagaimana peliknya permasalahan di rumah. Pada informan istri yang juga merupakan pekerja, ia mengaku bahwa kesulitan dan merasa tidak menjalankan peran sebagai istri dan ibu dengan baik. Suami istri tersebut sama-sama melakukan *self-disclosure* dengan dimensi *breadth* dan *depth* yang besar dalam *deep talk* mereka dan keduanya mencari solusi tentang bagaimana cara menyelesaikan konflik dalam rumah tangga mereka. Penerapan *deep talk* ini bisa membuat suami istri kembali menjalani hubungan yang harmonis dan membangun hubungan suami istri yang jauh lebih baik.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang Mana Sang Istri sedang Hamil

Eddy dan Hertlein (2020) meneliti bagaimana penggunaan teknologi komunikasi seperti ponsel, pesan singkat, telepon, dan lain sebagainya pada suami istri ketika istri sedang hamil dengan metode *thematic analysis* (kualitatif). Komunikasi yang baik oleh suami ketika istri hamil berupa tidak mendominasi, memberikan ruang bagi istrinya untuk berpendapat, dan berempati (Supiana & Mawaddah, 2021). Eddy dan Hertlein (2020) menemukan bahwa pada analisisnya, penggunaan teknologi pada suami istri ketika istrinya hamil, dapat membuat ikatan mereka semakin kuat atau justru terjadi diskoneksi karena perilaku pasangan dalam memakai teknologi komunikasinya. Teknologi komunikasi dapat membuat komunikasi antara suami dengan istri yang sedang hamil semakin kuat karena kemudahan dalam menghubungi satu sama lain. Contohnya, ketika istri ingin ke rumah sakit, ia hanya perlu menelpon suaminya. Karena inilah teknologi komunikasi tersebut dapat membangun kedekatan. Selain itu, pesan positif dari suami kepada istrinya yang sedang hamil dapat membantu sang istri untuk merasa terhubung dan didukung secara emosional. Namun, ada juga istri yang merasakan adanya diskoneksi karena teknologi. Contohnya, karena teknologi, suaminya hanya sibuk menonton televisi ketika memijatnya, sehingga usaha sang suami terasa hanya setengah hati saja di mata istrinya. Selain itu, ada juga suami yang terlalu fokus dengan ponselnya, sehingga kehilangan interaksi dengan istrinya yang sedang hamil. Dari pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure*, diskoneksi bisa disamakan dengan depenetrasi di mana terjadi konflik seperti terlalu banyak memegang ponsel dan tidak fokus ke istri karena fokus dengan tontonan pada televisi. Namun, teknologi juga memungkinkan terjadinya penetrasi sosial karena adanya pertukaran informasi secara terus-menerus. Apalagi, di saat hamil, istri melakukan *self-disclosure* dengan *breadth* dan *depth* yang cukup besar kepada suaminya seperti keluhan dan mencurahkan perasaan ketika sedang hamil.

Teknologi dapat membuat hubungan pada suami istri semakin intim atau renggang, tergantung bagaimana penggunaannya.

Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri yang Berusia Lanjut

Kulik et al. (2016) meneliti bagaimana resolusi konflik pada pasangan suami istri yang berusia lanjut. Dengan metode kuesioner (kuantitatif), mereka meneliti bagaimana strategi resolusi konflik antarpribadi pada suami istri yang menjadi sampel penelitiannya. Dari penelitiannya, Kulik et al. (2016) menemukan bahwa pasangan suami istri berusia lanjut cenderung menggunakan strategi resolusi konflik yang bersifat kooperatif daripada konfrontasional. Jika ditinjau dari *social penetration theory* dan *self-disclosure*, strategi resolusi konflik yang bersifat kooperatif seperti konsesi (mendengar pendapat pasangan) baik untuk membangun keintiman dan mencegah terjadinya depenetrasi. Sebaliknya, *self-disclosure* yang bersifat konfrontasional seperti dominasi dan tidak mendengarkan pendapat cenderung akan membuat salah satu pihak (suami ataupun istri) tidak senang, sehingga berpotensi terjadi depenetrasi. Akibatnya, suami/istri enggan untuk melakukan *self-disclosure* pada *breadth* dan *depth* tertentu ketika konflik terjadi lagi di kemudian hari. Meski demikian, strategi integrasi di mana kedua belah pihak (suami dan istri) sama-sama mendapatkan *win-win solution* lebih baik untuk membangun keintiman. Contohnya adalah dengan *deep talk* yang dilakukan oleh informan pada penelitian oleh Pratiwi (2023).

Overview Aplikasi *Social Penetration Theory* dan *Self-Disclosure* pada Pasangan Suami Istri

Pada rentang tahun 2015-2024, terdapat berbagai penelitian yang menggunakan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* dalam komunikasi antarpribadi antara suami dan istri untuk berbagai kondisi, yaitu suami istri yang memiliki selisih usia cukup jauh (13-20 tahun), suami istri yang menikah muda, suami istri yang berbeda agama, suami istri yang mana sang istri sedang mengalami *baby blues syndrome*, suami istri yang menjalani *long distance marriage*, suami istri yang menikah lebih dari lima tahun dan memiliki anak, suami istri yang mana istrinya sedang hamil, dan suami istri yang berusia lanjut. Lalu, dari delapan penelitian tersebut, *self-disclosure* secara konsisten menjadi kunci dalam menjaga dan membangun hubungan yang baik antara suami dan istri, apa pun latar belakang pernikahan dan kondisi suami istrinya. *Self-disclosure* ini berbentuk *deep talk* seperti menceritakan masalah yang terjadi pada masing-masing individu (suami dan istri). Meski demikian, *self-disclosure* yang dilakukan juga harus mempertimbangkan cara yang tepat, misalnya untuk resolusi konflik, maka caranya adalah tidak dengan bentuk konfrontasional atau dominasi, namun dengan mengedepankan integrasi dan konsesi. Komunikasi dan *self-disclosure* yang baik dengan unsur *breadth* dan *depth* yang besar akan membuat pasangan suami istri semakin intim. Sebaliknya, komunikasi dan *self-disclosure* yang kurang baik berpotensi mengakibatkan terjadinya depenetrasi sosial. Hubungan pada suami dan istri juga berlangsung tidak linear atau naik turun sesuai dengan aspek penetrasi dan depenetrasi karena kurangnya *self-disclosure* akibat rasa takut. Mayoritas metode penelitian yang memakai pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* bersifat kualitatif dengan wawancara menjadi metode yang paling sering dipakai. Ada ruang untuk dieksplor untuk metode kuantitatif atau metode kualitatif selain wawancara untuk mengkaji komunikasi dan hubungan antara suami dan istri.

Penelitian pada tahun 2015-2024 yang menggunakan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* dalam kasus suami istri telah mencakup berbagai kondisi. Namun, dalam rentang tersebut, terdapat *gap* seperti kurangnya penelitian pada suami istri dengan kondisi seperti sempat cerai kemudian rujuk, suami istri yang sama-sama penganggur atau tidak berpenghasilan, suami istri disabilitas (salah satu

atau keduanya), suami istri yang mengalami perselingkuhan, suami istri yang berbeda ras, suami istri yang berbeda kewarganegaraan, suami istri yang pisah ranjang, suami istri dengan usia pernikahan yang cukup lama namun belum memiliki anak, dan komunikasi antarpribadi suami istri berdasarkan tempat tinggal seperti tinggal di apartemen, indekos, rumah sendiri, atau rumah mertua. Penelitian dengan sampel tersebut dan metode kuantitatif akan mengisi *gap* pada riset yang ada pada aplikasi *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada suami istri.

PENUTUP

Dari *systematic literature review* ini, bisa disimpulkan bahwa *social penetration theory* dan *self-disclosure* masih menjadi teori dan konsep yang relevan hingga saat ini dalam konteks membangun keintiman dan menjaga hubungan pada suami istri. Hubungan pada suami dan istri juga tidak linear karena adanya fase penetrasi dan depenetrasi akibat *self-disclosure* dan ketakutan dalam pengungkapan diri. Keterbukaan, *self-disclosure*, *deep talk*, empati, dan resolusi konflik yang bersifat kooperatif atau dengan kata lain komunikasi antarpribadi yang baik menjadi kunci untuk menjaga dan membangun hubungan baik pada suami istri dalam menjalankan rumah tangga, apa pun latar belakang dan kondisi mereka. Sebaliknya, depenetrasi sosial berpotensi terjadi jika komunikasi antarpribadi pada suami istri berjalan kurang baik seperti penggunaan teknologi secara berlebihan, tidak siap dengan keterbukaan, dan kurangnya empati. Peneliti di masa depan bisa meneliti lebih lanjut tentang bagaimana komunikasi antarpribadi dan perkembangan hubungan suami istri dengan pendekatan *social penetration theory* dan *self-disclosure* pada suami istri yang memiliki perbedaan seperti ras, kewarganegaraan, dan suku. Lebih lanjut, peneliti di masa depan juga bisa meneliti suami istri dengan kondisi pernah cerai kemudian rujuk, sedang mengalami perselingkuhan, tidak berpenghasilan/tidak bekerja, disabilitas, usia pernikahan cukup lama namun belum dikaruniai anak, dan berdasarkan tempat tinggal seperti indekos, kontrakan, rumah orang tua/mertua, atau rumah sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. Holt, Rinehart & Winston.
- Angelita, M., Lilik, S., & Yuliadi, I. (2016). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Perkawinan pada Remaja Putri yang Telah Menikah di Kecamatan Jebres Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 5(1), 92–105.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor, 2023. In *BPS*. Retrieved September 7, 2024, from <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTIZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>
- Carpenter, A., & Greene, K. (2015). Social Penetration Theory. *The International Encyclopedia of Interpersonal Communication*, 1–4. <https://doi.org/10.1002/9781118540190.wbeic160>
- Carrera-Rivera, A., Ochoa, W., Larrinaga, F., & Lasa, G. (2022). How-to conduct a systematic literature review: A quick guide for computer science research. *MethodsX*, 9, 101895. <https://doi.org/10.1016/j.mex.2022.101895>
- Eddy, B. P., & Hertlein, K. M. (2020). Staying Connected: A Qualitative Analysis of Couple's Technology Use during Pregnancy. *Marriage & Family Review*, 57(1), 43–58. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1740372>

- Elena-Adriana, T., Maria, O., Ovidiu, G., Cristina, G., Gabriela, B., & Manuela, G. (2014). The Impact of Communication in the Harmonization of Couple Relationships. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 5041–5045. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1070>
- Endahwati, S. (2022). Civic Education Learning Strategies in the Formation of Tolerance for Class XI Students in the Construction and Property Business at SMK Negeri 2 Samarinda. *Educationist: Journal of Education and Cultural Studies*, 1(1), 192–206. <https://jurnal.litnuspublisher.com/index.php/jecs/article/view/122>
- Fitriani, A. (2015). Penetrasi Sosial dalam Pernikahan Beda Budaya. *Al-Adyan Jurnal Studi Lintas Agama*, 10(1), 37–50. <https://doi.org/10.24042/ajsla.v10i1.1421>
- Griffin, E. A., Ledbetter, A., & Sparks, G. G. (2019). *A First Look at Communication Theory*.
- Harahap, S. R., & Lestari, Y. I. (2018). Peranan Komitmen Dan Komunikasi Interpersonal Dalam Meningkatkan Kepuasan Pernikahan pada Suami yang Memiliki Istri Bekerja. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 120. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.5603>
- Indah Marheni, Ag. K. (2019). Komunikasi Interpersonal Dalam Pernikahan. *SOLUTION, Journal of Counseling and Personal Development*, 1(1), 15–25.
- Juanda, J., & Eveline, S. (2018). Membangun Komunikasi Suami-Istri Sebagai Sarana Keharmonisan Keluarga. *Jurnal Teologi Dan Pelayanan Kerusso*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.33856/kerusso.v3i1.79>
- Kadji, K., & Mast, M. S. (2021). The effect of physician self-disclosure on patient self-disclosure and patient perceptions of the physician. *Patient Education and Counseling*, 104(9), 2224–2231. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2021.02.030>
- Kitchenham, B., Brereton, O. P., Budgen, D., Turner, M., Bailey, J., & Linkman, S. (2008). Systematic literature reviews in software engineering – A systematic literature review. *Information and Software Technology*, 51(1), 7–15. <https://doi.org/10.1016/j.infsof.2008.09.009>
- Kulik, L., Walfisch, S., & Liberman, G. (2016). Spousal conflict resolution strategies and marital relations in late adulthood. *Personal Relationships*, 23(3), 456–474. <https://doi.org/10.1111/pere.12137>
- Kurniati, G. (2018). Pengelolaan Hubungan Romantis Jarak Jauh (Studi Penetrasi Sosial Terhadap Pasangan Yang Terpisah Jarak Geografis Sejak Pacaran Hingga Menikah). *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 4(1). <https://doi.org/10.7454/jki.v4i1.8876>
- Latifa, R. (2018). *Pengaruh Self-Disclosure dan Religiusitas terhadap Kepuasan Pernikahan pada Suami-Istri dengan Status Sosial Ekonomi Rendah di Jakarta Utara* [Skripsi]. UIN Jakarta.
- Luthfi, M. (2017). Komunikasi Interpersonal Suami dan Istri dalam Mencegah Perceraian di Ponorogo. *ETTISAL JOURNAL OF COMMUNICATION*, 2(1), 51–63. <https://doi.org/10.21111/ettisal.v2i1>
- Mahfudz, M. S. (2024). Long Distance Marriage to Keep Sakinah's Family Established. *Al Mashaadir Jurnal Ilmu Syariah*, 4(2), 53–61. <https://doi.org/10.52029/jis.v4i2.107>
- Miller, K. (2005). *Communication Theories: Perspectives, Processes, and Contexts*. McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages.
- Musrifah. (2017). SELF DISCLOSURE PASANGAN TA'ARUF (Perspektif Komunikasi Interpersonal). *Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 1(2), 105–119.

- Napitupulu, E. E., Toruan, R. M. L. L., & Simanjuntak, M. (2023). Pola Komunikasi Suami Istri Dalam Penyelesaian Masalah Di Awal Masa Pernikahan. *JURNAL TEKNOLOGI, KESEHATAN, DAN ILMU SOSIAL (TEKESNOS)*, 5(1), 47–55. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/tekesnos/article/view/4148>
- Neuman, W. L. (2013). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*.
- Novianti, R. D., Sondakh, M., & Rembang, M. (2017). Komunikasi Antarpribadi dalam Menciptakan Harmonisasi (Suami dan Istri) Keluarga di Desa Sagea Kabupaten Halmahera Tengah. *ACTA DIURNA KOMUNIKASI*, 6(2), 1–15.
- Novianti, K., Firmansyah, F. A. A., & Nirmala, A. P. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial (Suami) Dan Kecemasan Terhadap Baby Blues Pada Ibu Melahirkan Di Kelurahan Ngadirejo Kecamatan Reban Kabupaten Batang. *KOLONI*, 3(3), 49–56.
- Nurhakki, N. (2017). Mengelola Konflik Pasangan. *Komunida Media Komunikasi Dan Dakwah*, 7(1), 87–100. <https://doi.org/10.35905/komunida.v7i1.473>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pati, D., & Lorusso, L. N. (2017). How to Write a Systematic Review of the Literature. *HERD Health Environments Research & Design Journal*, 11(1), 15–30. <https://doi.org/10.1177/1937586717747384>
- Prameswara, A. D., & Sakti, H. (2017). Pernikahan Jarak Jauh (Studi Kualitatif Fenomenologis Pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh). *DOAJ (DOAJ: Directory of Open Access Journals)*. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15360>
- Pratama, R. A. (2021). Proses Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Relasi Pasangan Beda Agama GN dan DN. *Jurnal Audience*, 4(02), 221–233. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i2.4340>
- Pratiwi, E. R. (2023). Pemanfaatan Deeptalk Dalam Mempertahankan Hubungan Harmonis Pasangan Suami Istri. *Komunika*, 19(01), 09–16. <https://doi.org/10.32734/komunika.v19i01.11202>
- Putri, N. A., Adilla, T. A., Nasution, D. A. P., & Sabillah, A. P. (2024). Self Disclosure Pada Mahasiswa Dalam Melakukan Deep Talk Terhadap Pacarnya. *Parade Riset Mahasiswa*, 1(1), 121–134.
- Qori, U., Agustian, N., & Ramadhanni, W. (2022). The Effect of Self-Disclosure on Marital Satisfaction in Couples who Have Not Had Children. *European Journal of Psychological Research*, 9(3), 21–29.
- Ramadhani, A. I., & Setiawan, J. L. (2020). Peran Agreeableness dan Resolusi Konflik Terhadap Co-parenting Pada Pasangan Dual-Earner. *Psychopreneur Journal*, 4(1), 11–20. <https://doi.org/10.37715/psy.v4i1.1746>
- Riza, W. L., Rahman, P. R. U., & Fajri, D. T. (2021). Attachment dan Self-Disclosure sebagai Prediktor dari Kepuasan Pernikahan pada Pasangan yang Menikah secara Ta'aruf. *Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 6(2), 20–33.
- Rosita, I., Idrus, N. I., Abidin, K., & Basir, M. (2024). Interpersonal communication of young married couples in maintaining their households. *Gema Wiralodra*, 15(1), 361–371. <https://doi.org/10.31943/gw.v15i1.611>

- Ruben, B. D., & Stewart, L. (2019). *Communication & Human Behavior*.
- Santoso, S. (2016). Hakekat Perkawinan Menurut Undang-undang Perkawinan, Hukum Islam dan Hukum Adat. 7(2), 412–434. <https://doi.org/10.21043/yudisia.v7i2.2162>
- Sawai, N. J. P., Sawai, N. R. P., Masdin, N. M., & Aziz, N. a. R. A. (2023). Sustaining Long-Distance Relationship Through Love, Trust, and Dedication among Married Couples. *MANU Jurnal Pusat Penataran Ilmu Dan Bahasa (PPIB)*, 34(1), 63–80. <https://doi.org/10.51200/manu.v34i1.4475>
- Setiawan, D., & Sukendro, G. G. (2023). Self-Disclosure Overview of Women in Starting Relationship with Men via Bumble Application during The Covid-19 Pandemic. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(1), 872–879. <https://doi.org/10.24912/ijassh.v1i1.25955>
- Siregar, S. R., Wardaya, W., & Tas'an, D. (2017). Implementasi Kebijakan Transportasi Publik dalam Mengatasi Kemacetan Lalu Lintas di Medan. *Jurnal Manajemen Transportasi & Logistik (JMTRANSLOG)*, 4(2), 147. <https://doi.org/10.54324/j.mtl.v4i2.73>
- Supiana, N., & Mawaddah, S. (2021). Peran Suami Dalam Pelaksanaan Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K) di Puskesmas Tanjung Karang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Farmasi*, 9–1, 14–17.
- Sutantri, P., Nursih, I., & Winangsih, R. (2023). Romantic Relationship Suami Istri Beda Usia (Studi Kasus di Desa Sukasari Kecamatan Kaduhejo Kabupaten Pandeglang). *LUGAS Jurnal Komunikasi*, 7(1), 98–103.
- Tsani, W. L. (2021). Trend Ajakan Nikah Muda Ditinjau dalam Aspek Positif dan Negatif. *El-Usrah Jurnal Hukum Keluarga*, 4(2), 418. <https://doi.org/10.22373/ujhk.v4i2.8271>
- Wahyuni, N. W. E., Rahyani, N. K. Y., & Senjaya, A. A. (2023). Karakteristik Ibu Postpartum dengan Baby Blues Syndrome. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (the Journal of Midwifery)*, 11(1), 114–120. <https://doi.org/10.33992/jik.v11i1.2440>
- Widyanisa, A., Lubis, H., & Sary, K. A. (2018). Pola Komunikasi Interpersonal pada Pasangan Suami Istri yang Menjalani Long Distance Marriage (Studi Kasus Pada Karyawan PT. Pertamina Persero Kota Balikpapan). *eJournal Ilmu Komunikasi*, 6(4), 385–397.
- Yusniawati, D., & Ganiem, L. M. (2024). Husband and Wife Communication Patterns in Periode Baby Blues Syndrome. *Journal of Dialogos*, 1(3), 17–24.
- Zahara, R., & Makhfud, N. (2022). Problematika Pernikahan Beda Agama: Antara Konsep dan Praktek di Masyarakat. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 3(1), 59–72. <https://doi.org/10.33367/ijhass.v3i1.2839>