

GAMBARAN KETERBUKAAN DIRI (Studi Deskriptif pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta)

Dwiny Yusnita Sari¹

Wirda Hanim²

Dharma Setiawaty R.³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan jenis penelitian survei. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 288 siswa dengan menggunakan teknik sampling *simple random sampling* dilakukan secara acak dengan undian sehingga 144 siswa digunakan sebagai sampel. Pengumpulan data menggunakan instrumen keterbukaan diri yang dibuat berdasarkan teori dari Johnson. Berdasarkan hasil uji coba dari 105 butir pernyataan, diketahui 86 butir valid dan 19 butir drop, karena jumlah pernyataan yang valid pada tiap indikator berbeda, maka butir pernyataan di tiap indikator diseimbangkan. Hal ini dilakukan agar masing-masing indikator memiliki keterwakilan yang sama sehingga jumlah instrumen final sebanyak 62 butir pernyataan dengan realibilitas 0,731 yang berarti cukup. Keseluruhan hasil penelitian menunjukkan keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta berada dalam kategori sedang. Sebanyak 17 siswa (12%) berada dalam kategori tinggi yang berarti mampu terbuka dirinya dalam komunikasi, sebanyak 118 siswa (81,95%) berada dalam kategori sedang yang berarti cukup mampu terbuka dirinya dalam komunikasi, dan sebanyak 9 siswa (6,25%) berada dalam kategori rendah yang berarti kurang mampu terbuka dirinya dalam komunikasi.

Kata Kunci : Keterbukaan Diri Siswa

PENDAHULUAN

Pada dasarnya salah satu aspek manusia adalah makhluk sosial, manusia secara alami selalu membutuhkan hubungan atau komunikasi dengan manusia yang lain (Bimo, 2001), sedangkan komunikasi yang terjadi menurut Mulyana adalah seseorang menyampaikan pesan baik verbal atau nonverbal kepada seseorang penerima yang bereaksi dengan memberi jawaban verbal begitupun sebaliknya (Mulyana, 2007). Pesan yang disampaikan dalam komunikasi terjadi secara timbal balik antara pengirim dan penerima pesan.

Fungsi komunikasi dalam hubungan

dengan orang lain yaitu dapat mengenal orang lain melalui pembukaan diri, bertukar pikiran, meminta bantuan, hingga saling membantu mengubah sikap dan perilaku bersama orang lain (Bimo, 2001). Melalui komunikasi interpersonal dalam membangun hubungan, seseorang dapat saling mengenal orang lain yang secara tidak langsung juga bermanfaat bagi kehidupan pribadi yang melakukan komunikasi interpersonal tersebut yaitu mengungkapkan perasaan dan gagasan, semakin mengenal diri, menjelaskan perasaan, isi pikiran dan perilaku diri sendiri (Bimo, 2001).

Lingkungan sosial remaja terdiri

¹ Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, dwinyusnitasari@gmail.com

² Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, wurdahanim10@gmail.com

³ Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, dharmasetiawaty@gmail.com

dari teman sebaya dan anggota keluarga. Kebutuhan masa remaja untuk mengandalkan teman sebayanya dan bukan orang tua semakin meningkat. Hal tersebut dilakukan remaja untuk memperoleh dukungan sosial dalam menghadapi masa-masa kritis atau kebingungan sebagai akibat dari perubahan tahap perkembangannya, yaitu dari anak-anak menjadi remaja. Remaja sering kali dihindari rasa takut akan dikucilkan oleh kelompok teman sebayanya (Santrock, 2003). Mengatasi hal tersebut, remaja mencoba untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan sosial mereka sebagai cara untuk memperoleh keakraban dan mempertahankan hubungan pertemanan yang sudah terjalin dengan baik.

Buhrmester (dalam Santrock) menjelaskan bahwa semakin besar tingkat keakraban pada persahabatan antar remaja menyebabkan remaja dituntut untuk mempelajari sejumlah kemampuan untuk hubungan dekan termasuk mengetahui bagaimana cara untuk membuka diri sendiri dengan tepat, mampu menyediakan dukungan emosi untuk teman, dan mampu untuk menangani ketidaksetujuan agar tidak merusak keakraban dari persahabatan (Santrock, 2003).

Untuk menghasilkan keterbukaan diri yang tepat, seseorang akan membutuhkan rasa aman dan nyaman. Rasa aman dan nyaman dapat diperoleh dalam sebuah penerimaan.

Dalam menjalin hubungan dengan sebayanya, remaja menginginkan teman yang mempunyai minat dan nilai-nilai yang sama, yang dapat mengerti dan membuatnya nyaman dan yang kepadanya ia dapat mempercayakan masalah-masalah dan membahas hal-hal yang tidak dapat dibicarakan dengan orang tua maupun guru.

Pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa pertemanan yang terjalin pada usia remaja dipengaruhi oleh anggapan yang menyatakan bahwa hanya remaja lain yang lebih bisa mengerti dan memahami dirinya daripada anggota keluarga. Anggapan tersebut didasari oleh arti dari teman sebaya. Teman sebaya (*peers*) adalah anak-anak

atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan pada remaja tersebut banyak dijumpai dilingkungan sekolah.

Keterbukaan diri juga perlu bagi remaja karena merupakan periode individu belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima segala kelebihan dan kekurangan dirinya maupun orang lain. Havighurst mengatakan salah satu tugas perkembangan remaja adalah mampu menjalin hubungan baru dan lebih matang dengan teman sebaya atau lawan jenis (Hurlock, 1980). Keterbukaan diri yang dilakukan oleh remaja biasanya diungkapkan mengenai hal-hal yang bersifat umum, seperti masalah trend, gaya hidup, hobi, pengalaman hidup, dan lainnya. Sedangkan yang bersifat khusus seperti halnya masalah pribadi yang sedang dialaminya (Derlaga, 1993)

Berdasarkan fenomena yang terjadi di SMP Negeri 48 Jakarta, maka peneliti mengadakan penelitian untuk mengetahui gambaran keterbukaan diri siswa karena jika dibiarkan terus menerus berpengaruh terhadap kehidupan sosialnya sehingga siswa tidak bisa mengembangkan potensinya secara optimal, seperti dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar cenderung pasif, ketika berbicara di depan kelas mengalami rasa cemas, sering melamun, dan tidak bisa konsentrasi sepenuhnya saat sedang belajar. Peneliti memilih kelas VIII untuk diteliti karena siswa mengalami masa transisi dari kelas VII menuju kelas VIII sehingga sedang mencari jati diri siswa.

Rumusan masalah utama dalam penelitian ini adalah: Bagaimana gambaran keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta, dan Bagaimana perbedaan keterbukaan diri antar kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta.

KAJIAN TEORI

Johnson mengemukakan bahwa pembukaan diri atau keterbukaan diri

merupakan mengungkapkan reaksi atau tanggapan kita terhadap situasi yang sedang kita hadapi serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan atau yang berguna untuk memahami tanggapan kita dimasa kini tersebut (Johnson, 1993: 25). Devito mengemukakan bahwa keterbukaan diri merupakan jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang biasanya kita sembunyikan (Devito, 1997). Sedangkan, Mulyana mengemukakan bahwa keterbukaan diri dapat diartikan memberikan informasi tentang diri (Mulyana, 2007).

Mulyana menggambarkan beberapa ciri keterbukaan diri yang tepat antara lain: merupakan fungsi dari suatu hubungan sedang berlangsung, dilakukan oleh kedua belah pihak, disesuaikan dengan keadaan yang berlangsung, berkaitan dengan apa yang terjadi saat ini pada dan antara orang-orang yang terlibat, dan ada peningkatan dalam penyikapan, sedikit demi sedikit (Mulyana, 2007). Johnson mengatakan terdapat enam aspek keterbukaan diri antara lain: bersikap objektif, bersikap provosional. Memahami diri sendiri, memahami orang lain, menerapkan sikap percaya, dan menerapkan sikap terbuka (Johnson, 1993).

Sugiyo mengatakan bahwa 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 (Sugiyo, 2005). Oleh karena itu ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang dapat terbuka antara lain: efek diadik, besar kelompok, topik, gender atau jenis kelamin, kompetensi, penerima hubungan, dan kepribadian. Dalam berkomunikasi, individu tidak bisa langsung mengungkapkan apa yang ingin diungkapkan. Untuk bisa mengungkapkan masalah atau informasi, hubungan antar individu harus akrab dan terbuka. Semakin individu ingin terbuka untuk membicarakan suatu hal, maka semakin dalam taraf komunikasi yang terjadi. Supratiknya menggolongkan lima taraf dalam

komunikasi antar pribadi yang berkaitan dengan keterbukaan diri dalam komunikasi, antara lain: taraf kelima adalah basa-basi, taraf keempat adalah membicarakan orang lain, taraf ketiga adalah menyatakan gagasan atau pendapat, taraf kedua adalah keterbukaan isi hati dan perasaan, serta taraf pertama adalah hubungan puncak (Supratiknya, 1995).

Manfaat keterbukaan diri dalam komunikasi adalah agar individu dapat memberikan informasi tentang dirinya, seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, sikap, perilaku, keinginan, motivasi, ide, dan lainnya. Informasi yang telah disampaikan dapat menciptakan hubungan mendalam yang penuh makna sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan orang lain.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 48 Jakarta, yang beralamat di Jl. Raya Kebayoran Lama No. 192, Cipulir, Jakarta Selatan, Kode Pos 12230. Waktu penelitian ini dilaksanakan sejak bulan Mei sampai November 2015.

Metode yang digunakan adalah penelitian survei yang bersifat deskriptif. Penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta yang berjumlah 288 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi, karena anggota populasinya homogen atau relatif homogen (Sugiyono, 2012: 82). Siswa yang berada di kelas B, C, E, dan F merupakan siswa yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian dilakukan secara acak atau undian dengan jumlah 144 siswa.

Instrumen penelitian yang digunakan skala keterbukaan diri. Pernyataan-pernyataan yang terdapat pada skala kepercayaan diri disusun sesuai dengan kisi-kisi skala keterbukaan diri. Pembuatan kisi-kisi keterbukaan diri tersebut berdasarkan

teori Johnson dengan enam aspek yaitu: bersikap objektif, bersikap provosional, memahami diri sendiri, memahami orang lain, menerapkan sikap percaya, dan menerapkan sikap terbuka.

Berdasarkan hasil pengujian pada skala keterbukaan diri maka didapatkan item yang valid dengan tingkat kesalahan (alpha) yang ditentukan dalam pengujian validitas ini adalah sebesar 0,05. Setelah dilakukan uji validitas dari 105 butir pertanyaan yang diujikan, 86 pernyataan dinyatakan valid dan 19 dinyatakan tidak valid. Karena jumlah pernyataan yang valid pada tiap indikator berbeda, maka butir pernyataan di tiap aspek diseimbangkan. Hal ini dilakukan agar masing-masing aspek memiliki keterwakilan yang sama sehingga berjumlah 62 butir.

Kemudian berdasarkan perhitungan realibitas dengan menggunakan SPSS versi 20.0 setelah menghapus item tidak valid didapatkan skor sebesar 0,731. Skala keterbukaan diri dianggap cukup reliabel. Penyajian data dari hasil penelitian diawali dengan menentukan jumlah skor ideal tertinggi dan terendah dari gabungan keenam indikator keterbukaan diri, dengan pendeskripsian dibagi menjadi tiga yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Secara keseluruhan dapat digambarkan bahwa keterbukaan diri siswa di SMP Negeri 48 Jakarta meliputi enam aspek. Dari enam aspek yang ada, hasil penghitungan mean teoritik dan standar deviasi, yaitu mean teoritik μ sebesar 16,1 dan standar deviasi sebesar 189,8. Berdasarkan pada jawaban 144 siswa mengenai keterbukaan diri memiliki skor tertinggi sebesar 242 dan skor terendah yaitu 150.

Tabel 1
Kategorisasi Hasil Skor Keterbukaan Diri

Kategorisasi	Rentang Skor
Tinggi	$X \geq 210$
Sedang	$178 < X < 210$
Rendah	$X < 178$

Tabel 2
Kategorisasi Keseluruhan Keterbukaan Diri

Kategorisasi	Pesentase (%)	Jumlah Siswa	Total
Tinggi	12%	17	144
Sedang	81,95%	118	
Rendah	6,25%	9	

Grafik 1
Kategorisasi Keseluruhan Keterbukaan Diri



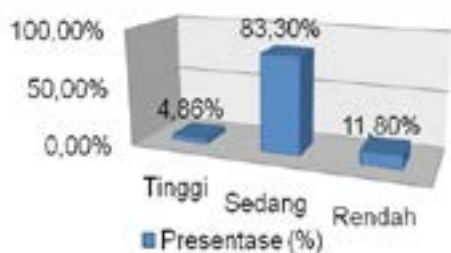
Hasil perhitungan skor keseluruhan keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta yaitu sebanyak 17 siswa (12%) berada dalam kategori keterbukaan diri tinggi, sebanyak 118 siswa (81,95%) berada dalam kategori keterbukaan diri sedang, dan sebanyak 9 siswa (6,25%) berada dalam kategori keterbukaan diri rendah.

Hasil perhitungan skor keterbukaan diri berdasarkan aspek berada dalam kategori sedang. Namun, dari enam aspek keterbukaan diri yang termasuk dalam kategori tinggi adalah aspek bersikap objektif mampu untuk menilai pesan secara objektif, berani menerima kritik, dan mencari informasi dari berbagai sumber dalam komunikasi sedangkan dalam kategori rendah adalah aspek bersikap provosional individu belum bersedia mengubah informasi atau pendapat yang semula tidak sesuai dengan pendapatnya dan membuat pertimbangan dalam membuat suatu keputusan.

Grafik 2
Aspek Bersikap Objektif Siswa Kelas VIII



Grafik 3
Aspek Bersikap Provosional Siswa Kelas VIII



Deksripsi data berdasarkan kelas dilihat dari aspek dimaksudkan untuk melihat perbedaan keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta. Berdasarkan hasil penelitian empat kelas yaitu VIII B, VIII C, VIII E, dan VIII F dalam kategori sedang.

Tabel 3
Kategorisasi Keterbukaan Diri Berdasarkan Kelas

Kelas	Kategori			Σ Siswa	Σ
	Tinggi	Sedang	Rendah		
	%	%	%		
VIII B	8,3%	69,4%	22,2%	36	144
VIII C	13,9%	72,2%	13,9%	36	
VIII E	11,1%	83,3%	5,6%	36	
VIII F	11,1%	83,3%	5,6%	36	

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di kelas VIII B memiliki skor rata-rata 192. Di kelas VIII C memiliki skor rata-rata 197,6. Kemudian, di kelas VIII E memiliki skor rata-rata 47,22 serta di kelas VIII F memiliki skor rata-rata 192,7. Dari keempat kelas tersebut menunjukkan skor rata-rata tertinggi berada pada kelas VIII C karena dari enam aspek keterbukaan diri hampir seluruh siswa dalam kelas tersebut mengalami berada dalam kategori tinggi dibandingkan kelas yang lain. Siswa sudah mampu bersikap objektif dengan segala sesuatu pesan yang diterima atau didengar sesuai dengan fakta, mampu bersikap provosional dengan mendengarkan pesan atau masukan yang baik dari teman untuk dirinya agar bila sesuai dengan dirinya mau mengubahnya, mampu memahami diri sendiri dengan melihat kelebihan dan kekurangan yang dimiliki diri sendiri, mampu memahami orang lain dengan melihat kelebihan dan kekurangan yang dimiliki orang lain, mampu menerapkan sikap percaya dengan memberikan kepercayaan kepada diri sendiri maupun orang lain, serta mampu menerapkan sikap terbuka dengan mau terbuka, berbagi

dalam komunikasi dengan teman.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai keterbukaan diri siswa kelas VIII yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian deskripsi data responden di kelas VIII menunjukkan bahwa persentase tertinggi siswa berada dalam kategori sedang dengan skor rata-rata 189,8. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta sudah cukup baik. Jumlah dan presentase siswa yaitu: 17 siswa (12%) berada dalam kategori keterbukaan diri tinggi yang berarti mampu terbuka dirinya dalam komunikasi, sebanyak 118 siswa (81,95%) berada dalam kategori keterbukaan diri sedang yang berarti cukup mampu terbuka dirinya dalam komunikasi, dan sebanyak 9 siswa (6,25%) berada dalam kategori keterbukaan diri rendah yang berarti kurang mampu terbuka dirinya dalam komunikasi.

Hasil penelitian berdasarkan enam aspek keterbukaan diri menunjukkan rata-rata skor terendah yaitu pada aspek bersikap provosional yaitu 16,6 yang berarti siswa kurang mampu untuk bersedia mendengarkan pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah posisi jika keadaan mengharuskan maksudnya adalah siswa kurang untuk mampu mendengarkan pesan yang tidak sesuai dengan dirinya dan tidak mau mengubah pesan yang disampaikan oleh individu lain. Aspek yang paling tinggi adalah bersikap objektif yaitu 47,4 yang berarti siswa sudah mampu menilai pesan secara objektif bukan karena argumentasi dirinya sendiri.

Hasil penelitian yang dilakukan di kelas VIII B memiliki skor rata-rata 192. Di kelas VIII C memiliki skor rata-rata 197,6. Kemudian, di kelas VIII E memiliki skor rata-rata 47,22 serta di kelas VIII F memiliki skor rata-rata 192,7. Keempat kelas ini menunjukkan gambaran keterbukaan diri siswa berada dalam kategori sedang. Siswa sudah cukup mampu bersikap objektif,

bersikap provosional, memahami diri sendiri, memahami orang lain, sikap percaya, dan sikap terbuka antar teman.

Berdasarkan hasil penelitian ini, keterbukaan diri memiliki peran penting terhadap komunikasi. Siswa yang memiliki keterbukaan diri akan mengungkapkan diri secara tepat; terbukti mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri sendiri, lebih kompeten, dapat diandalkan lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya individu yang kurang mampu dalam keterbukaan diri terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup.

Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh guru BK dalam menyikapi tentang keterbukaan diri siswa dengan memberikan layanan responsif seperti memberikan layanan bimbingan klasikal atau kelompok. Bagi siswa yang membutuhkan bantuan dalam mengatasi masalah keterbukaan diri, guru BK dapat memberikan layanan berupa konseling individu.

Berdasarkan hasil penelitian gambaran keterbukaan diri siswa kelas VIII, didapatkan saran-saran sebagai berikut:

1. Untuk siswa agar mendapatkan pengetahuan baru mengenai gambaran keterbukaan diri sehingga mampu terbuka dirinya dalam komunikasi secara optimal dan mengubah atau mengintropeksi diri kelebihan serta kelemahan yang dimiliki oleh dirinya maupun teman agar saling menghargai.
2. Untuk Guru Bimbingan dan Konseling agar dapat memberikan layanan berupa bimbingan klasikal atau bimbingan kelompok dengan topik keterbukaan diri. Namun, jika keterbukaan diri siswa yang berada dalam kategori rendah bisa diberikan layanan konseling kelompok atau konseling individual supaya dapat meningkatkan keterbukaan dirinya dengan siswa yang lain.
3. Untuk peneliti lainnya selanjutnya supaya mengembangkan penelitian mengenai

keterbukaan diri seperti dampak, faktor penyebab atau teknik konseling yang dapat digunakan untuk membantu siswa yang mengalami masalah keterbukaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Bimo, W. (2001). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset
- Derlaga, V.J. (1993). *Self Disclosure*. Newbury Park CA: Sage. Hurlock. (2004). *Developmental Psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Johnson. (1993). *Reaching Out; Interpersonal Effectiveness and Self Actualization, Fifth Edition*. USA: Allyn and Bacon.
- Mulyana,. (2007). *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Santrock. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2005). *Komunikasi Antarpribadi*. Semarang: Unnes Press.
- Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologi* Yogyakarta: Kanisius.