



## DUKUNGAN SOSIAL DAN PENGUNGKAPAN DIRI PADA PESERTA DIDIK PROGRAM KESETARAAN PAKET B

Lussy Dwiutami Wahyuni\*

Radjito\*\*

\*Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

\*\* Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.061.02>

Alamat Korespondensi:

[lussy@unj.ac.id](mailto:lussy@unj.ac.id)

### ABSTRACT

*This study aims to identify Social Support and Self Disclosure of Paket B students in PKBM Negeri 33 Malaka. This study was conducted using quantitative research, with ex-postfacto research method. Social Support instrument using adaptation from Social Support Scale by Rangga Amarullah and Self Disclosure instrument adaptation of The Jourard Sixty-Item Self Disclosure Questionnaire by Jourard and Lasakow. Procedure sampling technique use saturation sampling. Participants in this research were 38 people who are adolescence of Paket B Students in PKBM Negeri 33 Malaka. Based on the analysis of data, obtained by regression Social Support on Self Disclosure amounted to 13,6% with significance level of 0.023 ( $p < 0.05$ ). The results showed that there are significant Social Support to Self Disclosure Paket B students in PKBM Negeri 33 Malaka, shown by the regression equation  $Y = 0,637 + 0,294X$  which means higher Social Support, higher Self Disclosure, and vice versa.*

### Keywords

*social support, self disclosure, PKBM, non-formal, student*

### 1. Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal penting dalam kehidupan manusia yang menjadikan manusia berbeda dengan makhluk hidup lainnya. Berbeda dengan hewan yang mengandalkan insting dan naluri alamiahnya, manusia dibekali dengan akal pikiran untuk berperilaku dalam suatu situasi. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pendidikan berasal dari kata didik, yaitu proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Dengan adanya pendidikan maka pengetahuan, keterampilan dan sikap mental manusia pun meningkat. Secara tidak langsung mutu kehidupan manusia juga akan meningkat dengan sendirinya. Manusia pun mulai sadar akan pentingnya peningkatan mutu kehidupannya melalui suatu

proses transformasional dan pembelajaran. Di Indonesia sendiri, pendidikan diatur dalam Undang-Undang Dasar yang menyatakan bahwa setiap warga Negara berhak mendapat pendidikan (UUD 1945 pasal 31).

Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 13 ayat 1 dinyatakan bahwa jalur pendidikan terdiri dari pendidikan formal, nonformal, dan informal. Menurut Pasal 1 ayat 12 Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, dan diperkuat dengan Peraturan Pemerintah No. 17 Tahun 2010 tentang pengelolaan dan penyelenggaraan Pendidikan, khususnya pasal 1 ayat 31 menyebutkan bahwa pendidikan nonformal adalah jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang. Pendidikan nonformal biasanya

bersifat praktis dan khusus serta pendidikannya berlangsung singkat.

Salah satu bentuk pendidikan nonformal adalah layanan pendidikan untuk masyarakat atau lebih dikenal dengan Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM). Undang-undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional mengakui bahwa PKBM adalah Satuan Pendidikan nonformal. Menurut Sihombing (2001) tujuan dari PKBM adalah untuk menggali, menumbuhkan, mengembangkan, dan memanfaatkan seluruh potensi yang ada di masyarakat itu sendiri.

Salah satu Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat yang terdapat di bilangan Jakarta Timur adalah PKBM Negeri 33 Malaka. PKBM yang terletak di Perumnas Klender ini bertujuan untuk mengembangkan pendidikan luar sekolah sekaligus juga untuk menjadi lembaga pendidikan nonformal yang dapat memenuhi kebutuhan masyarakat akan pendidikan. PKBM Negeri 33 Malaka memiliki program pembelajaran yaitu program Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Program Kesetaraan Paket A, Paket B serta Paket C dan pembelajaran keterampilan. Program kesetaraan merupakan pintu masuk untuk mengintegrasikan pendidikan peserta didik dengan sistem pendidikan nasional yang diterapkan di Indonesia. Program paket A setara dengan Sekolah Dasar (SD), program paket B setara dengan Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan program paket C setara dengan Sekolah Menengah Akhir (SMA) (Peraturan Pemerintah No. 17 Tahun 2010 pasal 100 ayat 2).

Peserta didik di PKBM Negeri 33 Malaka berasal dari latar belakang yang berbeda, baik secara ekonomi, keadaan sosial, usia, dan dasar pendidikan sebelumnya. Seperti sasaran PKBM secara umum yang diperuntukan untuk kelompok masyarakat yang terkendala masuk ke jalur pendidikan formal karena berbagai hal seperti kendala ekonomi, letak geografis, masalah sosial atau kasushukum.

Keadaan PKBM Negeri 33 Malaka kurang dari kata layak, dilihat dari letaknya yang berada di Daerah Khusus Ibukota Jakarta dan khususnya lembaga pendidikan milik pemerintah, seharusnya PKBM Negeri 33 Malaka menjadi standar atau acuan dari PKBM Negeri maupun swasta yang ada di sekitar bilangan Jakarta Timur.

Namun nyatanya, PKBM Negeri 33 Malaka berada di tengah-tengah pasar tradisional yang sedikit sulit untuk diakses dengan menggunakan kendaraan. Selain itu aroma tempat pembuangan sampah dari pasar tradisional tersebut pun masuk hingga ke dalam ruangan kelas tempat belajar. Kondisi tersebut membuat peserta didik sering mengeluhkan kondisi tempat belajarnya. Ditambah lagi lingkungan sosial sekitar yang memiliki pandangan negatif terhadap PKBM 33 Malaka. Hal tersebut dikarenakan mayoritas peserta didiknya adalah siswa yang dikeluarkan dari sekolah formal.

Penelitian ini fokus pada para peserta didik PKBM 33 Malaka khususnya program kesetaraan paket B. Berdasarkan pada *preliminary* studi yang telah dilakukan pada tanggal 9 maret 2017, ada beberapa permasalahan yang dialami para peserta didik khususnya untuk program paket B. Enam dari delapan orang yang telah diwawancarai mengaku mereka sebelumnya berasal dari sekolah formal, namun karena beberapa hal seperti kendala ekonomi, melanggar peraturan sekolah, tawuran, berkelahi, mencuri serta tindak kriminalitas lainnya yang akhirnya membuat mereka terpaksa keluar dari sekolah. Hal tersebut membuat stigma masyarakat sekitar terhadap peserta didik disana menjadi negatif.

Masyarakat menganggap peserta didik di sana adalah anak-anak yang bermasalah dan nakal. Para peserta didik Paket B di PKBM 33 Malaka terdiri dari berbagai usia, tetapi pada umumnya berada pada usia remaja. Di usia remaja terjadi level perkembangan kognitif yaitu tahap operasional formal (Papalia, Olds & Feldman, 2008). Peserta didik di tahap ini mengintegrasikan hal yang dipelajarinya dengan tantangan di masa yang akan datang dan membuat rencana untuk masa depannya. Proses ini memiliki implikasi emosional. Proses perkembangan emosional remaja tidak terlepas dari lingkungan sosialnya sehingga proses ini umumnya dikenal dengan proses sosio-emosional. Perubahan dalam emosi, kepribadian, relasi dengan orang lain dan konteks sosial merupakan komponen yang terlibat dalam proses sosio-emosional. Dengan kata lain, remaja membangun kognitifnya, dimana informasi tidak diterima secara mentah-mentah. Seorang remaja mampu membedakan antara hal-hal serta ide-ide yang dianggap penting dan mengembangkannya.

Pemikirannya semakin abstrak, logis, dan idealis serta lebih mampu menguji pemikirannya sendiri, pemikiran orang lain dan apa yang dipikirkan orang lain tentang dirinya, serta cenderung mengintepretasikan dan memantau dunia sosial (Santrock, 2002).

Peserta didik di masa ini mengalami transisi dari sekolah sebelumnya menuju Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM). Mereka akan menghadapi fenomena *top-dog*, yaitu keadaan peserta didik bergerak dari posisi atas menuju posisi yang paling rendah. Sesuai dengan perkembangannya, pada masa ini peserta didik dituntut lebih belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru dan lebih luas. Di sini mereka akan mengalami berbagai macam masalah, misalnya komunikasi yang kurang efektif antara peserta didik dengan pengajar, atau peserta didik dengan teman-temannya. Terlihat dari gejala-gejala seperti tidak dapat mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa khawatir dan takut untuk mengungkapkan sesuatu (Gainau, 2009). Dengan demikian dibutuhkan suatu keterampilan sosial untuk mengatasinya. Morton (dalam David, 1999) berpendapat, salah satu bentuk keterampilan sosial adalah pengungkapan diri. Pengungkapan diri adalah sesuatu yang diekspresikan oleh individu secara verbal mengenai dirinya (Derlega, 1993). Devito (1995) mendefinisikan pengungkapan diri sebagai tindakan mengkomunikasikan informasi mengenai diri sendiri kepada oranglain. Pengungkapan ini mencakup penyampaian informasi atau pengungkapan perasaan.

Penelitian Gainau (2009) menunjukkan bahwa pengungkapan diri sangat penting dalam hubungan sosial dengan orang lain. Derlega dan Grzelak (1979, dalam Rottenberg, 1995) mengatakan bahwa pengungkapan diri memiliki 5 fungsi yaitu mendapatkan penilaian sosial, mendapatkan kontrol sosial, mendapatkan klarifikasi diri, melatih pengekspresian diri dan mengembangkan hubungan. Kemampuan pengungkapan akan membantu mengungkapkan diri secara tepat yang terbukti dengan kemampuan penyesuaian diri, kepercayaan diri, kompetensi tinggi, kemampuan untuk diandalkan, sikap positif, percaya terhadap orang lain, objektif, dan keterbukaan yang tinggi. Sedangkan dengan tidak adanya

kemampuan pengungkapan diri membuat penyesuaian diri buruk, kepercayaan diri rendah, takut, cemas, rendah diri, dan tertutup. Peran keluarga, teman sebaya dan pengajar dalam pengungkapan diri salah satunya adalah pemberian dukungan sosial. Dukungan sosial diartikan sebagai kesenangan, bantuan, yang diterima seseorang melalui hubungan formal dan informal dengan orang lain atau kelompok (Gibson dalam Andarika, 2004).

Dalam hubungan persahabatan pada remaja akan terbentuk hal-hal positif yakni keakraban, keterbukaan diri, kesetiaan, harga diri dan perilaku sosial, namun dalam persahabatan juga menimbulkan hal negatif yaitu adanya persaingan dan konflik (Berndt, 2002). Hays (dalam Deaux 1993) juga mengatakan dalam persahabatan atau pertemanan, salah satu kegiatan yang dilakukan antara dua sahabat adalah melakukan pengungkapan diri. Selain itu menurut Sanderson (2004), dukungan sosial menunjukkan kuantitas hubungan sosial, keyakinan atau kepercayaan terhadap bantuan. Hal lain diungkapkan oleh Saronso (dalam Suhita, 2005), yang menyatakan dukungan sosial memiliki peranan yang penting untuk mencegah ancaman dari kesehatan mental. Kehadiran orang lain dalam kehidupan pribadi seseorang sangat diperlukan untuk memberi perhatian, membantu, mendukung, dan bekerja sama dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Berdasarkan pada fenomena yang telah dipaparkan di atas, maka penelitian ini ingin mengetahui tentang pengaruh dukungan sosial terhadap pengungkapan diri pada peserta didik program kesetaraan paket B di PKBM Negeri 33 Malaka Jakarta Timur.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan tipe penelitian kuantitatif korelasional, yaitu datanya dinyatakan dalam angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik (Sangadji & Sopiah, 2010). Berdasarkan cara pelaksanaannya, penelitian ini termasuk dalam metode penelitian *ex-post facto* dimana peneliti tidak mempunyai kontrol langsung terhadap variabel-variabel bebas karena sudah terjadi secara alami atau tidak dilakukan manipulasi (Sangadji & Sopiah, 2010).

Subjek dalam penelitian ini adalah 38 orang peserta didik program kesetaraan paket B di Pusat

Kegiatan Belajar Masyarakat Negeri 33 Malaka. Subyek penelitian ini adalah peserta didik program kesetaraan paket B berusia remaja yaitu 12-22 tahun. Adapun karakteristik subyek dalam penelitian ini adalah 1) Laki-laki atau perempuan, 2) Berusia Remaja (12 sampai 22 tahun), 3) peserta didik program kesetaraan paket B di PKBM 33 Malaka.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen pengungkapan diri dan dukungan sosial. Instrumen pengungkapan diri diadaptasi dari yang *The Jourad Sixty-Item Self Disclosure Questionnaire* yang dibuat oleh Sidney M. Jourad dan Paul Lasakow pada tahun 1958. Sedangkan untuk instrumen dukungan sosial diadaptasi dari instrumen yang dikonstruksi oleh M. Ranga P Amarullah pada tahun 2015 berdasarkan teori dukungan sosial dari Sarafino. Selanjutnya kedua instrumen diuji coba untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Dari hasil uji validitas dan reliabilitas, instrumen pengungkapan diri menunjukkan 32 item yang valid dari 36 item yang telah diadaptasi, sedangkan instrumen dukungan sosial menunjukkan 25 item yang valid dari 32 item yang telah diadaptasi. Kemudian dari perhitungan reliabilitas dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* instrumen pengungkapan diri menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,98 dan untuk instrumen dukungan sosial menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,90. Uji statistik yang digunakan adalah analisis regresi satu prediktor.

### 3. Hasil Penelitian dan Diskusi

Setelah mendapatkan *expert judgement* peneliti melakukan uji coba instrumen dengan menggunakan uji coba terpakai terhadap 55 responden remaja pada peserta didik paket B di PKBM Negeri 33 Malaka Klender Jakarta Timur dengan total item sebanyak 68 item yang terdiri dari 32 item untuk dukungan sosial dan 36 item untuk pengungkapan diri. Selanjutnya peneliti melakukan daya diskriminasi item dengan hasil 7 item dukungan sosial dan 4 item pengungkapan diri memiliki daya diskriminasi tinggi. Sehingga didapatkan instrumen final sebanyak 57 item yang terdiri dari 25 item Dukungan Sosial dan 32 item Pengungkapan diri.

Pengambilan data penelitian dilakukan langsung oleh peneliti dengan mendatangi Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Negeri 33 Malaka Klender Jakarta Timur. Waktu pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 9 Mei 2017.

Peneliti mendapatkan 55 responden yang sesuai dengan kriteria untuk dianalisis lebih lanjut. Setelah melakukan uji coba terpakai peneliti menganalisis menggunakan program *winstep* untuk mengetahui responden dan item yang gugur untuk selanjutnya dijadikan data final. Dari 55 responden tersebut, didapatkan responden final sebanyak 38 responden.

Berikut gambaran responden yang termasuk dalam tahapan perkembangan usia remaja menurut Santrock yaitu sekitar 12 tahun sampai dengan 22 tahun. Dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Jumlah Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah
1	12 – 14 tahun	3
2	15 – 18 tahun	28
3	19 – 22 tahun	7
<b>Jumlah</b>		<b>38</b>

Jumlah responden tertinggi adalah yang berusia 17 tahun sebanyak 11 orang (29%) dan yang terendah berada di usia 21 tahun dan 13 tahun dengan masing-masing sebanyak 1 orang (2%) serta tidak ada responden berusia 12 tahun

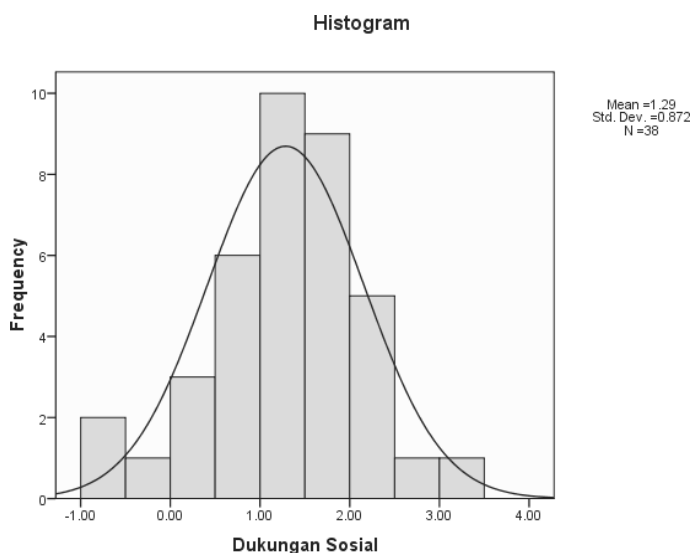
dan 22 tahun. Hasil analisa data variabel dukungan sosial diperoleh dengan menggunakan instrumen adaptasi dengan jumlah 25 item, dengan hasil distribusi deskriptif pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Distribusi Deskriptif Data Dukungan Sosial

Statistik	Nilai Output
Mean	1,28
Median	1,27
Deviasi Standar	0,87
Varians	0,76
Minimum	-0,93
Maksimum	3,31

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa variabel dukungan sosial memiliki mean 1.28, median 1.27, standar deviasi 0.87, varians 0.76, nilai minimum -0.93, dan nilai maksimum 3.31.

Berikut grafik histogram berdasarkan dari data pada Tabel 2.



**Gambar 1.** Data Distribusi Dukungan Sosial

Kategorisasi skor dukungan sosial terdiri dari dua skor kategori yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorian dilakukan dengan menggunakan hasil mean dari model *Rasch* yang dapat dilihat pada lampiran. Berikut penjelasan mengenai

pembagian kategorisasi skor variabel dukungan sosial.

- Rendah jika:  $X \leq \text{Mean}$   
 $X \leq 1,28$  logit
- Tinggi jika:  $X > \text{Mean}$   
 $X > 1,28$  logit

**Tabel 3.** Kategorisasi Skor Data Dukungan Sosial

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	20	52,6%
Tinggi	18	47,4%
Total	38	100%

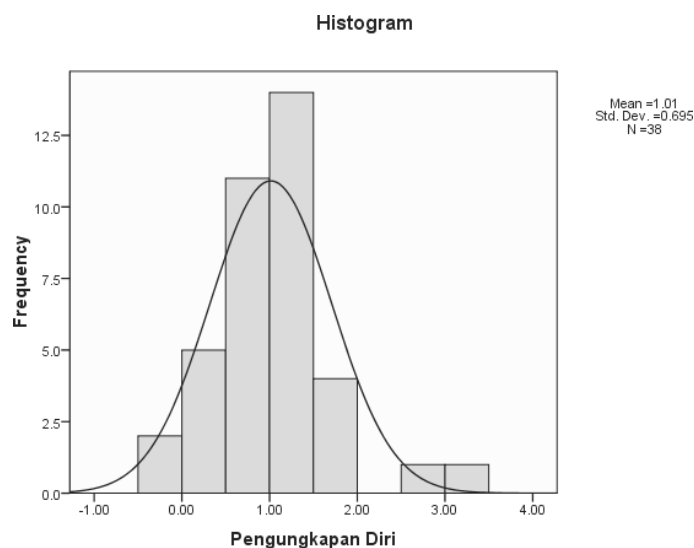
Hasil analisa data variabel Pengungkapan Diri diperoleh dengan menggunakan instrumen

adaptasi dengan jumlah 32 item, dengan hasil distribusi deskriptif disajikan pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Distribusi Deskripsi Data Pengungkapan Diri

Statistik	Nilai Output
Mean	1,01
Median	1,00
Deviasi Standar	0,69
Varians	0,48
Minimum	-0,20
Maksimum	3,19

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa variabel pengungkapan diri memiliki mean 1.01, median 1.00, standar deviasi 0.69, varians 0.48, nilai minimum -0.20, dan nilai maksimum 3.19. Berikut grafik histogram berdasarkan dari Tabel 4.



**Gambar 2.** Data Distribusi Pengungkapan Diri

Kategorisasi skor pengungkapan diri terdiri dari dua skor kategori yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorian dilakukan dengan menggunakan hasil mean dari model *Rasch* yang dapat dilihat pada lampiran. Berikut penjelasan mengenai pembagian kategorisasi skor variabel pengung-

kapan diri.

- Rendah jika:  $X \leq \text{Mean}$   
 $X \leq 1,01$  logit
- Tinggi jika:  $X > \text{Mean}$   
 $X > 1,01$  logit

**Tabel 5.** Kategorisasi Skor Data Pengungkapan Diri

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	20	52,6%
Tinggi	18	47,4%
Total	38	100%

Uji korelasi dilakukan dengan teknik *product moment* dan dihitung menggunakan program

SPSS 16.0. hasil dari perhitungan tersebut dapat dilihat pada Tabel 6.

**Tabel 6.** Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Pengungkapan Diri

Variabel	Pearson Correlation	Nilai Probabilitas	Taraf Signifikansi ( $\alpha$ )
Dukungan Sosial dan Pengungkapan Diri	0,369	0,023	0,05

Diketahui bahwa koefisien ( $r$  hitung) antara dukungan sosial dan pengungkapan diri sebesar 0,369 dan nilai  $r$  tabel adalah 0,32. Dengan kata lain  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel. Nilai  $p$  sebesar 0,023 lebih kecil daripada nilai  $\alpha$  (0,05), maka terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dan pengungkapan diri.

Dalam penelitian ini pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi. Analisis regresi bertujuan untuk mengetahui tujuan-tujuan penelitian yang belum tercapai dengan hanya uji korelasi saja. Hipotesis yang dirumuskan dalam

penelitian ini adalah hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang menyatakan terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap pengungkapan diri pada peserta didik program kesetaraan paket B di PKBM Negeri 33 Malaka Jakarta Timur. Untuk menguji hipotesis tersebut peneliti melakukan perhitungan dengan analisis regresi satu prediktor dengan menggunakan SPSS 16.0. teknik analisis data dibantu dengan model *Rasch* dengan program Winstep 3.73 kemudian hipotesis diuji menggunakan rumus analisis regresi dengan bantuan program SPSS 16.00 dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 7.** Uji Signifikansi Keseluruhan Anova<sup>b</sup>

Model	Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2,428	1	2,428	5,664	,023
Residual	15,432	36	,429		
Total	17,860	37			

Kriteria Pengujian:

$H_0$  ditolak jika  $F$  hitung  $>$   $F$  tabel dan nilai  $p <$  0,05

$H_0$  diterima jika  $F$  hitung  $<$   $F$  tabel dan nilai  $p >$  0,05

Uji regresi menghasilkan nilai  $F$  sebesar 5,664 sedangkan  $F$  tabel sebesar 4,11 dan nilai  $p$  sebesar 0,023. Nilai  $p$  tersebut lebih kecil dari nilai  $\alpha$  sebesar 0,05 dan nilai  $F$  hitung lebih besar dari  $F$  tabel. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel

dukungan sosial terhadap variabel pengungkapan diri pada peserta didik program kesetaraan paket B di PKBM Negeri 33 Malaka. Dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial secara simultan dapat digunakan untuk memprediksi pengungkapan diri. Dengan kata lain  $H_0$  (hipotesis nol) ditolak, berarti terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap pengungkapan diri pada peserta didik program kesetaraan paket B di PKBM Negeri 33 Malaka Klender Jakarta Timur.

**Tabel 8.** Uji Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std Error of Estimate
1	,369	,136	,112	,65473

Tabel 8 menggambarkan bagaimana dukungan sosial dapat mempengaruhi pengungkapan diri. Berdasarkan tabel tersebut, diketahui besar pengaruh (*R Square*) variabel dukungan sosial terhadap pengungkapan diri adalah sebesar 0,136

(13,6%). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi pengungkapan diri sebesar 13,6% dan sisanya 86,4% dipengaruhi oleh variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 9. Uji Regresi Parsial

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	,637	,191		3,33	,002
Dukungan Sosial	,294	,123	,369	2,38	,023

Berdasarkan Tabel 9 diketahui bahwa konstanta variabel pengungkapan diri sebesar 0.637 sedangkan koefisien regresi dukungan sosial sebesar 0.294. Berdasarkan tabel *coefficients*, maka persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = \alpha + bX$$

Pengungkapan Diri = 0.637 + 0.294 Dukungan Sosial

Keterangan:

Y : Variabel yang diprediksi (Pengungkapan Diri)

$\alpha$  : Bilangan Konstan (Pengungkapan Diri) b1

: Koefisien Prediktor 1 (Dukungan Sosial) X

: Variabel Prediktor (Dukungan Sosial)

Koefisien regresi dukungan sosial sebesar 0,294, artinya jika dukungan sosial mengalami kenaikan satu satuan, maka pengungkapan diri akan mengalami kenaikan 0,294 ke arah positif.

Dukungan sosial menurut Sarafino merupakan suatu hal yang mengacu pada penerimaan diri yang diterima dari orang lain maupun kelompok terhadap individu yang membuat individu merasa diperhatikan, disayang, dihargai dan ditolong. Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga, teman, pasangan atau rekan. Dengan kata lain, dukungan sosial adalah bentuk penerimaan diri dari orang lain yang membuat kita merasa disayang maupun ditolong. Dengan adanya dukungan sosial, maka terciptalah hubungan sosial antar individu. Kehadiran orang lain seperti orangtua, keluarga, teman, dan pengajar dalam kehidupan sehari-hari membuat individu merasa diperhatikan, dibantu, dan didukung dalam menghadapi berbagai permasalahan. Secara bersamaan individu juga memiliki wadah untuk membagikan informasi dengan orang lain. Informasi tersebut dapat berupa pikiran/pendapat, keinginan, perasaan maupun perhatian. Dengan kata lain individu tersebut melakukan peng-

ungkapan diri guna membangun hubungan komunikasi yang semakin akrab. Banyak manfaat dari pengungkapan diri, Johnson mengatakan manfaatnya yaitu meningkatkan kesadaran diri (*self awareness*) dan penerimaan diri (*self acceptance*), membangun hubungan mendalam, mengembangkan keterampilan komunikasi, dan mengurangi rasa malu. Diharapkan dengan terjadinya pengungkapan diri tadi, individu menerima berbagai manfaat dari pengungkapan dirinya, agar bisa menghadapi tantangan atau konflik serta masalah yang tengah dihadapi sehingga para peserta didik mampu beradaptasi atau menyesuaikan dirinya di dalam lingkungan masyarakat yang lebih luas lagi.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis secara statistik, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap pengungkapan diri pada peserta didik program kesetaraan paket B di PKBM Negeri 33 Malaka Jakarta Timur. Hasil analisis persamaan regresi menunjukkan persamaan garis  $Y = 0,637 + 0,294X$ . Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa perubahan satu unit skor dukungan sosial akan diikuti oleh perubahan skor pengungkapan diri, yaitu sebesar 0,294 satuan pada arah yang sama dengan konstanta sebesar 0,637.

Dalam penelitian ini dukungan sosial memberikan pengaruh sebanyak 13,6%, sedangkan 86,4% lainnya dipengaruhi oleh faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pengaruh yang dihasilkan dukungan sosial terhadap pengungkapan diri bersifat positif. Dengan kata lain semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula pengungkapan diri. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka rendah pula pengungkapan diri.



## 5. Daftar Pustaka

- Agoes, D. (2004). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Ghalia Indonesia. Bandung.
- Alia, D. (2012). *Persepsi terhadap Penerimaan Ibu dan Keterbukaan Diri pada Anak Dewasa Muda*. (Abstr.).
- Ali, M., & Anshori, M. (2006). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Ali, M., & Asrori, M. (2005). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik: Cetakan Kedua*. Jakarta: Grafika Offset.
- Alwi, A.C., & Hasyim, A. (2015). *Landasan Filosofis Pendidikan*. Pasca Sarjana Universitas Negeri Malang.
- Astuti, S.P. (2013). *Fungsi, Kategori dan Proses Pengungkapan Diri dalam Hubungan Persahabatan Remaja*. (Abstr.)
- Azwar, S. (2009). *Penyusunan Skala Psikologi Ed.1Cet. 9*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Balogun, A. (2014). Dispositional Factors, Perceived Social Support and Happiness Among Prison in Mates in Nigeria: a New Look. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(1), 145-160.
- Baron, R.A., & Byrne, D. (2004). *Social Psychology (10<sup>th</sup>ed)* (terj). Jakarta: Erlangga.
- Cutrona, C.E. (1994). *Perceived Parental Social Support & Academic Achievement*. an attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Dewi, A.M. (2016). Pengaruh Self Esteem terhadap Self Disclosure Pengguna Online Dating. (Skripsi). Universitas Negeri Jakarta: Jakarta.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Revisi*. Malang: UMMPress.
- Gainau, M.B. (2009). *Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling*. Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri Papua.
- Galuh, A., & Desiningrum, Dinie R. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial Guru dengan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) pada Remaja. *Jurnal Empati*, 5(4), 640-644.
- Hidayati, C. (2013). *Hubungan antara Secure Attachment dan Dukungan Sosial dengan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) pada Remaja Putri yang Berdomisili di Asrama St. Maria Goretti*. (Abstr.).
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga.
- Ifdil. (2013). Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(1).
- Johnson, W.D. (1990). *Reaching Out; Interpersonal Effectiveness and Self Actualization*. Printice Internasional Jersey.
- King, A.L. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lestari, S.D. (2016). Pengaruh Attachment Style dan Dukungan Sosial terhadap Pengungkapan Diri pada Pecandu Narkoba yang Menjalani Rehabilitas di Bandung (Skripsi). Universitas Pendidikan Bandung: Bandung.
- Mahmudah, S. (2011). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Maulana, H., & Gumelar, G. (2013). *Psikologi Komunikasi dan Persuasi*. Jakarta: Akademia Permata.

- Monks, F.J. (2002). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. (Cet. 14). Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Ningsih, W. (2015). *Self Disclosure pada Media Sosial* (Skripsi). Universitas Sultan Ageng Tirtayasa: Banten.
- Novianna, R.P. (2015). *Pengungkapan Diri pada Remaja yang Orangtuanya Bercerai*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma: Jakarta.
- Nugrahwatia, R., & Dewi, Kartika S. (2014). *Pengungkapan Diri Ditinjau dari Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro: Semarang.
- Orford, J. (1992). *Community Psychology: Theory & Practice*. London: John Wiley and Sons.
- Papalia, D.E., Olds, S. W., Fedlman, R. D. (2009). *Human Development* (10th ed.) (terj). Jakarta: Salemba Humanika.
- Quick, J.C., & Quick, J.D. (1984). *Organizational Stress and Preventive Management*. USA: McGraw-Hill, Inc.
- Rangkuti, A.A. (2012). *Konsep dan Teknik Analisis Data Penelitian Kuantitatif Bidang Psikologi dan Pendidikan*. Jakarta: FIP Press.
- Rangkuti, A.A. (2013). *Statistika Inferensial untuk Penelitian Psikologi dan Pendidikan*.
- Rangkuti, A. A., Winda, D. L., Iriani, I. H., Lussy D. W. (2015). *Penulisan Ilmiah dalam Psikologi*. Jakarta: LPP Press UNJ.
- Sangadji, E.M., & Sopiah. (2010). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi.
- Santrock, J.W. (2003). *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2007). *Psikologi Pendidikan (edisi kedua)*. Jakarta: Kencana.
- Sari, R.P., Rejeki, A. T., & Mujab, M. A. (2006). *Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro ditinjau dari jenis kelamin dan harga diri*. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 11-25.
- Standar dan Prosedur Penyelenggaraan Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) 2012.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sobur, A. (2011). *Psikologi Umum*. Bandung: CV PUSTAKA SETIA.
- Sumintono, B., & Wahyu, W. (2014). *Aplikasi Model Rasch untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Cimahi: Trim Komunikata PublishingHouse.
- Sarafino, E.P. (1994). *Health Psychology*. New York: John Wiley and Sons.
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology*. 5th ed. New York: John Wiley and Sons.
- Sarwono, S.W. (1997). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta : Andi.
- Undang-Undang Republik Indonesia No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta.
- Wahdah, N.I. (2016). *Hubungan Kontrol Diri dan Pengungkapan Diri dengan Intensitas Penggunaan Facebook pada Siswa SMP Sunan Giri Malang*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim: Malang.