

# Hambatan Keterbukaan Diri dengan Teman Sebaya: Studi Kasus Dua Siswa SMK

Rakhmawati Oktaviani<sup>1</sup>, Ma'rifatin Indah Kholili<sup>1</sup>, Agus Tri Susilo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret,  
Jl Ir Sutami 36A, Kota Surakarta

email: rakhmawatioktaviani@gmail.com No. HP 0895383069459

**Abstract:** This study aims to reveal and describe the factors that influence self-disclosure, the way students express themselves, and the impact of self-disclosure on students who have communication difficulties in peer groups. This research is a case study with snowball sampling participants. The research subjects were DS and R. The data collection techniques were interviews, observation, and documentation. Validation of research data using triangulation of sources and techniques. The results showed that the factors that influence students' self-disclosure are the character of friends, the desire to give reciprocity, fear of not being accepted in expressing opinions to friends, difficulty socializing with friends in class, and understanding the topic. Students also open themselves up by paying attention to situations and conditions, are willing to pay attention to friends when expressed by listening and giving feedback, and are aware of the risks obtained before conveying something to friends. The impact of self-disclosure for DS is being ignored by his classmates, and R is embarrassed to open up with his female friends.

**Keywords:** Self Disclosure, Peer Group, Case Study.

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dan mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri, cara siswa mengungkapkan diri dan dampak pengungkapan diri siswa yang mengalami kesulitan komunikasi dalam kelompok sebaya. Penelitian ini merupakan studi kasus dengan partisipan snowball sampling. Subjek penelitian adalah DS dan R. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Validasi data penelitian menggunakan triangulasi sumber dan Teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri siswa adalah karakter teman, keinginan untuk memberi timbal balik, takut tidak diterima dalam mengungkapkan pendapat kepada teman, sulit bersosialisasi dengan teman di kelas, dan memahami topik. Siswa juga membuka diri dengan memperhatikan situasi dan kondisi, mau memperhatikan teman ketika diungkapkan dengan mendengarkan dan memberi umpan balik, sadar akan resiko yang akan didapat sebelum menyampaikan sesuatu kepada teman. Dampak keterbukaan diri bagi DS adalah diabaikan oleh teman-teman sekelasnya dan R malu untuk terbuka dengan teman-teman wanitanya.

**Kata kunci:** Pengungkapan Diri, Peer Group, Studi Kasus.

## PENDAHULUAN

Studi mengenai perubahan dari segi perkembangan dalam percakapan keterbukaan diri, remaja melaporkan bahwa mereka mengungkapkan informasi yang intim dan pribadi kepada teman-teman mereka lebih sering daripada anak-anak yang lebih muda (Santrock, 2011). Remaja berbicara tentang pengalaman dan minat-minat yang lebih bersifat pribadi, seperti masalah pacaran dan pandangan-pandangan tentang seksualitas. Terkait masalah-masalah pribadi, remaja merasa lebih enak berbicara dengan teman sebayanya karena mereka percaya bahwa teman sebaya akan memahami perasaan mereka dibanding dengan orang dewasa (Desmita, 2013).

Menurut DeVito (2011) keterbukaan diri merupakan sebuah bentuk komunikasi di mana informasi mengenai diri yang biasanya disembunyikan disampaikan kepada orang lain. Selain itu DeVito (2011) juga berpendapat keterbukaan diri merupakan "informasi" sesuatu yang sebelumnya



tidak diketahui oleh penerima. Informasi adalah pengetahuan baru. Agar pengungkapan diri terjadi, suatu pengetahuan baru harus dikomunikasikan.

Informasi dalam keterbukaan diri ini bersifat deskriptif dan evaluatif. Deskriptif berarti individu menyampaikan fakta tentang dirinya sendiri yang mungkin belum diketahui oleh pendengar. Misalnya, jenis pekerjaan, alamat dan umur. Sedangkan evaluatif berarti individu mengemukakan pendapat dan perasaannya. Contohnya tipe orang yang disukai atau hal-hal yang dibenci (Hidayat, 2011). Johnson (Gainau, 2009) menyatakan bahwa individu yang mampu dalam keterbukaan diri akan dapat mengungkapkan diri secara tepat; terbukti mampu menyesuaikan diri, 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. Johnson mengatakan bahwa ciri-ciri tersebut, mempengaruhi kesehatan mental seseorang.

Keterbukaan diri siswa di sekolah ditemui melalui observasi didapati siswa tersebut adalah DS dari XI AK 2 dan R siswa XI AK 3 SMK Negeri di Surakarta. Kedua siswa tersebut peneliti temui mengalami kesulitan dalam keterbukaan diri dengan teman sebayanya di kelas. Berdasarkan kegiatan bimbingan klasikal yang dilaksanakan pada Magang Kependidikan III di kelas X AK 2, peneliti melihat siswa DS tidak mengobrol dengan teman sebangkunya maupun berinteraksi dengan teman sebayanya ketika siswa lain saling berinteraksi satu sama lain. DS juga sempat bertemu dengan peneliti di depan kelas, ketika hanya sekedar ditanya mengapa di luar kelas sendirian dan tidak bersama teman-teman, DS tiba-tiba menangis. Peneliti juga melihat siswa DS masuk ke ruang BK dan melakukan konseling beberapa kali. R merupakan siswa yang dikenal menjaga jarak dengan lawan jenis. Saat bimbingan klasikal yang dilaksanakan pada kelas X AK 3, peneliti mendapati siswa R suka mengalihkan pandangannya bila berbicara dengan perempuan, namun dapat berbicara santai ketika berbicara dengan teman sebangkunya yang laki-laki. Saat istirahat peneliti juga sempat berpapasan dengan R dan melihatnya hanya istirahat sendirian.

Berdasarkan paparan permasalahan di atas, ditentukanlah penelitian yang bertujuan untuk mengungkap dan mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi siswa sulit untuk terbuka dalam berkomunikasi dengan teman sebaya di kelas, mengungkap dan mendeskripsikan cara-cara siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya dalam membuka diri serta mengungkap dan mendeskripsikan dampak dari keterbukaan diri siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya di kelas.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Alasan mengapa studi kasus dipilih sebagai pendekatan yang dipilih dalam penelitian

---

Studi Kasus Keterbukaan Diri Siswa yang Kesulitan dalam Berkomunikasi dengan Teman Sebaya di SMK Negeri di Surakarta Adalah karena peristiwa dalam penelitian ini memiliki keluasaan kontrol yang sedikit, berfokus pada peristiwa kontemporer dan nyata serta pertanyaan yang diajukan mengenai fokus penelitian lebih berfokus kepada faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya di kelas, cara siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya dalam membuka diri dan dampak dari keterbukaan diri siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya di kelas.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa berinisial DS dan R. Instrumen yang digunakan sebagai alat pengumpul data adalah instrumen wawancara dan observasi. Proses pengumpulan data dilakukan dengan melakukan observasi partisipan, wawancara semi-terstruktur dan dokumentasi. Observasi dilakukan sebanyak tiga kali, dilaksanakan di dalam kelas pada saat mata pelajaran Bimbingan dan Konseling. Wawancara dilaksanakan sepulang sekolah atau saat istirahat maupun hari senggang yang dapat disanggupi oleh subjek yang bersangkutan yaitu siswa DS sebagai subjek I dan R sebagai subjek II, teman subjek I yaitu SD dan CL, teman subjek II yaitu AL dan BY serta Guru BK. Dokumentasi dilakukan dengan menggunakan *cumulative record* dan lembar tugas siswa sebagai data penunjang.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada Miles dan Huberman. Aktivitas dalam analisis data yaitu *Data reduction* (Reduksi Data), *Data display* (Penyajian Data), dan *Conclusion drawing/verification* (Kesimpulan/verifikasi). Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal pokok, fokus pada hal-hal penting, mencari tema dan polanya sehingga data yang direduksi bisa memberi gambaran yang jelas dan memudahkan peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan. Maka dari itu, peneliti akan melakukan reduksi data pada wawancara dan observasi.

Menyajikan data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Menurut Miles dan Huberman dalam Sugiyono (2016:95) teks bersifat naratif merupakan suatu penyajian data yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif. Selain itu bisa juga dengan grafik, matrik, *network* dan *chart*. Pada penelitian ini data yang disajikan berupa teks naratif. Langkah selanjutnya setelah penyajian data adalah penarikan kesimpulan. Kesimpulan awal dalam penelitian kualitatif bersifat sementara, akan berubah jika tidak ditemukan bukti yang kuat yang mendukung tahap berikutnya. Apabila kesimpulan pada tahap awal, didukung oleh bukti yang valid dan konsisten ketika peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan adalah kesimpulan yang kredibel. Peneliti akan melakukan pengecekan terhadap penelitian awal dengan penelitian yang dilakukan setelah terjun ke lapangan.

## **HASIL**

Berdasarkan hasil pengumpulan data mengenai keterbukaan diri siswa yang kesulitan berkomunikasi dengan teman sebaya sesuai dengan fokus penelitian terbagi menjadi tiga, yaitu (1) faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya di kelas, (2) cara siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya dalam membuka diri, dan (3) dampak dari keterbukaan diri siswa yang kesulitan membuka diri dalam berkomunikasi dengan teman sebaya di kelas.

### **Faktor Keterbukaan Diri Siswa yang Kesulitan dalam Berkomunikasi dengan Teman Sebaya**

Fokus penelitian pertama adalah membahas mengenai faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri, dimulai dari faktor perasaan menyukai yang ditandai subjek I dan II menyebutkan hal yang disukai dari teman sebaya mereka masing-masing. Subjek I suka mengobrol dan bercerita dengan temannya yaitu SD karena merasa temannya lebih dewasa, sedangkan Subjek II merasa teman dekatnya BY adalah teman yang pengertian dan mau untuk saling membantu satu sama lain serta tidak lupa teman.

Faktor kedua adalah efek diadik. Bagi Hal ini ditandai dengan cara kedua subjek mendengarkan temannya berbicara dahulu sampai selesai sebelum memberikan tanggapan. Meskipun demikian, respon yang diberikan subjek I kepada teman yang tidak dekat lebih cenderung seperlunya saja, tidak saat seperti bersama dengan teman dekat, percakapan lebih dapat mengalir. Faktor ketiga adalah kompetensi. Ditandai oleh subjek I dengan rasa takut tidak bisa menjawab pertanyaan dalam diskusi atau tidak tepat dalam memberikan pendapat kecuali dengan teman dekatnya karena merasa sudah lebih mengenal satu sama lain tidak jauh berbeda dengan subjek I, subjek II merasa malu jika hendak menyampaikan pendapat kepada teman-temannya di kelas yang dominannya adalah lawan jenis. Hal yang dirasakannya adalah merasa grogi dan malu apabila pendapatnya ternyata salah atau tidak sependapat dengan temannya yang lain. Selain itu, subjek II memang sosok yang jarang berbicara dengan lawan jenis, sehingga ia merasa lebih menahan diri dan memikirkan ulang pendapat yang akan dilontarkan kepada teman lawan jenisnya di kelas.

Faktor keempat adalah kepribadian. Untuk subjek I ditandai dengan mengaku tidak terlalu terbuka dengan orang-orang, hanya kepada orang tertentu saja dan merasa mudah lelah ketika berinteraksi dengan banyak orang. Pernyataan ini dikuatkan oleh teman subjek yaitu SD dan CL yang memandang bahwa subjek I kurang pandai bergaul dan cenderung pemilih saat berteman membuat kelompok pertemanannya di sekolah tergolong kecil. Berbeda dengan subjek II, ia termasuk siswa yang aktif dalam berkegiatan dan berinteraksi dengan teman-teman khususnya laki-laki karena ia merasa malu dengan lawan jenis daripada menghabiskan waktu sendiri.

---

Faktor terakhir adalah topik. Subjek I membahas mengenai tugas atau rencana bermain dengan teman, dengan teman yang dekat yaitu SD dan AF ia dapat membahas topik yang lebih mendalam seperti misalnya bercerita tentang adik kelas sembari bersenda gurau. Begitu pula dengan subjek II, ketika bersama dengan teman di kelas pada umumnya ia lebih sering membicarakan mengenai mata pelajaran dan kegiatan yang dilakukan. Topik yang dibicarakan dengan teman yang lebih dekat yaitu BY misalnya tentang *game*, kegiatan sehari-harinya atau tentang makanan.

### **Cara-Cara Keterbukaan Diri Siswa yang Kesulitan dalam Berkomunikasi dengan Teman Sebaya**

Cara-cara siswa untuk membuka diri dengan teman sebaya adalah beragam. Berdasarkan motivasi keterbukaan diri siswa, kedua subjek termasuk siswa yang jarang berbicara di kelas karena dua alasan yang berbeda. Subjek I merasa tidak disukai oleh teman di kelas sehingga ia tidak sering bicara dan subjek II merasa harus berbicara sesuai tujuan kepada teman-teman di kelas karena harus menjaga pandangan.

Kepatutan membuka diri juga penting untuk dilakukan, cara yang dilakukan subjek yaitu mereka mengatakan perlu mencari waktu, orang dan tempat yang tepat. Menurut subjek I bila apa yang ia katakan didengar oleh teman yang tidak menyukainya akan menjadi bahan pembicaraan. Ia juga membutuhkan orang yang tepat agar apa yang dikatakannya tidak mudah menyebar kepada orang lain. Subjek II juga mengatakan harus mencari waktu yang tepat, berkata dengan melihat keadaan lawan bicara, apakah saat itu perlu mengatakannya atau tidak. Sama halnya dengan DS, ia juga memerlukan orang yang tepat agar apa yang ia katakan dapat ia jaga. Selain itu, Keduanya melihat situasi dan kondisi, contohnya seperti subjek I yang menunggu keadaan di sekolah sepi saat ingin curhat dengan SD, dan subjek II yang memilih untuk berbicara hal privasi dengan BY sepulang sekolah, di depan masjid atau saat sedang melakukan ekstrakurikuler pramuka bersama.

Cara keterbukaan diri siswa dengan memperhatikan beban yang mungkin dapat ditimbulkan dari keterbukaan diri berbeda-beda. DS mengatakan ia lebih memikirkan resiko sebelum mengungkapkan sesuatu kepada temannya sebab takut terjadi kesalahpahaman. R juga mengatakan ia lebih memikirkan resiko saat berbicara apalagi bila bukan dengan teman dekat, jika dengan teman dekat tentu saja ia akan lebih terbuka dalam berbicara karena sudah mengenal dengan baik.

Kedua subjek juga bukanlah siswa yang termasuk mendominasi saat berbicara, bahkan menurut teman dekat mereka keduanya adalah pendengar yang baik. Menurut teman subjek II, BY, ia adalah sosok yang memperhatikan pembicaraan dan mudah menangkap apa yang dikatakan oleh BY. Berbeda dengan subjek I, menurut teman dekatnya SD ia adalah pendengar yang baik namun dalam hal menanggapi terkadang suka merasa bingung. Hal tersebut dapat dimaklumi oleh SD

karena mungkin saja subjek I belum pernah mengalami apa yang diceritakan oleh SD padanya sehingga kurang mampu menanggapi cerita SD.

### **Dampak Keterbukaan Diri Siswa yang Kesulitan dalam Berkomunikasi dengan Teman Sebaya**

Keterbukaan diri dapat memberikan dampak positif bagi siswa. Diawali mengenai pengetahuan diri, subjek I memperoleh pengetahuan diri mengenai seperti apa gambaran dirinya dengan bertanya kepada temannya SD. Ia juga mencantumkan pada lembar tugas dari guru BK yaitu ia adalah seseorang yang pendiam. Untuk subjek II ia menyadari bahwa ia merasa takut dalam mengungkapkan pendapat dalam diskusi dengan teman-teman di kelas yang dominan perempuan tahu bahwa dirinya sulit bergaul dengan lawan jenis.

Keterbukaan diri dapat memberikan dampak yang baik bagi siswa, termasuk membantu dalam mengatasi kesulitan. Rupanya subjek I lebih terbuka untuk menceritakan masalahnya dengan teman di luar sekolah daripada dengan teman di kelas atau dengan berdoa, dan subjek II membuka diri dengan bercerita dan meminta pendapat atau saran dari teman-temannya untuk membantunya dalam menghadapi kesulitan.

Keterbukaan diri juga dapat meningkatkan efisiensi komunikasi yaitu dengan membantu untuk mengenal makna dari pengungkapan orang lain. SD sebagai teman subjek I dapat memahami ketika DS ada masalah dari ekspresinya dan kebiasaan sering memegang hidung serta cara subjek I berbicara dan raut wajah. Teman subjek II yang tergolong dekat yaitu BY di kelas juga dapat memahami subjek II seperti saat sedang tidak mood yaitu seperti enggan menjawab pertanyaan BY dan cenderung diam. Selain itu menurut AL saat subjek II berpura-pura berbicara serius ia dapat mengenali bahwa sebenarnya subjek II hanya bercanda dan hanya menahan tawa.

Keterbukaan diri merupakan suatu hal yang penting karena diperlukan untuk membangun suatu hubungan dengan orang lain. Kedua subjek tidak memiliki hubungan yang cukup dekat dengan teman-teman di kelas karena berbagai alasan. Subjek I merasa karena dirinya yang memang menjauh dari teman-teman dan suka menangis sendiri. Ia merasa teman-temannya menjadi enggan berteman dengannya karena perilakunya tersebut. Subjek II sendiri merasa tidak begitu dekat dengan teman di kelas karena merasa tidak sejalan dengan teman-teman, seperti karena perempuan suka berkecil hati dan terbawa perasaan sehingga ia jarang bicara di kelas.

Keterbukaan diri pun dapat menimbulkan dampak yang buruk seperti penolakan pribadi dan sosial terhadap seseorang. Berdasarkan hasil wawancara kepada kedua subjek, subjek I merasa mengalami penolakan karena sempat ada konflik tentang status whatsapp yang menyindir teman-teman di kelas tentang menyontek. Menurut teman dekatnya SD, ia diabaikan oleh teman di kelas. Hanya 10 orang yang dapat menerimanya. Selain itu menurut CL sebagai teman subjek I juga

menambahkan meskipun konflik status whatsapp tersebut sudah berlalu, terkadang saat akan ujian masalah tersebut diungkit-ungkit kembali oleh anak-anak di kelas. Subjek I pun merasakan penolakan pribadi dan sosial dari teman-teman di kelas yang ditandai dengan dirinya merasa takut untuk mengungkapkan sesuatu di kelas, ia lebih memilih bersikap pasif yaitu hanya menjawab jika ditanya. Subjek II merasa tidak ada masalah di kelas, menurutnya mengungkapkan sesuatu di kelas apabila tidak diterima pendapatnya bukanlah suatu masalah.

Dampak selanjutnya yaitu adalah kerugian material. Kerugian yang dirasakan oleh subjek karena menyinggung teman-teman di kelas melalui status whatsapp adalah subjek I merasa teman-teman kelas tidak menyukainya. Menurut teman subjek, SD dan CL subjek I hubungan subjek I dengan teman-teman masih tidak baik dan diabaikan. Alasan lainnya menurut CL adalah karena subjek I suka menangis dan pendiam sehingga takut mendekat dan apa yang dikatakan menyakiti hati subjek I.

Kesulitan intrapribadi yang dirasakan DS adalah ketika menyembunyikan apa yang ia rasakan ia menjadi merasa tidak nyaman. Biasanya ia mengatasinya dengan bercerita, namun ketika tidak bisa diceritakan ia hanya bisa menangis. memiliki beban secara psikologis yang telah ia rasakan dari kelas 10 hingga kelas 11 ini, hal ini ditunjukkan dengan DS yang menangis saat diwawancarai oleh peneliti ketika membahas masalahnya di kelas tersebut. DS merasa masalah yang ia rasakan karena sikapnya yang tidak suka dengan teman di kelas kemudian ia tiba-tiba menangis sendiri. Ia merasa tidak bisa menahan dan berfikir bahwa seharusnya ia tidak boleh terlihat lemah. Subjek I bahkan merasa pasrah jika tidak memiliki teman dekat di kelas. Untuk subjek II sendiri kesulitan yang dialami adalah mengenai kesulitan untuk terbuka dengan teman-teman di kelas karena dominan perempuan.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan pemaparan di atas, kedua subjek menyukai dan dapat terbuka dengan temannya karena hal-hal yang disukai dari teman dekatnya sebagai alasan mengapa mereka dipilih sebagai teman untuk mengobrol dan bercerita. Hal tersebut menunjukkan adanya ketertarikan dan subjek juga bersedia untuk membuka dirinya kepada teman dekatnya. Johnson (1993) menyatakan: *Relationship begin when two people reach out to each other and identify common goals, interests, activities and values. In order to do so they must be open with and open to each other. You are open with other persons when you disclose yourself to them, sharing your ideas and feelings and letting them know you are as a person. You are open to other person when you are interested in their ideas and feelings and want to know who they are as individuals.*

Hubungan dimulai ketika dua orang saling membicarakan dan mengidentifikasi tujuan, minat, kegiatan dan nilai-nilai yang sama. Untuk melakukannya mereka harus terbuka dengan dan

---

terbuka kepada orang lain. Seseorang terbuka dengan orang lain ketika mengungkapkan diri kepada orang tersebut, berbagi gagasan dan perasaan dan membiarkan orang lain tahu diri sebagai 'seseorang.' Seseorang terbuka kepada orang lain ketika tertarik pada gagasan dan perasaan dan ingin mengenal sebagai individu.

Efek diadik juga memberikan sumbangan untuk keterbukaan diri siswa. Supratiknya (Ahmad & Harapan, 2016) menyatakan bahwa seseorang dapat memberikan timbal balik kepada orang lain apabila ia mampu mengungkapkan caranya menanggapi perilaku orang tersebut. Sangat penting diperhatikan agar cara memberikan timbal balik jangan sampai bersifat atau menyinggung perasaan si penerima, sebab hal ini akan membuatnya defensif atau menutup diri. Kedua subjek mampu memberikan timbal balik kepada teman saat bercerita dengannya yaitu dengan cara mendengarkan teman mereka berbicara lalu memberikan tanggapan meskipun subjek I terkadang bingung untuk memberikan tanggapan kepada teman ketika bingung dengan hal yang dibicarakan, subjek I dapat dimaklumi oleh teman dekatnya SD karena tidak melontarkan dengan kata-kata yang menyakiti hati.

Johnson (Ahmad & Harapan, 2016) membuka diri untuk orang lain perlu untuk menyadari diri sendiri, siapa saya, seperti apa diri saya. Selain itu perlu untuk menerima diri sendiri, menyadari aneka kekuatan dan kemampuan diri serta mempercayai diri untuk menerima dan mendukung diri, bekerja sama dengan diri, bersikap terbuka dengan diri. Telah dipaparkan pada bagian faktor kompetensi dalam hasil penelitian bahwa kompetensi dapat mempengaruhi keterbukaan diri siswa terhadap teman sebaya. Kedua subjek merasa takut ditolak pendapatnya dan takut salah saat menyampaikan pendapat kepada teman sebaya di kelas. Sebagai tambahan, subjek II merasa lebih menahan diri jika lawan bicaranya perempuan dan perlu memikirkan ulang pendapatnya. Hal ini menunjukkan bahwa subjek belum mempercayai diri untuk menerima dan mendukung diri, bekerja sama dengan diri dan bersikap terbuka dengan diri.

Keterbukaan diri subjek juga dapat dipengaruhi oleh faktor kepribadian. Berdasarkan kriteria Devito orang yang lebih banyak yang melakukan keterbukaan diri adalah orang yang pandai bergaul dan ekstrovert. Orang yang kurang berani bicara juga dinyatakan pada umumnya kurang membuka diri daripada yang lebih merasa nyaman saat berkomunikasi. Menurut Cain (2012) rasa malu adalah rasa takut akan pengakuan sosial atau penghinaan, sedangkan introversi adalah preferensi untuk lingkungan yang tidak terlalu merangsang. Rasa malu pada dasarnya menyakitkan; introversi tidak. Salah satu alasan mengapa orang membingungkan kedua konsep ini adalah karena terkadang keduanya tumpang tindih (meskipun psikolog memperdebatkan sampai sejauh mana). Beberapa psikolog memetakan dua kecenderungan pada sumbu vertikal dan horizontal, dengan spektrum introvert-ekstrovert pada sumbu horizontal, dan spektrum kecemasan-stabil pada sumbu vertikal. Dengan model ini, kita akan mendapatkan empat kuadran tipe kepribadian: ekstrovert yang

---

tenang, ekstrovert yang cemas (atau impulsif), introvert yang tenang, dan introvert yang gelisah. Sehingga, dengan kata lain, kita bisa menjadi ekstrovert yang pemalu, seperti Barbra Streisand, yang memiliki kepribadian kuat dan bersemangat yang mengesankan orang dan memiliki demam panggung yang melumpuhkan; atau seorang introvert yang tidak pemalu, seperti Bill Gates, yang diketahui banyak orang tidak banyak bicara tetapi tidak terpengaruh oleh pendapat orang lain. Kita juga bisa menjadi pemalu sekaligus introvert: T.S. Eliot adalah seorang pribadi terkenal yang menulis dalam "*The Waste Land*" bahwa dia bisa menunjukkan rasa takut dalam segenggam debu.

Banyak orang pemalu menarik diri, sebagian karena menerima pesan bahwa ada yang salah dengan preferensi mereka untuk refleksi, dan sebagian karena fisiologi mereka, seperti yang akan kita lihat, memaksa mereka untuk menarik diri dari lingkungan dengan stimulasi tinggi. Tetapi untuk semua perbedaan mereka, rasa malu dan introversi memiliki kesamaan yang sangat dalam. Keadaan mental seorang ekstrovert pemalu yang duduk diam dalam rapat bisnis mungkin sangat berbeda dari seorang introvert yang tenang — orang yang pemalu takut untuk berbicara, sementara introvert hanya terlalu terstimulasi — tetapi dari dunia luar, keduanya tampak sama.

Subjek I sejatinya ia masih memiliki kebingungan tentang dirinya sendiri, namun berdasarkan dari hal yang disampaikan ia merupakan siswa yang tidak terlalu terbuka dengan orang lain. Untuk membuka diri ia hanya terbuka pada beberapa orang saja dan merasa energinya mudah terkuras ketika berhubungan dengan banyak orang. Dilihat dari hasil dokumentasi juga menyatakan bahwa dirinya adalah sosok yang pendiam. Kendati demikian ia tetap bisa bergaul dengan teman-teman di organisasinya. Berbeda dengan subjek II yang merasa butuh untuk terus berinteraksi dengan teman dan harus terus beraktifitas. Hal yang membedakan hanyalah ia adalah orang yang pemalu dengan lawan jenis. Keadaan ini membuatnya jadi jarang bicara di kelas karena temannya di kelas adalah dominan perempuan. Ciri-ciri yang didapatkan pada subjek I memiliki kecenderungan kepada kepribadian introvert dan subjek II cenderung kepada kepribadian ekstrovert karena mudah bergaul dengan siapa saja selama itu sesama jenis namun pemalu kepada lawan jenis.

Topik mempengaruhi keterbukaan diri subjek terhadap teman sebaya. Menurut hasil penelitian subjek dapat membicarakan hal-hal dari topik yang umum sampai pribadi kepada teman sebaya yang dekat dengannya. Subjek juga memiliki topik yang lebih spesifik tentang diri sendiri ketika dengan teman yang lebih akrab.

Berdasarkan teori penetrasi sosial yang dikembangkan oleh peneliti Irwin Altman dan Dalmas Taylor keterbukaan diri dibagi menjadi dua dimensi, yaitu keluasan dan kedalaman dalam membuka diri dengan orang lain. Dimensi keluasan menurut Floyd (2014) adalah:

*Breadth describes the range of topics we discuss with various people, with some people, our self-disclosure has little breadth, because we disclose about only a limited range of topics. With close friends and coworkers, however we probably talk about several different aspects of our life, such as*

---

*our work and school experiences, financial concerns, professional ambitions, health, spiritual or religious beliefs, political opinions, and desire for the future, giving our disclosure in those relationship greater breadth.*

Keluasan mendeskripsikan kisaran topik yang dibahas dengan berbagai orang. Saat dengan beberapa orang, keterbukaan diri memiliki keluasan yang sedikit karena hanya terbuka mengenai beberapa topik yang kisarannya terbatas. Saat dengan teman dan rekan kerja, bagaimanapun juga terdapat kemungkinan untuk membicarakan beberapa aspek kehidupan, seperti pengalaman kerja dan sekolah, masalah keuangan, ambisi profesional, kesehatan, kepercayaan spiritual atau agama, pandangan politik, keinginan masa depan, memberikan keterbukaan pada hubungan yang lebih luas. Sedangkan dimensi kedalaman menurut Floyd (2014) *“depth measures how personal or intimate our disclosures are, reflecting how carefully we feel must guard the information we might give out.”* Hal ini menjelaskan bahwa kedalaman mengukur bagaimana personal atau intimnya keterbukaan, memikirkan bagaimana kita merasa harus menjaga informasi yang mungkin diberikan.

Setelah membahas faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri. Pembahasan beralih pada cara-cara keterbukaan diri siswa. Motivasi keterbukaan diri siswa untuk menjaga hubungan dengan teman sebaya dibutuhkan untuk membuka diri dengan teman sebaya. Johnson (1993: 30) menyatakan: *A relationship grows and develops as two people become more open about themselves to each other. If you can not reveal yourself, you can not become close to others, and you cannot be valued by others for who you are. Two people who let each other know how they are reacting to situations and to each other are pulled together; two people who stay silent about their reactions and feelings stay strangers.*

Hubungan tumbuh dan berkembang saat kedua orang menjadi lebih terbuka mengenai dirinya kepada satu sama lain. Jika seseorang tidak dapat mengungkapkan dirinya maka tidak dapat menjadi dekat dengan orang lain dan tidak dapat dinilai oleh orang lain sebagai diri sendiri. Dua orang yang membiarkan saling tahu bagaimana bereaksi terhadap situasi dan terhadap satu sama lain dapat bekerja sama, dua orang yang saling diam akan reaksi dan perasaan akan tetap sebagai orang yang tidak kenal. Berdasarkan hasil penelitian kedua subjek memilih untuk jarang berbicara di kelas karena alasan yang mau tidak mau membuat mereka menjadi menahan diri, yaitu bagi subjek I karena merasa tidak disukai oleh teman di kelas dan bagi subjek II harus berbicara sesuai tujuan kepada teman-teman di kelas karena harus menjaga pandangan. Kedua permasalahan ini perlu untuk ditemukan penyelesaiannya agar mereka dapat mengenal teman di kelas dengan lebih jauh.

Kepatutan membuka diri juga penting untuk dilakukan, cara yang dilakukan subjek yaitu mereka mengatakan perlu mencari waktu, orang dan tempat yang tepat. Mereka juga memiliki cara untuk menghindari beban yang mungkin ditimbulkan dari keterbukaan diri yaitu dengan memikirkan apa yang akan disampaikan terlebih dahulu sebelum benar-benar dikatakan agar tidak menimbulkan

---

kesalahpahaman dan dampak-dampak yang merugikan. Berdasarkan pernyataan di atas, Johnson (1993) berpendapat *“It takes account of effect it will have upon the other person. Some disclosures may upset or cause considerable distress to the other person. Individual attitudes about disclosure vary considerably, and what you consider appropriate may not be so to someone else”*.

Maka dari itu keterbukaan perlu dipertimbangkan pengaruhnya kepada orang lain. Beberapa keterbukaan mungkin dapat membuat kesal dan menyebabkan kesulitan besar kepada orang lain. Sikap masing-masing individu mengenai keterbukaan diri sangat bervariasi dan apa yang dipertimbangkan patut bisa jadi tidak untuk orang lain. Sehingga kepatutan keterbukaan diri penting untuk diperhatikan. Berdasarkan cara kedua subjek dalam mempertimbangkan keterbukaan diri, mereka dapat melihat keadaan agar tidak mengganggu lawan bicara dengan mencari situasi dan kondisi yang tepat. Selain itu mereka juga memperhatikan resiko sebelum mengungkapkan sesuatu kepada teman yang artinya kedua subjek mempertimbangkan pengaruh dari keterbukaan diri itu sendiri kepada orang lain.

Keterbukaan diri memiliki beberapa dampak yang positif yaitu pengetahuan diri, kemampuan mengatasi kesulitan, efisiensi komunikasi dan kedalaman hubungan. Namun rupanya beberapa dampak positif dari keterbukaan diri ini belum seluruhnya dirasakan oleh subjek penelitian. Pada dasarnya subjek I dan II memiliki pengetahuan diri seperti apa gambaran dirinya termasuk mengenai keterbukaan dirinya. Subjek I pernah meminta penilaian kepada teman dekatnya SD seperti apa dirinya sehingga SD memberikan saran-saran bagi DS dimana hal tersebut meliputi keterbukaan dirinya, seperti jangan membuat status yang menyinggung kelas, berusaha terbuka dengan teman di kelas serta meminta DS untuk meluapkan perasaannya dengan curhat kepada SD daripada terus memendam dan menangis sendiri.

Berkat hal tersebut, subjek I menjadi mengerti seperti apa dirinya di mata teman lain. Subjek II sendiri menyadari kalau dirinya adalah orang mudah bergaul kecuali dengan lawan jenis serta tidak berani mengungkapkan pendapat dalam diskusi dengan teman-teman di kelas yang dominan perempuan. Johnson (1993) mengatakan: *Being open with another person begins with being aware of who you are and what you like. Self-awareness arises from experiences and interactions with other people. Your awareness of who other people are and your awareness of who you are go hand-in-hand. One cannot be separated from the other. You do not get to know yourself by hiding in a closet and avoiding others. You get to know yourself by getting out and having a wide variety of experiences with many different people.*

Kemampuan mengatasi kesulitan atau *coping ability* yang dilakukan subjek I adalah dengan bercerita kepada satu temannya di luar sekolah mengenai masalah-masalahnya atau dengan berdoa ketika ia memang tidak dapat mengutarakan apa yang ia rasakan. Subjek II memilih untuk

memikirkan matang-matang ketika masalah tersebut perlu untuk dipikirkan lebih lanjut. Bila ia butuh saran ia akan menanyakan kepada teman untuk meminta pendapat.

Membuka diri dapat membantu seseorang untuk mengenali diri lebih jauh dan memahami cara orang dalam membuka diri tergantung dari nuansa yang diberikannya. DS dan R memilih untuk menyampaikan kepada temannya agar temannya dapat memahaminya. Menurut mereka, teman-teman dekat mereka dapat memahami kondisi mood mereka dari cara mereka berperilaku. Semakin sering membuka diri dapat membawa hubungan pertemanan menjadi semakin dalam dan memahami sifat masing-masing. Ia juga tidak berani membuka diri lebih jauh karena merasa tidak disukai teman di kelas. Lalu R, ia merasa tidak dekat dengan teman di kelas karena merasa tidak sejalan dan tidak sesuai dengan keinginannya. Ia menginginkan teman-teman perempuannya di kelas jangan mudah berkecil hati, jangan mudah terbawa perasaan dan tidak perlu banyak berteriak di kelas. Johnson (1993) menyatakan: *Most people become uncomfortable when the level of self disclosure exceeds their expectations, since receiving self-disclosure can be as threatening as giving it. As a friendship develops, the depth of self-disclosure increases very well. Intimate or very personal self-disclosure is most appropriate in ongoing close relationships. Disclosures about deep feelings, fear, loves, and concerns are most appropriate in close, well-established relationships.*

Kebanyakan orang menjadi tidak nyaman ketika tingkat keterbukaan diri melampaui yang diharapkannya. Menerima keterbukaan diri bisa sama mengancamnya dengan memberikannya. Saat hubungan pertemanan berkembang, kedalaman keterbukaan diri meningkat dengan baik. Keintiman dan keterbukaan yang saat personal adalah hal yang paling sesuai dalam hubungan dekat yang berjalan. Keterbukaan tentang perasaan, ketakutan, cinta dan kekhawatiran adalah yang paling patut dalam hubungan yang sangat kuat.

Selain dampak positif, keterbukaan diri juga memiliki dampak negatif. Penolakan pribadi dan sosial dapat terjadi akibat seseorang membuka diri. Ketika seseorang tidak dapat menerima dirinya dan tidak diterima oleh lingkungan sosial, hal ini disebut sebagai penolakan pribadi dan sosial. Subjek I yaitu DS, merasa mendapat penolakan pribadi dan sosial akibat keterbukaan dirinya mengenai status *whatsapp* yang dibuatnya dengan membahas buruknya menyontek saat kelas X. Hal tersebut membuat teman-teman di kelasnya tersindir dan membuat subjek I sebagai bahan pembicaraan di kelas.

Santrock (Desmita, 2013) menyatakan untuk sebagian remaja yang ditolak atau diabaikan dapat muncul perasaan kesepian maupun permusuhan. Selain itu penolakan oleh teman sebaya dihubungkan dengan kesehatan mental atau problem kejahatan.

Kerugian material yang didapatkan subjek I adalah dijauhi oleh teman-temannya. Dirinya merasa hal ini terjadi akibat ulah dirinya mengenai status *whatsapp*. Tidak banyak teman yang dapat menerimanya di kelas. Berdasarkan pernyataan CL teman subjek, sejatinya teman-teman subjek I

---

tidak sepenuhnya menjauhi subjek I karena masalah status whatsapp tersebut, tetapi karena kebiasaan subjek yang suka menangis tanpa alasan dan pendiam di kelas membuat teman-teman takut mengajak berbicara dan membuat subjek I menangis.

Pengalaman subjek I mengenai sempat mengalami penolakan pribadi dan sosial sebelumnya di kelas membawa kepada kesulitan intrapribadi. Subjek I merasa takut dimusuhi dan bahkan dirinya diabaikan karena masalah status yang dibuatnya di masa lalu. DS juga berada dalam satu kelompok pertemanan dengan SD. Subjek I dan SD sama-sama beranggapan bahwa kelompok pertemanan mereka tidak diterima di kelas. Hal ini berarti subjek I masih memiliki rasa bersalah dalam dirinya yang harus ia tahan dan memiliki pemikiran bahwa ia dan temannya tidak diterima di kelas. Johnson (1993) mengatakan: *The events taking place around us and the meaning of other people's behavior are often ambiguous, open to many different interpretations. In such cases, we compare our perceptions and reactions with the reactions and perceptions of others. This is called consensual validation. If others have similar interpretations, we consider our perceptions validated. Without self-disclosure, consensual validation could not take place.*

Peristiwa yang terjadi di sekitar kita dan arti perilaku orang lain sering kali ambigu, membuka banyak interpretasi yang berbeda. Dalam hal demikian, kita membandingkan persepsi dan reaksi kita dengan reaksi dan persepsi orang lain. Hal ini disebut validasi konsensual. Jika orang lain memiliki interpretasi yang sama, kita anggap persepsi kita valid. Tanpa keterbukaan diri, validasi konsensual tidak dapat terjadi.

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di atas dapat diketahui subjek I merasa diabaikan karena mengira teman-temannya tidak menyukainya. Hal tersebut terjadi setelah subjek I melakukan keterbukaan diri melalui status whatsapp tentang menyontek dan CL sebagai teman subjek I yang posisinya tidak terlalu dekat memiliki rasa takut untuk berkomunikasi dengan subjek I secara lebih dalam karena takut membuat subjek I menangis dan pendiam. Kedua pihak berada dalam interpretasi mereka sendiri dan bertahan dengan interpretasi mereka tersebut tanpa ada keterbukaan diri masing-masing, sehingga validasi konsensual tidak terjadi.

Lain halnya kesulitan intrapribadi subjek II, ia sulit untuk terbuka dengan lawan jenis karena malu dan faktor aturan agama yang membuatnya harus menjaga pandangan kepada lawan jenis dan berbicara sesuai keperluannya saja. Kesulitan yang dialami subjek II tersebut membuat ia menjadi jarang bicara di kelas.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian mengenai keterbukaan diri siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya, maka dapat diperoleh kesimpulan mengenai faktor yang mempengaruhi, cara membuka diri dan dampak keterbukaan diri bagi siswa yang

---

kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya. Faktor keterbukaan diri siswa dipengaruhi oleh beberapa hal. Siswa mau membuka diri karena menyukai sifat-sifat teman dekatnya di kelas, memberikan timbal balik dengan mendengarkan apa yang disampaikan oleh teman terlebih dahulu lalu memberikan tanggapan, merasa kesulitan dalam menyampaikan pikirannya kepada teman di kelas karena malu dalam mengungkapkan pendapat, merasa takut tidak diterima pendapatnya oleh teman dan takut salah, merasa kesulitan bergaul di kelas serta kedalaman dan keluasan topik tergantung dari dengan siapa subjek berbicara.

Cara-cara siswa dalam membuka diri cukup berbeda. Kedua siswa memiliki motivasi untuk membuka diri hanya kepada teman yang dekat saja. Keduanya jarang berinteraksi dengan teman yang tidak dekat. Siswa juga dapat melihat situasi dan kondisi saat akan menyampaikan sesuatu kepada temannya serta mau mendengarkan teman saat menyampaikan sesuatu kemudian baru memberi tanggapan. Akibat dari membuka diri sangat diperhatikan oleh siswa sebelum menyampaikan sesuatu kepada teman agar tidak memberikan beban tersendiri bagi siswa dari apa yang disampaikan.

Keterbukaan diri dapat membawa pengaruh yang baik, namun rupanya siswa lebih banyak merasakan dampak negatif daripada positif dari keterbukaan diri itu sendiri. Siswa memiliki pengetahuan diri seperti apa gambaran dirinya termasuk mengenai keterbukaan dirinya dengan cara meminta penilaian teman mengenai dirinya, menilai dirinya sendiri sebagai orang yang pendiam, pemalu dengan lawan jenis. Selain itu lingkungan dan perasaan untuk menyampaikan pikiran juga membantu siswa untuk menyadari rasa tidak berani dalam mengungkapkan pendapat dalam diskusi dengan teman-teman di kelas yang dominan perempuan dan menyadari kalau dirinya adalah orang mudah bergaul kecuali dengan lawan jenis. Hal ini berarti siswa mendapatkan dampak positif dari keterbukaan diri itu sendiri untuk mengenal diri secara lebih dalam. Siswa juga dapat bertahan dalam mengatasi kesulitan ketika ada masalah karena mau berbagi bercerita kepada teman dekatnya di sekolah. Selain itu kedua siswa juga jarang bicara dengan teman-teman di kelas. Hal ini memberikan dampak terhadap kedalaman hubungan siswa dan teman-temannya. Alasan kedua siswa berbeda, yaitu merasa tidak disukai oleh teman-teman yang mengabaikannya dan merasa tidak sejalan dengan teman di kelas. Siswa juga memperoleh dampak dari keterbukaan diri yaitu diabaikan oleh teman di kelas, kesulitan untuk terbuka dengan teman lawan jenis.

Mengacu pada hasil dan kesimpulan tersebut, maka terdapat beberapa saran yang diajukan. Saran-saran ini diharapkan dapat membantu dan memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang disebutkan. Bagi siswa diharapkan dengan penelitian ini dapat membantu diri sendiri untuk terbuka dengan teman sebaya setelah memahami beberapa cara yang tepat untuk membuka diri seperti yang dipaparkan dalam skripsi maupun dengan meminta bantuan kepada guru BK untuk memperoleh bantuan mengenai masalah keterbukaan dirinya. Bagi guru BK diharapkan dengan penelitian ini

---

dapat mempertimbangkan layanan apa saja yang cocok untuk diberikan kepada siswa yang mengalami masalah keterbukaan diri berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan adanya penelitian lebih lanjut dengan lebih memperdalam keterampilan dalam menggali dan memperdalam kasus melalui pertanyaan yang mudah dimengerti agar dapat lebih detail dan melakukan pendekatan dengan siswa dengan mengakrabkan diri agar siswa dapat lebih mudah terbuka ketika melakukan sesi wawancara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cain, S. (2013). *Quiet: The Power of Introverts in A World That Can't Stop Talking*. New York\_ Broadway Paperbacks.
- DeVito, J.A. (2011). *Edisi Kelima: Komunikasi Antarmanusia*. terj: Agus Maulana. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Floyd, K. (2014). *Communication Matters Second Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Universtas Katolik Widya Madala Madiun*. 33 (1). 2. <http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/jiw/article/view/17061>
- Harapan, E. & Syarwani, A. (2016). *Komunikasi Antar Pribadi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, D. (2012). *Komunikasi Antarpribadi dan Mediana, Faktor Penelitian Fenomenologi Orang Tua Karir dan Anak Remaja*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Johnson, D.W. (1993). *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self-Actualization Fifth Edition*. Boston: Allyn and Bacon.
- Santrock, J.W. (2011). *Masa Perkembangan Anak*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sugiyono. (2016). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta