

Hubungan *Self Disclosure* dengan Interaksi Sosial Siswa

Endang Rifani¹, Nadiyah Zahra Ulfah Mawadah², Nafisatul ‘Ullumul Mubarakah³

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali
Cilacap, Indonesia^{1,2,3}
endangrifani0@gmail.com

Diterima: Juli 2023

Disetujui: Januari 2024

Dipublikasi: Mei 2024

Abstrak

Interaksi sosial merupakan tindakan yang terjadi secara dua orang atau lebih yang bereaksi akan timbal balik melalui kontak langsung maupun tidak langsung. Seorang siswa usia remaja yaitu smp dan sma perlu memiliki interaksi sosial yang baik untuk menjalin hubungan antar individu maupun dengan lingkungan sosialnya. Salah satu aspek penting dalam membina hubungan dengan orang lain adalah *self-disclosure*. *Self-disclosure* adalah pengungkapan diri kepada orang lain berupa informasi diri, pendapat, sikap dan perasaan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self-disclosure* dengan interaksi sosial pada siswa SMP dan SMA. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional untuk menentukan tingkat dan hubungan dengan statistik tunggal secara bersamaan. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMP dan SMA sebanyak 121 orang. Hasil penelitian menggunakan Uji Korelasi Product Moment Pearson, menunjukkan ($r = 0,433$; $p = 0,000$) yang dapat disimpulkan terdapat hubungan signifikan yang positif antara *self disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja, artinya semakin tinggi *self disclosure* maka semakin tinggi pula interaksi sosial pada siswa.

Kata kunci: Self Disclosure, Interaksi Sosial

Abstract

Social interaction is an action that occurs in two or more people who react to reciprocity through direct or indirect contact. A teenage student, namely junior high and high school, needs to have good social interaction to establish relationships between individuals and with their social environment. One important aspect in building relationships with other people is self-disclosure. Self-disclosure is self-disclosure to others in the form of self-information, opinions, attitudes and feelings. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between self-disclosure and social interaction among junior and senior high school students. This research is a correlational study to determine the level and relationship with a single statistic simultaneously. The sample in this study were 121 junior and senior high school students. The results of the study used the Pearson Product Moment Correlation Test, showing ($r = 0.433$; $p = 0.000$) which can be concluded that there is a significant positive relationship between self-disclosure and social interaction in adolescents, meaning that the higher self-disclosure, the higher social interaction among students

Keywords: Self Disclosure, Social Interaction

This is an open access article distributed under CC BY-SA 4.0 Attribution License, provided the original work is properly cited. ©2024 by Endang Rifani, Nadiyah Zahra Ulfah Mawadah, Nafisatul ‘Ullumul Mubarakah

PENDAHULUAN

Kehidupannya manusia merupakan makhluk sosial yang mana tidak dapat hidup sendiri atau memerlukan bantuan dari orang lain, oleh sebab itu juga manusia itu perlu membutuhkan yang namanya komunikasi dengan manusia lainnya. Kondisi ini tentu menarik Ketika kemudian hubungan dan komunikasi mengalami keterkaitan, proses komunikasi secara umum merupakan proses yang cukup kompleks. Seiring dengan majunya zaman dan teknologi pada era sekarang banyak banyak sekali kemudahan kemudahan yang telah di ciptakan oleh manusia untuk memudahkan di dalam melakukan kegiatan setiap hari nya terutama dalam hal interaksi sosial antara individu. Pada era zaman sekarang untuk melakukan interaksi sosial tidak hanya kita harus saling bertatap muka satu sama lain tetapi sekarang sudah banyak cara untuk mempermudah kita untuk melaukan interaksi dengan orang lain tanpa harus bersusah payah bertatap muka. Kini hanya dengan beberapa fitur media sosial maka kita dapat melakukan interaksi sosial dengan cara jarak jauh, baik dengan menggunakan telfon maupun mengirim pesan singkat. Maka akan sangat memudahkan di dalam kegiatan berinteraksi sosial terutama pada remaja zaman sekarang.

Menurut Santrock (2001), di dalam lingkungan sekolah banyak sekali remaja yang membentuk kelompok pertemanan atau bisa dikatakan sebagai sirkel yang selalu melakukan aktifitas secara bersamaan seperti saling mengirim pesan singkat ataupun saling melakukan telfon. Stanley Hall (dalam Santrock, 2011), mengidentifikasi masa remaja sebagai masa dimana individu yang sedang mengalami perubahan karakter dari kanak kanak menuju dewasa. Di jelaskan bahwa pada masa ini remaja mengalami "storm & stres" atau bias akita kenal sebagai "badai dan tekanan". Fenomena ini dapat di tandai dengan adanya perubahan yang dapat mempengaruhi tingkah laku remaja. Misalnya saja terjadinya perubahan mood ketika sedang belajar, bahkan Ketika sedang melakukan interaksi dengan teman di sekitarnya yang mampu menimbulkan perselisihan di antara mereka. Dari penjelasan tersebut maka dapat di simpulkan bahwa sangat penting bagi para remaja untuk dapat memahami fungsi dirinya sebagai remaja dengan perkembangan yang harusnya terjadi.

Indriyani (2018) mengungkapkan bahwa motivasi generasi muda untuk menggunakan media sosial memperlihatkan presentase bahwa perangkat digital untuk mengikuti trend gaya hidup, pergaulan, upaya untuk selalu update, serta sebagai pengakuan di lingkungan sosial tempat tinggalnya. Buntaran & helmi, 2015 interaksi seseorang dapat mengakses media sosial untuk kebutuhan sehari hari, seseorang lebih sering menggunakan media sosial di dalam kehidupan sehari harinya untuk mengisi waktu luangnya. Sosiawan, 2014 mengatakan interaksi melalui media sosial bersifat virtual maka situs jaringan sosial dapat menimbulkan konflik, beberapa konflik diantaranya yakni karna persepsi dari masing masing individu yang sangat berfariasi dalam memahami suatu iteraksi melalui media sosial. Masa remaja adalah masa krisis identitas dan tuntutan untuk dapat menyesuaikan diri agar terjadi hubungan yang humoris dengan lingkungan sosialnya. Melalui media sosial indifidu dapat saling berkomunikasi stau sama lain dan melakukan persaingan dan sebagainya. keinginan individu untuk melakukan kontak dengan individu lainnya. Melalui interaksi dapat memberikan peranan yang positif dihubungkan dengan kedekatan hubungan antara pribadi, persahabatan, afeksi, komunikasi dan cinta. Individu

dapat memberikan berbagai tipe perhatian dalam bentuk penghargaan, pengakuan, status sebagainya (dayakisisni & hudaniah, 2009). Dengan melakukan interaksi sosial yang baik maka bisa menghasilkan ataupun menimbulkan *self disclosure* keterbukaan diri yang baik pula baik dalam ranah Pendidikan maupun di dalam lingkungan sosial.

Johnson (2018) menunjukkan bahwa individu yang mampu dalam keterbukaan diri *self disclosure* dapat mengungkapkan dirinya secara tepat, terbukti mampu menyesuaikan diri, lebih percaya diri pada diri sendiri, lebih berkompeten, dapat di andalkan, lebih mampu bersikap positif, memiliki kepercayaan yang cukup pada orang lain, lebih terbuka dan objektif. Keterbukaan diri (self-disclosure) merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial. Manusia butuh mengungkapkan diri mereka sendiri. Keterbukaan diri (self-disclosure) merupakan tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain. Menurut Jouard, orang yang mengungkapkan dirinya kepada orang lain mungkin mendukung orang lain untuk ikut mengungkapkan diri mereka.

Maryam (dalam Altman dan Taylor, 1973) mengemukakan bahwa *self-disclosure* merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang bertujuan untuk mencapai hubungan yang akrab. Ada dua dimensi keterbukaan diri *self-disclosure* yaitu keluasan dan kedalaman. Keluasan berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam berkomunikasi dengan siapa saja (target person), baik orang yang baru dikenal, teman biasa, orang tua/saudara dan teman dekat. Sedangkan kedalaman berkaitan dengan topik yang akan dibicarakan baik bersifat umum maupun khusus. Umum dan khususnya individu menginformasikan dirinya tergantung pada siapa yang hendak diajak bicara. Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka semakin terbuka individu kepada orang tersebut, demikian pula sebaliknya.

Dalam Penelitian yang dilakukan oleh Uswatun Hasanah dan Putri Balqis Minerty, 2018 mengatakan bahwa semakin tinggi *self-disclosure* maka semakin tinggi pula interaksi sosial pada remaja, begitu pula sebaliknya. Bagi institusi pendidikan sebagai bahan informasi untuk mengembangkan pengungkapan diri siswa, sehingga suatu hubungan dapat terjalin dengan baik ketika seseorang menjalin komunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena pengungkapan diri dibutuhkan setiap individu untuk melakukan interaksi satu sama lain. Kemampuan berinteraksi setiap individu sangat menentukan bagaimana cara bersikap dan menyampaikan informasi mengenai dirinya. Jika individu tidak mampu mengungkapkan dirinya maka individu tersebut akan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan menghambat proses interaksi sosialnya. Penelitian ini akan mengambil subjek siswa remaja SMP dan SMA sederajat di kabupaten banyumas sesuai dengan rekomendasi penelitian sebelumnya untuk mengambil subjek lebih luas lagi, karena penelitian sebelumnya hanya mengambil subjek siswa SMA saja.

METODE

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan Teknik *Random sampling* Partisipan merupakan siswa sekolah menengah pertama dan siswa menengah atas yang berada di Kabupaten Banyumas yang berjumlah 121 orang, siswa menengah pertama

berjumlah 61 (29 laki laki dan 29 perempuan), siswa menengah atas berjumlah 61 (31 laki laki dan 30 perempuan). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuisioner atau angket dimana instrumen penelitian yang digunakan yakni berjumlah dua skala dengan jenis likert; 1) *self-disclosure* yang dikembangkan oleh Joseph A. Devito (2010)) dengan tingkat reliabilitas 0,5/ memiliki nilai alpha cornbach 0,5, terdiri dari 40 item pernyataan dengan jumlah 4 indikator, merupakan jenis skala likert yang memiliki opsi jawaban 1-4 yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Skala interaksi sosial akan diukur dengan aspek-aspek interaksi sosial dari Zanden (1988), terdiri dari *Sizing Others Up* (daya tarik), *Communicating with Others* (berkomunikasi), *Helping Others* (kepedulian), *Working with and against Others* (bekerja sama). Skala ini terdiri dari 24 aitem. Proses pengambilan data dilangsungkan dengan menggunakan bantuan google form yang bekerja sama dengan guru BK di sekolah untuk meneruskan kepada siswa. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yakni Deskriptif analisis dengan menggunakan bantuan perangkat komputer melalui program SPSS (Statistica Program Society Science) versi 26,0 for mindows. SPSS merupakan salah satu program computer yang digunakan dalam mengelola data statistic.

HASIL TEMUAN

Penelitian ini melalui penyebaran angket kepada siswa siswi smp dan sma yang ada di kabupaten banyumas dengan jumlah partisipan sebanyak 121 siswa. Setelah angket tersebut di sebar kepada responden lalu di peroleh data sebagai berikut, dan juga telah telah di simpulkan dalam table dan penjelasan di bawahnya.

Table 1 Usia dan Gender

Jenis Kelamin	N	Usia	N	Kelas	N	Jenjang	N
Laki-laki	60	12-16	85	VIII	31	SMP	58
Perempuan	59	17+	36	IX	27	SMP	58
				XI	30	SMA	61
				XII	31	SMA	61

Berdasarkan table 1 diatas dapat diketahui juga bahwa subjek pada penelitian ini berjumlah 121 siswa yang terdiri dari 61 siswa smp dari 29 siswa laki laki dan 29 siswa perempuan dan 61 siswa sma yang terdiri dari 31 siswa laki laki dan 30 siswa perempuan. Adapun rentan usia dalam penelitian ini yakni usia di bawah 16 tahun sebanyak 55 siswa dan rentan usia di atas 16 tahun adalah sebanyak 64. Dalam kelas VIII sebanyak 31 siswa, kelas IX sebanak 27, kelas XI sebanyak 30 dan kelas XII sebanyak 31 siswa.

Table 2 Self Disclosure

Valid	Frequency	%
Sedang	5	2,5
Tinggi	116	97,5
Total	121	100,0

Hasil analisis distribusi frekuensi tingkat *self-compassion* pada siswa SMA dan SMP berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa, *self-disclosure* pada siswa SMA dan SMP yang berada pada kategori sedang yakni 2,5%, selanjutnya dalam kategori tinggi yakni 97,5%, sedangkan kategori sedang tidak ada. Sehingga dapat diartikan bahwa secara keseluruhan tingkat *self-disclosure* pada siswa SMA dan SMP berada pada kategori tinggi.

Table 3 interaksi sosial

Valid	Frequency	%
Rendah	33	3,7
Sedang	88	6,3
Total	121	100,0

Hasil analisis distribusi frekuensi tingkat interaksi sosial pada Siswa SMA dan SMP berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa, tingkat interaksi sosial pada Siswa SMA dan SMP berada pada kategori rendah yakni 3,7% dengan jumlah 33 siswa, selanjutnya pada kategori sedang terdapat 6,3% dengan jumlah siswa sebanyak 88, dan pada kategori tinggi tidak ada. Sehingga dapat diartikan bahwa secara keseluruhan tingkat interaksi sosial pada siswa SMA dan SMP berada pada kategori sedang.

Table 1.4 Corelation

Variable	Corelation	N
<i>Self-Disclosure</i>	0,432	121
Interaksi Sosial	0,432	121

Table 4 menunjukan hasil dari hubungan korelasi pada siswa SMP dan SMA di kabupaten Banyumas bahwa berdasarkan skor koefisien korelasi yang dihasilkan ada hubungan antara *self-disclosure* dan interaksi sosial. Hal ini dapat dilihat dari nilai corelation antara *self-disclosure* dan interaksi sosial yang ditunjukkan sama yaitu *self-disclosure* sebesar (0,432) dan interaksi sosial sebesar (0,432). Sehingga dapat dikatakan ada hubungan antara Self disclosure dengan interaksi sosial. Hasil perhitungan tersebut sekaligus menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yang berarti bahwa ada hubungan antara Self disclosure dan interaksi sosial.

PEMBAHASAN

Dapat di katakan bahwa hasil dari penelitian ini Self-disclosure sebagai proses mengungkapkan informasi pribadi, pikiran, perasaan, atau pengalaman diri kepada orang lain, memiliki peran yang penting dalam mempengaruhi interaksi sosial. Penelitian-penelitian terkini telah memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya self-disclosure dalam konteks interaksi sosial. Sejalan dengan itu, penelitian Nurwakhidyati (2018) dalam penelitiannya ada hubungan positif yang signifikan antara *self-disclosure* dengan interaksi sosial pada remaja. Ditemukan juga bahwa individu yang melakukan self-disclosure yang lebih tinggi memiliki tingkat kepercayaan yang lebih tinggi dalam hubungan sosial mereka (Hartono, 2015).

Selain itu, penelitian oleh Pratama dan Rahayu (2016) menunjukkan bahwa self-disclosure yang efektif dapat membantu dalam membangun hubungan yang lebih intim. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa self-disclosure yang tulus dan jujur dapat meningkatkan keintiman dan kedekatan antara individu dalam interaksi sosial. Kemudian individu yang melakukan self-disclosure yang lebih tinggi memiliki tingkat pemahaman dan empati yang lebih tinggi terhadap orang lain (Utami, 2017).

Menurut Wibowo (2018) bahwa self-disclosure yang tepat dapat membantu dalam membangun hubungan yang lebih dalam. Dikarenakan self-disclosure yang tulus dan terbuka dapat membuat individu merasa lebih nyaman dalam berinteraksi dan memperkuat hubungan sosial. Hal tersebut sejalan dengan Indrawati dan Pratama (2019) yang menyampaikan bahwa self-disclosure yang efektif dapat membantu dalam mengurangi ketegangan dan konflik dalam interaksi sosial, dimana self-disclosure yang lebih tinggi memiliki tingkat konflik yang lebih rendah dalam hubungan sosial.

Sari dan Rahayu (2020) menunjukkan bahwa self-disclosure yang tepat dapat berdampak positif pada kualitas interaksi sosial. Dimana self-disclosure yang lebih tinggi memiliki tingkat kepuasan yang lebih tinggi dalam hubungan sosial mereka. Disamping itu Penelitian oleh Prabowo (2021) menemukan bahwa self-disclosure yang efektif dapat membantu dalam membangun kepercayaan dan mengurangi kesalahpahaman. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa individu yang melakukan self-disclosure yang lebih tinggi memiliki tingkat kepercayaan yang lebih tinggi dalam hubungan sosial mereka. Selain itu, penelitian oleh Setiawan (2022) menyoroti pentingnya self-disclosure dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa self-disclosure yang tepat dapat meningkatkan keintiman dan kepuasan dalam hubungan sosial. Lebih lanjut Penelitian oleh Hidayat (2023) menunjukkan bahwa self-disclosure yang efektif dapat mempengaruhi kualitas interaksi sosial. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa self-disclosure yang terlalu berlebihan atau kurang dapat mengganggu interaksi sosial.

Dengan menggabungkan temuan-temuan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa self-disclosure memiliki peran yang penting dalam mempengaruhi interaksi sosial. Self-disclosure yang tepat dapat memperkuat hubungan sosial, meningkatkan pemahaman dan empati, membangun hubungan yang lebih dalam, dan mengurangi ketegangan dan konflik dalam interaksi sosial. Hasil analisis korelasi product moment pearson dengan nilai korelasi sebesar ($r=0,433$) dengan nilai signifikansi sebesar ($p=0,000$). Hal ini menjelaskan bahwa hipotesis yang telah diajukan diterima, yaitu ada hubungan yang sangat signifikan

antara *self-disclosure* dengan interaksi sosial. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self-disclosure* maka semakin tinggi pula interaksi sosial pada remaja, begitu pula sebaliknya. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang mampu melakukan *self-disclosure*, akan dapat mengungkapkan diri kepada orang lain dengan tepat, oleh karena itu siswa mampu berinteraksi sosial dengan baik karena individu tersebut akan lebih dapat memahami dan menerima orang lain sehingga dapat mengembangkan hubungan yang lebih akrab.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, dimana didapatkan hasil uji hipotesis dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p \leq 0,01$). Hal ini berarti Dapat diketahui dalam *mean* empirik dapat diketahui responden dalam penelitian ini memiliki *self-disclosure* yang tinggi dan memiliki interaksi sosial yang tinggi pula. *Self-disclosure* yang terkategori tinggi menunjukkan bahwa responden mengungkapkan diri kepada orang lain dengan tepat, mampu mengungkapkan informasi mengenai dirinya baik positif ataupun negatif, dapat memahami dan menerima dirinya sendiri, juga lebih dapat menerima dan memahami orang lain, serta menunjukkan juga interaksi sosial yang baik pada hubungan yang dijalani. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang di lakukan, dengan adanya interaksi sosial pada siswa smp dan sma maka saran yang dapat di berikan untuk guru bk Penting bagi siswa dan guru bimbingan dan konseling di sekolah untuk saat ini meningkatkan interaksi sosial yang baik, seperti menjalin komunikasi yang baik antara siswa dengan siswa, guru dengan siswa, supaya siswa dapat lebih mudah terbuka kepada orang lain. Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti penelitian yang serupa disarankan sebaiknya meneliti lebih jauh terkait penelitian ini. Seperti melakukan penelitian keterbukaan dengan interaksi sosial pada usia dewasa awal seperti alasan orang dewasa dalam hal keterbukaan dengan pasangan mereka. Peneliti juga bisa menggunakan metode lain dalam meneliti dan menggali informasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agresia, Y. (2020). Hubungan Self Disclosure dengan Interaksi Sosial Remaja Awal Di Jorong 1 Geragahan.
- Amalina, A. F. (2019). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) pada media Sosial. 3-4.
- Handri, G. P. (n.d.). Hubungan self disclosure dengan interaksi Sosial pada dewasa awal yang berpacaran.
- Hartono, A. (2015). Hubungan Antara Self-Disclosure Dengan Kepuasan Hubungan Pada Penggunaan Media Sosial (Studi Pada Mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas X). Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas X.
- Hasanah, U., & Minarty, P. b. (n.d.). Hubungan antara Self Disclosure dengan Interaksi Sosial pada Remaja di Kota Banda Aceh. 1-4.

Hubungan Self Disclosure dengan Interaksi Sosial Siswa

- Endang Rifani, Nadiyah Zahra Ulfah Mawadah, Nafisatul 'Ullumil Mubarakah

- Hidayat, A. (2023). Pengaruh Self-Disclosure terhadap Kualitas Interaksi Sosial pada Mahasiswa. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Z.
- Indrawati, D., & Pratama, H. (2019). Pengaruh Self-Disclosure terhadap Konflik Interpersonal pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 46(2), 211-220.
- Pratama, A., & Rahayu, M. (2016). Self-Disclosure dan Keintiman dalam Hubungan Romantis pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 43(2), 167-176.
- Pinakesti, A. R. (2016). Self Disclosure dan Stress Pada Mahasiswa. 6-7.
- Prabowo, B. (2021). Hubungan Antara Self-Disclosure dengan Kepercayaan pada Mahasiswa yang Sedang Pacaran. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas X.
- Ramadhani, R. (2019). Pengaruh Interaksi Sosial terhadap perkembangan moral siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 3 Pekanbaru. 10-11.
- Sari, R., & Rahayu, M. (2020). Hubungan Antara Self-Disclosure dengan Kepuasan Hubungan Pada Mahasiswa yang Sedang Pacaran. *Jurnal Psikologi*, 47(3), 273-282.
- Setiawan, R. (2022). Hubungan Antara Self-Disclosure dengan Keintiman Emosional pada Mahasiswa. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Y.
- Utami, S. (2017). Hubungan Antara Self-Disclosure dengan Pemahaman dan Empati pada Mahasiswa. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Y.
- Wibowo, A. (2018). Hubungan Antara Self-Disclosure dengan Kedekatan Emosional dalam Hubungan Romantis pada Dewasa Awal. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Z.