

## KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 4 SEMARANG

<sup>1</sup>Nanda Pramusinta, <sup>2</sup>Dini Rakhmawati, <sup>3</sup>Hartoto Sutopo

Universitas PGRI Semarang  
E-mail: nandapramusinta3@gmail.com

---

**Abstract:** SMK Negeri 4 Semarang provides Counseling Guidance (BK) services, this service is a form of school attention to students who have various kinds of problems, especially in the private sector. Sometimes, students are less open about the problems they experience. One of the important aspects of human social life, order to express individual abilities to show thoughts, feelings, and activities with others honestly and openly requires self-disclosure. The ability to open oneself is very important in everyday life, especially in the context of education related to learning. This study used a descriptive analysis method, with the aim of knowing how much the level of self-disclosure of class X students of the Building Information and Modeling Design Department at SMK N 4 Semarang. The results showed that the average self-disclosure of students at SMK N 4 Semarang for the 2022/2023 academic year was in the middle category with 90.8%, although there were some students who had a high self-disclosure rate of 8.3% and low 0.9%.

**Keywords:** Self Disclosure, Learners, Vocational School

**Abstrak:** SMK Negeri 4 Semarang menyediakan pelayanan Bimbingan Konseling (BK), pelayanan ini sebagai bentuk perhatian sekolah kepada peserta didik yang memiliki berbagai macam permasalahan, terutama dalam bidang pribadi. Adakalanya, peserta didik kurang terbuka akan permasalahan yang mereka alami. Salah satu aspek penting dalam kehidupan sosial manusia, dalam rangka mengekspresikan kemampuan individu untuk memperlihatkan pikiran, perasaan, dan kegiatan dengan orang lain secara jujur dan terbuka perlu adanya keterbukaan diri. Kemampuan untuk terbuka diri sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam konteks pendidikan yang berhubungan dengan pembelajaran. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analisis, dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keterbukaan diri peserta didik kelas X Jurusan Desain Pemodelan dan Informasi Bangunan di SMK N 4 Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri peserta didik di SMK N 4 Semarang Tahun Ajaran 2022/2023 rata-rata berada diposisi kategori sedang dengan 90,8%, walaupun ada sebagian dari peserta didik yang memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi 8,3% dan rendah 0,9%.

**Kata kunci:** Keterbukaan Diri, Peserta Didik, Sekolah Menengah Kejuruan

---

### PENDAHULUAN

SMK Negeri 4 Semarang merupakan sekolah Negeri yang berada di Kota Semarang, provinsi Jawa Tengah. Sekolah ini memiliki empat bidang keahlian dengan tujuh program keahlian sesuai dengan Keputusan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi

Republik Indonesia nomor 56/M/2022 tentang pedoman penerapan kurikulum.

Fasilitas yang diberikan berupa layanan Bimbingan dan Konseling dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Pelayanan sebagai bentuk perhatian sekolah kepada peserta didik yang memiliki berbagai macam permasalahan,

terutama dalam bidang pribadi. Biasanya, peserta didik kurang terbuka akan permasalahan yang mereka hadapi.

Persoalan yang paling menonjol adalah keterbukaan diri. Sebab keterbukaan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan sosial manusia. Dalam mengekspresikan kemampuan individu untuk memperlihatkan pikiran, perasaan, dan kegiatan dengan orang lain secara jujur dan terbuka perlu adanya keterbukaan diri. Kemampuan untuk terbuka diri sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam konteks pendidikan yang berhubungan dengan pembelajaran.

Faktor terpenting yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran peserta didik adalah adanya kemampuan untuk membuka diri dengan guru dan teman-temannya. Peserta didik yang memiliki keterbukaan ini, lebih cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih baik dan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam hal belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh Wardhani (2017) bahwa adanya hubungan korelasi yang positif antara keterbukaan dan prestasi akademik peserta didik. Peserta didik yang lebih terbuka cenderung mampu mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi saat pembelajaran. Hal ini dapat membantu guru dalam memahami dan memecahkan masalah yang dihadapi peserta didik. Namun, keterbukaan peserta didik jarang sekali mudah untuk dicapai.

Menurut penelitian Wahyuni (2015), peserta didik sering merasa tidak nyaman untuk

mengekspresikan diri karena takut diejek atau dikritik oleh teman sekelasnya. Selain itu, lingkungan yang kurang baik seperti terdapat bullying atau diskriminasi juga mempengaruhi keterbukaan dari peserta didik.

Hasna (2019) mengungkapkan, bahwa keterbukaan diri termasuk jenis percakapan khusus, yang digunakan untuk berkomunikasi terkait permasalahan yang sebelumnya belum diketahui.

Keterbukaan diri menurut Ifdil (2013) merupakan suatu bentuk dalam menyampaikan informasi yang akurat tentang pribadinya sendiri kepada orang lain secara sadar dan tanpa adanya paksaan. Hal ini dapat disebut sebagai bentuk usaha yang dilakukan individu untuk menciptakan kedekatan melalui keterbukaan diri tentang pribadinya kepada orang lain.

Menurut Rizki (2015), keterbukaan diri dapat diartikan sebagai sikap individu yang aktif dalam mencari pengalaman dan pengetahuan, dengan membutuhkan seseorang yang mampu diajak berbicara melalui perasaan, pikiran, dan sikap fisik.

Johnson (dalam Dora, 2017) memberikan definisi lain tentang keterbukaan diri, yaitu sebagai umpan balik berupa informasi masa lalu atau peristiwa yang sejalan dengan umpan apa yang sudah diberikan oleh orang lain. Melalui penjelasan tersebut, terdapat sepuluh pemaknaan yang lebih luas tentang keterbukaan diri yang tidak hanya berkaitan dengan isi informasi yang disampaikan, namun juga mencakup cara penyampaian dan isi yang dinyatakan secara eksplisit.

Menurut Devito (dalam Dora, 2017), keterbukaan diri dapat dianggap sebagai alat komunikasi, ketika seseorang mengungkapkan informasi rahasia tentang dirinya kepada orang lain. Dua syarat utama dalam keterbukaan diri ialah bentuk informasi yang diungkapkan kepada orang lain belum diketahui dan informasi yang diungkapkan tersebut berkaitan dengan diri sendiri, serta media yang digunakan untuk mengungkapkan informasi tersebut dapat berupa verbal maupun nonverbal. Pendapat ini menyatakan bahwa keterbukaan diri dapat dimaknai sebagai senjata individu dalam berkomunikasi karena dapat membangun rasa saling percaya di antara pihak yang berkomunikasi dan mendorong terjadinya komunikasi dua arah.

Berdasarkan pemaparan para ahli di atas, dapat ditarik benang merah bahwa keterbukaan diri merupakan suatu tindakan seseorang yang secara sadar ingin membagikan informasi untuk orang lain yang digunakan sebagai perantara timbulnya rasa percaya satu sama lain dalam berkomunikasi, sehingga timbul komunikasi yang baik antar individu. Keterbukaan ini bertujuan untuk memberikan informasi yang akurat terkait dirinya sendiri yang sebelumnya belum diketahui oleh lawan bicara.

Meskipun keterbukaan diri peserta didik memiliki peran yang sangat penting dalam proses pembelajaran di sekolah, masih banyak peserta didik yang sulit untuk mengungkapkan diri. Hal ini dapat mempengaruhi interaksi antara peserta didik

dengan guru dan teman sekelasnya sehingga dapat menimbulkan suatu hambatan ketika proses pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan keterbukaan diri peserta didik yang diawali dengan mengetahui tingkat keterbukaan diri itu sendiri.

Sunaryo (2016) melakukan penelitian dan menemukan bahwa keterbukaan diri peserta didik di Indonesia masih tergolong rendah, di mana mereka jarang membicarakan masalah pribadi dengan guru atau teman-temannya. Hal ini disebabkan oleh faktor budaya dan adanya jarak kekuasaan antara guru dan murid.

Budiarti, E., & Indrawati, (2017) juga melakukan penelitian dan menemukan bahwa faktor-faktor seperti tingkat kepercayaan diri, budaya sekolah, dan faktor personal dapat memengaruhi keterbukaan diri peserta didik.

Menurut penelitian oleh Sari, N. P., & Wijayanti, (2019), keberadaan lingkungan yang kondusif dan ramah dapat meningkatkan keterbukaan diri peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMK Negeri 4 Semarang, memperoleh data terkait keterbukaan diri peserta didik terhadap guru Bimbingan dan Konseling tidak begitu tinggi, sehingga permasalahan yang dialami peserta didik belum teratasi dengan baik dan optimal. Pengambilan keputusan negatif oleh peserta didik perlu diwaspadai, oleh karena itu perlu adanya pencegahan untuk menghindari berbagai bentuk tindakan negatif yang dilakukan oleh peserta

didik seperti tidak masuk sekolah tanpa keterangan, merokok, meminum minuman keras, sampai bunuh diri. Permasalahan tersebut tidak tertangani dengan baik, yang disebabkan karena peserta didik kurang membuka diri. Oleh karena itu, penting untuk mengukur tingkat keterbukaan diri peserta didik di lingkungan sekolah. Metode deskriptif dapat digunakan untuk mengumpulkan data terkait keterbukaan diri peserta didik. Deskriptif dilakukan dengan memberikan pernyataan terstruktur kepada peserta didik guna bertujuan untuk mengukur sejauh mana mereka terbuka atau tertutup dalam berinteraksi dengan orang lain (Sugiyono, 2017).

Berdasarkan hal yang sudah dipaparkan di atas, peneliti ingin mengetahui tingkat keterbukaan diri pada peserta didik di SMK Negeri 4 Semarang, mengingat betapa pentingnya keterbukaan diri peserta didik terhadap kemampuan dalam mengungkapkan berbagai permasalahan, yang mana hal tersebut dapat membantu guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan atau bantuan secara maksimal kepada peserta didik, guna untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami olehnya. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui tingkat keterbukaan diri peserta didik di SMK Negeri 4 Semarang apakah termasuk dalam kategori rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

## **METODE**

Metode dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif, yang mana

melibatkan satu atau beberapa variable dan anggota populasi. Tujuannya untuk mendeskripsikan keadaan suatu gejala atau fenomena tertentu saat ini (*status quo*).

Metode deskriptif digunakan untuk mengolah dan mendeskripsikan hasil dalam bentuk persentase, tabel, grafik, serta analisis statistik untuk menyimpulkan data mengenai keterbukaan diri peserta didik. Hasil analisis deskriptif bertujuan untuk memudahkan pembaca dalam membaca, memahami, dan menginterpretasi data hasil penelitian.

Sasaran penelitian ini adalah peserta didik kelas X Jurusan Desain Pemodelan dan Informasi Bangunan di SMK Negeri 4 Semarang. Total jumlah responden adalah 108, yang terdiri dari 61 responden perempuan dan 47 responden laki-laki. Bentuk instrumen disebarikan melalui formulir daring kepada peserta didik. Sampel diambil menggunakan teknik sampling jenuh. Sedangkan untuk pengumpulan data menggunakan skala psikologis keterbukaan diri peserta didik, yang terdiri dari beberapa aspek.

## **HASIL**

Dalam menggambarkan keterbukaan diri peserta didik pada subjek penelitian, menggunakan skala keterbukaan diri yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen keterbukaan diri meliputi 30 item pernyataan, diberikan kepada sampel penelitian dengan jumlah 108 responden. Diperoleh profil atau tolak ukur presentasi keterbukaan diri sebagai berikut:

**Tabel 1. Tolak Ukur Persentase Keterbukaan Diri**

| Kategori | Rentang Skor | Persentase |
|----------|--------------|------------|
| Tinggi   | 91-120       | 76%-100%   |
| Sedang   | 61-90        | 51%-75%    |
| Rendah   | 30-60        | 25%-50%    |

Tabel 1 terdapat tolak ukur persentase keterbukaan diri, yang nantinya akan digunakan sebagai acuan dalam mengukur persentase skor keterbukaan diri peserta didik. Tolak ukur tersebut akan menentukan berapa persentase yang masuk pada klasifikasi tinggi, sedang dan rendah.

Berikut ini paparan dari persentase skor keterbukaan diri peserta didik kelas X sebagai berikut:

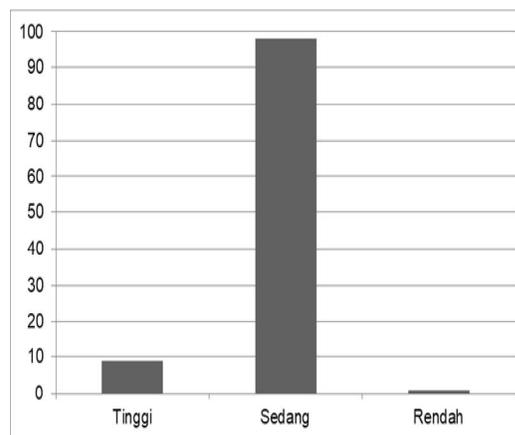
**Tabel 2. Persentase Skor Keterbukaan Diri**

| Klasifikasi | Siswa | Persentase |
|-------------|-------|------------|
| Tinggi      | 9     | 8,3%       |
| Sedang      | 98    | 90,8%      |
| Rendah      | 1     | 0,9%       |
| Total       | 108   | 100%       |

Tabel 2 menunjukkan bahwa peserta didik yang masuk pada klasifikasi rendah berjumlah 1 peserta didik dengan persentase 0,9%, klasifikasi sedang berjumlah 98 peserta didik persentasenya ialah 90,8%, dan klasifikasi tinggi terdapat 9 peserta didik yang memiliki persentase 8,3%.

Untuk lebih jelasnya, peneliti menggambarkan dalam bentuk diagram batang grafik, sebagai berikut:

**Gambar 1. Sebaran Tingkat Keterbukaan Diri**



## PEMBAHASAN

Dari penjabaran perhitungan skor skala tentang keterbukaan diri di atas, menunjukkan bahwa keterbukaan diri peserta didik di SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2022/2023, rata-rata berada di klasifikasi sedang, walaupun terdapat sebagian peserta didik yang memiliki tingkat keterbukaan diri yang tinggi dan rendah, namun masing-masing memiliki persentase kecil.

Peneliti perkuat dengan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama guru Bimbingan dan Konseling, menunjukkan bahwa sebagian peserta didik hanya terbuka pada masalah yang dirasa tidak begitu serius, dan terbuka pada guru tertentu. Tidak semua permasalahan yang dialami atau dirasakah oleh peserta didik dapat mereka ungkapkan, karena

dirasa kurang nyaman dan takut kepada lawan bicaranya, sehingga menahan mereka untuk terbuka atas permasalahan dan perasaan yang sedang dihadapi.

Hal tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri peserta didik masih kurang tinggi, terkait permasalahan yang sedang dialami. Dari deskripsi pernyataan tentang pengungkapan diri, menunjukkan bahwa peserta didik cukup tertutup terhadap dirinya sendiri. Sedangkan mengenai deskripsi pernyataan tentang informasi keluarga, peserta didik juga cenderung sedikit tertutup. Serta deskripsi pernyataan mengenai keterbukaan terhadap hal yang tidak menyenangkan, mengungkapkan diri secara apa adanya, dan secara sadar, rata-rata peserta didik dapat terbuka kepada orang yang mereka percaya.

Keterbukaan diri merupakan suatu proses dimana seseorang membiarkan dirinya dikenal atau diketahui oleh orang lain, dengan demikian orang yang terbuka akan membiarkan orang lain mengenal dirinya.

Pengungkapan diri melibatkan informasi yang cenderung disembunyikan dan tidak diungkapkan secara aktif. Dalam hal ini, peneliti percaya bahwa penting untuk fokus pada informasi yang biasanya tidak diungkapkan daripada sekadar informasi yang belum diungkapkan. Pengungkapan diri melibatkan informasi yang sangat pribadi dan biasanya dijaga kerahasiaannya. Namun, dengan proses pengungkapan diri dan berbagi perasaan terkait masalah pribadi, orang lain dapat memahami dan mengerti satu sama lain.

Menurut Prabawa, A. F. I., Ramli, M., & Fauzan, (2018), keterbukaan diri dapat membantu peserta didik menjadi lebih adaptif, percaya diri, kompeten, dapat diandalkan, mampu bersikap positif, dan objektif. Begitu juga dengan sebaliknya, jika peserta didik kurang mampu membuka diri, mereka dapat mengalami beberapa kesulitan seperti dalam menyesuaikan diri, kurang percaya diri, merasa takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup. Khususnya bagi siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan yang sedang mengalami masa remaja dan harus beradaptasi dengan lingkungan baru. Keterbukaan diri yang baik sangatlah penting. Dalam hal ini, keterbukaan diri dalam bersosial mencakup kemampuan untuk membuka diri terhadap lingkungan baru, mengungkapkan perasaan, mengemukakan pendapat, dan bertukar pengalaman.

Dalam hidup bermasyarakat faktor terpenting untuk mencapai keberhasilan adalah dengan meningkatkan keterbukaan diri, karena hal ini dapat memotivasi mereka untuk mencapai cita-cita yang diinginkan, baik dalam bidang formal maupun non formal. Selain itu, memiliki keterbukaan diri dapat membantu peserta didik dalam mengambil keputusan yang tepat ketika mereka menghadapi masalah di lingkungan sekolah, keluarga, atau masyarakat.

Tidak hanya terbuka dalam bermasyarakat, bisa juga mengungkapkan hal-hal pribadi yang berkaitan dengan diri sendiri. Keterbukaan diri juga terbuka dalam memberi tanggapan dari suatu permasalahan yang terjadi atau yang disampaikan oleh orang lain.

Dalam kaitannya dengan proses belajar mengajar, keterbukaan diri dapat diartikan sebagai keinginan peserta didik dalam mengungkapkan atau memberikan tanggapan terhadap situasi yang sedang dihadapi, termasuk kata-kata yang diucapkan atau perbuatan ketika dalam proses belajar mengajar.

Nofembri, A., Fitria, L., & Radyuli, (2021) menyatakan bahwa keterbukaan diri atau *Self Disclosure* merujuk pada respons atau reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi, serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan untuk memahami tanggapan saat ini. Selain itu juga, dapat dilakukan dengan sikap deskriptif dan evaluatif, dimana sikap tersebut menunjukkan bahwa seseorang dapat memberikan informasi yang faktual seperti pekerjaan, alamat, usia, dan mengungkapkan perasaan pribadi tentang dirinya kepada lawan bicaranya, yang mungkin informasi tersebut belum diketahui oleh pendengar. Hal ini, memungkinkan individu untuk berani menyatakan pendapat mereka dan merespons situasi saat ini, dengan pengalaman masa lalu yang dimiliki

Keterbukaan diri dapat diartikan seperti informasi, perilaku, perasaan, keinginan, motivasi dan ide yang sesuai dan terdapat di dalam diri yang bersangkutan. Kedalaman dari pengungkapan diri seseorang tergantung pada situasi dan orang yang diajak berinteraksi.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan, bahwa tingkat

keterbukaan diri peserta didik di SMK Negeri 4 Semarang menunjukkan rata-rata berada pada posisi sedang dengan persentase 90,8%, tinggi 8,3%, sedangkan yang rendah 0,9%.

Hasil penelitian tersebut maka peneliti mengemukakan saran dan rekomendasi untuk meningkatkan keterbukaan diri peserta didik ialah, guru lebih meningkatkan kedekatannya dengan peserta didik, membuat peserta didik merasa nyaman, sehingga peserta didik dapat bercerita secara terbuka. Sedangkan tindak lanjutnya perlu adanya pendekatan yang dapat melibatkan orang tua atau wali peserta didik. Peneliti berharap penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan rujukan atau perbandingan untuk peneliti lain yang akan meneliti permasalahan tentang keterbukaan diri.

## DAFTAR RUJUKAN

- Budiarti, E., & Indrawati, S. (2017). Pengaruh tingkat kepercayaan diri, budaya sekolah, dan faktor personal terhadap keterbukaan diri peserta didik. *Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 156–166.
- Dora, R. E. (2017). *Self Disclosure Muslimah Berhijab Di Media Sosial Instagram (Studi Deskriptif Kepada Anggota Komunitas Hijabers Malang)*. Diss. *University of Muhammadiyah Malang*.
- Hasna, A. (2019). Hubungan Antara Keterbukaan Diri dan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas Viii A di Smp Negeri 3 Ungaran Tahun Ajaran 2018/2019. *Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Semarang*.
- Ifdil, I. (2013). Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmu Pendidikan*.

- Nofembri, A., Fitria, L., & Radyuli, P. (2021). Hubungan Self Disclosure dengan Kepercayaan Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Depan Kelas. *Jurnal PTI (Pendidikan Dan Teknologi Informasi) FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITA PUTRA INDONESIA" YPTK" PADANG*, 64–70.
- Prabawa, A. F. I., Ramli, M., & Fauzan, L. (2018). Pengembangan website cybercounseling realita untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 59–68.
- Rizki, B. M. T. (2015). Self Disclosure: Definisi, Operasionalisasi, dan Skema Proses. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 7(1), 35–41.
- Sari, N. P., & Wijayanti, L. M. (2019). Pengaruh Lingkungan Sekolah Terhadap Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 5(1), 15–24.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif. *Bandung : Alfabeta*.
- Sunaryo. (2016). Keterbukaan Diri Peserta Didik di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 22(1), 67–75.
- Wahyuni. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketidaknyamanan Peserta Didik dalam Mengungkapkan Diri di Kelas. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 4(3), 1–13.
- Wardhani, A. K. (2017). Hubungan Keterbukaan dengan Prestasi Akademik Peserta Didik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 133–140.