

**TINGKAT KETERBUKAAN DIRI (*SELF-DISCLOSURE*)
SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 SEMARANG
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Irvan Nurul Auladi¹, Eka Sari Setianingsih²

PPG Prajabatan Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Univeristas PGRI Semarang

E-mail: irvanauladi@gmail.com, ekasarisetianingsih@upgris.ac.id

ABSTRAK

Self-disclosure (keterbukaan diri) merupakan keretampilan berkomunikasi dimana kita membagi informasi tentang diri kita yang biasanya dirahasiakan atau disimpan kepada orang lain sebagai upaya membangun kualitas interaksi sosial dengan orang lain menjadi lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterbukaan diri siswa. Jenis penelitian ini merupakan penelitian *expost facto* dengan desain deskriptif dan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang. Sampel yang digunakan berjumlah 123 dari 297 siswa dengan teknik pengambilan sampel *proportionate stratified random sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala keterbukaan diri. Validitas konstruk, dan reliabilitas diuji dengan rumus alpha cronbach. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif dilakukan dengan bantuan fasilitas aplikasi SPSS versi 21. Hasil penelitian menunjukkan keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang berada pada kategori sedang. Dari ketujuh aspek, aspek Jumlah (keluasan) memiliki kontribusi paling besar dalam variabel keterbukaan diri. Saran diberikan peneliti kepada Siswa, Guru dan Peneliti selanjutnya.

Kata Kunci: Keterbukaan Diri, Siswa

ABSTRACT

Self-disclosure is a communication skill in which we share information about ourselves that is usually kept secret or kept with others as an effort to build a better quality of social interaction with others. This study aims to determine the level of student's self-disclosure. This type of research is ex post facto research with a descriptive design and a quantitative approach. The population in this study were students of class VIII SMP Negeri 2 Semarang. The sample used was 123 out of 297 students using the proportionate stratified random sampling technique. The data collection tool used is the self-disclosure scale. Construct validity and reliability were tested with Cronbach's alpha formula. The data analysis technique used was descriptive analysis carried out with the help of SPSS version 21 application facilities. The results showed that the self-disclosure of class VIII students of Semarang 2 Junior High School was in the medium category. Of the seven aspects, the quantity (breadth) aspect has the greatest contribution in the self-disclosure variable. Suggestions are given by researchers to students, teachers and further researchers.

Keywords: *Self-Disclosure, Student*

PENDAHULUAN

Sebagai makhluk sosial manusia dalam bertingkah laku selalu berhubungan dengan lingkungannya tempat ia tinggal (Adler dalam Corey, 1986). Menjalin hubungan dengan individu lain merupakan bagian yang tidak pernah lepas dari kehidupannya sehari-hari. Untuk itu, dalam kehidupannya, manusia selalu berinteraksi dengan lingkungannya. Misalnya dalam lingkungan keluarga terjadi interaksi antar anggota keluarga, dalam lingkungan masyarakat terjadi hubungan antar individu. Agar hubungan antar individu terjalin secara harmonis dengan lingkungan sosialnya, individu dituntut mampu menyesuaikan diri.

Penyesuaian diri dengan lingkungan sosial adalah proses individu menyesuaikan diri dengan masyarakat, sehingga individu dapat menjalin suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosialnya. Penyesuaian sosial merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu dikembangkan dalam kehidupan individu, baik penyesuaian diri dengan individu lain di dalam kelompok maupun di luar kelompok. Agar individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, maka individu membutuhkan keterampilan sosial.

Keterampilan sosial menunjang keberhasilan dalam bergaul serta syarat tercapainya penyesuaian sosial yang baik dalam kehidupan individu. “Salah satu aspek yang penting dalam keterampilan sosial adalah *self disclosure*” (Buhrmester, 1998). Menurut Lumsden (1996) *self disclosure* dapat membantu seseorang berkomunikasi dengan orang lain, meningkatkan kepercayaan diri serta hubungan menjadi lebih akrab. “Self disclosure dapat melepaskan perasaan bersalah dan cemas” (Calhoun dan Acocella, 1995). Tanpa self disclosure, individu cenderung mendapat penerimaan sosial kurang baik sehingga berpengaruh pada perkembangan kepribadiannya.

Pentingnya *self disclosure* bagi siswa, akan meningkatkan keterampilan sosial dengan orang lain menurut Kemendikbud (2016) yaitu: (1) meningkatkan kemampuan siswa berhubungan dengan orang lain. (2) meningkatkan kemampuan siswa menerima dan menyampaikan pendapat serta berargumentasi secara dinamis, kreatif dan produktif. (3) meningkatkan kemampuan siswa bertingkah laku dan berhubungan sosial di sekolah maupun di masyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun serta nilai-nilai agama, adat, hukum, ilmu dan kebiasaan yang berlaku. (4) meningkatkan hubungan siswa dengan teman sebaya secara dinamis, harmonis, produktif, dan (5) meningkatkan pemahaman terhadap kondisi dan peraturan sekolah serta berupaya melaksanakannya secara dinamis dan bertanggung jawab.

Fenomena yang terjadi di SMP Negeri 2 Semarang menurut pengamatan yang dilakukan oleh peneliti masih dalam kategori baik, hal tersebut ditunjukkan dari perilaku siswa pada saat jam pelajaran maupun jam istirahat, banyak siswa tidak bermain dengan gadget-nya, karena para siswa tidak diperbolehkan menggunakan alat komunikasi seperti handphone/ smartphone saat kegiatan belajar mengajar berlangsung kecuali jika diizinkan oleh guru atau digunakan untuk keperluan pembelajaran pada jam tersebut. Hal tersebut berdampak positif pada interaksi sosial antar siswa dimana pada saat jam istirahat, para siswa dapat saling bersosialisasi tanpa terganggu gadget mereka.

Selain itu, fenomena yang terjadi juga menunjukkan bahwa hanya ada beberapa siswa datang ke ruang BK untuk melakukan konseling individu, mereka datang ke ruang BK karena dipanggil oleh guru BK, bukan karena inisiatif untuk datang ke ruang BK. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri siswa dengan guru BK masih rendah.

KAJIAN TEORI

Menurut Devito (2010:64) *Self-disclosure* (Keterbukaan diri) merupakan jenis komunikasi dimana seorang individu mengungkapkan informasi tentang dirinya sendiri yang biasanya disembunyikan. Keterbukaan diri merupakan tipe komunikasi dimana informasi tentang diri yang normalnya disimpan atau dirahasiakan tetapi justru disampaikan kepada orang lain (Sugiyono, 2005:89). 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. Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka semakin besar pula kemungkinan orang tersebut akan bersikap terbuka. *Self-disclosure* ini dapat menjadi faktor kesuksesan individu dalam interaksinya di kehidupan sosial.

Berdasar pada beberapa pernyataan para ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa *self-disclosure* (keterbukaan diri) merupakan keretampilan berkomunikasi dimana kita membagi informasi tentang diri kita yang biasanya dirahasiakan atau disimpan kepada orang lain sebagai upaya membangun kualitas interaksi sosial dengan orang lain menjadi lebih baik.

Terdapat tujuh karakteristik *self-disclosure* yang dikemukakan oleh Wheelless & Grotz yang dikutip oleh Gainau (2009) yaitu:

1. Niat, kaitannya dengan kesungguhan individu dalam melakukan keterbukaan diri. Individu sadar akan hal yang akan dikatakan ataupun diungkapkan kepada orang lain.

2. Jumlah (keluasan), berkaitan dengan siapa saja (*targer person*) yang dikehendaki seorang individu dalam memberikan informasinya. Baik orang tua, saudara, teman dekat atau bahkan orang yang baru dikenal.
3. Positif dan negatif. Informasi yang positif maupun negatif akan diberikan tergantung kepada siapa individu tersebut melakukan keterbukaan diri.
4. Kedalaman. Topik yang dibicarakan bersifat umum atau khusus tergantung pada siapa yang hendak diajak bicara. Semakin akrab hubungan maka individu akan semakin terbuka, berlaku juga untuk kondisi sebaliknya.
5. Kejujuran atau Ketepatan. Mencakup pada kebenaran dari informasi yang dibagikan individu kepada orang lain. Semakin akrab maka individu akan semakin jujur terbuka tentang dirinya.
6. Reaksi yang diberikan kepada individu atau peristiwa lebih merujuk pada perasaan daripada fakta-fakta. Untuk dapat mengungkapkan diri artinya dapat berbagi dengan orang lain bagaimana perasaan kita mengenai suatu peristiwa yang baru saja terjadi.
7. Pengungkapan diri fokus pada saat ini, bukan masa lalu. Pengungkapan diri bukan berarti kita mengungkapkan secara mendalam mengenai masa lalu kita.

Self-disclosure (keterbukaan diri) memiliki manfaat seperti misalnya individu dapat memberikan informasi tentang dirinya berupa pengalaman hidup, perasaan emosi, pendapat, cita-cita, sikap, perilaku, keinginan, motivasi, ide, dan lain sebagainya. Pengungkapan informasi tersebut harapannya mampu meningkatkan kualitas hubungan interaksi seorang individu dengan lingkungan sosialnya serta meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan orang lain.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013:8). Jenis penelitian ini merupakan penelitian *expost facto* dengan design deskriptif. Design deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang suatu permasalahan yang sedang terjadi dengan beberapa tahapan seperti mengolah, menganalisis, menafsirkan serta menyimpulkan data hasil penelitian mengenai *self-disclosure*. Tipe penelitian deskriptif disebut sebagai penelitian survey ketika digunakan untuk menentukan karakteristik spesifik terkait sebuah kelompok dengan instrumen pengumpulan data berupa kuesioner atau wawancara (Purwanto, 2016:21). Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Semarang kepada siswa kelas VIII. Sampel yang digunakan berjumlah 123

siswa dari 297 siswa kelas VIII. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengambilan data menggunakan instrumen penelitian berupa skala keterbukaan diri yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Skala keterbukaan diri terdiri dari 34 item pernyataan. Analisis hasil menggunakan teknik analisis deskriptif dengan bantuan software aplikasi SPSS versi 24.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Tingkat Keterbukaan Diri Secara Umum

Secara keseluruhan gambaran tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada siswa SMP Negeri 2 Semarang meliputi tujuh aspek. Hasil uji statistik deskriptif menggunakan bantuan aplikasi SPSS diperoleh hasil *mean* empiris sebesar 104,41 dan standar deviasi sebesar 10.672 yang tersaji pada tabel berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif Keterbukaan Diri

Descriptive Statistics								
	N	Range	Min	Max	Sum	Mean	SD	Variance
Keterbukaan Diri	123	54	71	125	12843	104.41	10.672	113.884
Valid N (listwise)	123							

Sementara itu dari hasil perhitungan data secara manual menggunakan rumus diperoleh hasil *mean* teoritik (μ) sebesar 102 dan standar deviasi (σ) sebesar 22,67. Berdasarkan pada jawaban 123 siswa kelas VIII mengenai keterbukaan diri diperoleh skor tertinggi sebesar 170 dan skor terendah sebesar 34.

Tabel 2. Gambaran Umum Keterbukaan Diri

Interval	Kriteria	F	Persen
$124,67 \leq X$	Tinggi	1	0,8%
$79,33 \leq X < 124,67$	Sedang	120	97,6%
$X < 79,33$	Rendah	2	1,6%
Total		123	100%



Diagram 1. Gambaran Umum Keterbukaan Diri

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa 2 siswa (1,6%) memiliki keterbukaan diri pada kategori “rendah”. Sebanyak 120 siswa (97,6%) berada pada kategori keterbukaan diri “sedang”, sementara 1 orang siswa (0,8%) berada pada kategori keterbukaan diri yang “tinggi”. Dari perhitungan diperoleh hasil *mean* empiris sebesar 104,41 yang mana secara teoritis masuk pada kategori sedang yakni pada interval $79,33 \leq X < 124,67$. Oleh karena itu, dapat dikatakan apabila gambaran keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Semarang masuk pada kategori “sedang”. Artinya, siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang memiliki keterampilan yang terbilang cukup dalam berkomunikasi secara terbuka. Keterbukaan diri (*self-disclosure*) dapat dikatakan sebagai kondisi individu yang membiarkan orang lain mengetahui tentang pemikiran, keinginan serta perasaan yang sebenarnya. Informasi yang diungkapkan oleh individu dalam hal ini siswa SMP kelas VIII dapat berupa informasi secara lengkap dan mendetail, secara umum saja, ataupun tidak diungkapkan, bahkan mengungkap informasi yang tidak sebenarnya. Semakin lengkap dan mendetail informasi yang diungkapkan maka dapat dikatakan siswa tersebut memiliki keterbukaan diri yang semakin tinggi pula.

Keterbukaan diri dapat meningkatkan kualitas interaksi sosial siswa di sekolah. Senada dengan hasil penelitian kepada 70 orang siswa SMP diperoleh sebanyak 20 siswa (83,3%) memiliki interaksi sosial yang rendah dan sebanyak 18 siswa (75,1%) memiliki sikap tertutup (Maharani & Hikmah, 2015). Hal tersebut membuktikan apabila semakin siswa kurang terbuka baik kepada teman, guru, maupun orang tua maka dapat dikatakan jika siswa tersebut memiliki kualitas interaksi sosial yang kurang baik pula. Namun sebaliknya, apabila siswa memiliki keterbukaan yang terbilang baik maka akan mampu menciptakan hubungan yang baik dan akrab dengan orang lain.

Selain dari kemampuan interaksi yang meningkat, keterbukaan diri juga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal yang dimiliki siswa. Semakin besar *self-disclosure* maka semakin meningkat pula kemampuan berkomunikasi interpersonal seseorang (Tri, et al., 2016). Artinya, siswa yang memiliki keterbukaan diri akan mempermudah komunikasinya dengan orang lain secara lebih bebas dan terus terang sehingga besar kemungkinan terhindar dari adanya konflik. Siswa memiliki kecenderungan untuk berkomunikasi secara lebih terbuka dengan temannya yang timbul dari adanya kepercayaan. Siswa yang membuka diri kemungkinan memiliki sifat-sifat kompeten, *ekstrovert*, fleksibel, adaptif, intellegen, serta lebih mudah untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi karena siswa mampu bercerita dan meminta pendapat dari orang lain ataupun kepada guru BK apabila di sekolah (Setianingsih, 2015).

Oleh karena itu, dengan melihat kondisi keterbukaan siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang yang masih berada pada kategori sedang, perlu adanya peningkatan keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa mengingat manfaat positif dari keterbukaan diri itu sendiri. Keterbukaan diri pada siswa mampu ditingkatkan melalui berbagai cara seperti pengembangan model bimbingan kelompok teknik pemecahan masalah (Setianingsih dkk, 2014), bimbingan kelompok teknik Johari Window untuk meningkatkan komunikasi antar teman sebaya (Hanifa, Sugiyono, & Setyowani, 2012), pelatihan komunikasi melalui Teknik *homeroom* untuk siswa SMP (Sastama, Muslim, & Djannah, 2017), serta masih banyak penelitian eksperimen yang telah terbukti efektif untuk meningkatkan keterbukaan diri (*self-disclosure*).

Sebelum melakukan layanan bimbingan konseling dalam usaha meningkatkan keterbukaan diri siswa, perlu juga untuk meningkatkan kompetensi konselor dalam hal ini guru BK sebagai pemberi layanan. Hal ini bertujuan agar siswa memiliki persepsi yang baik terhadap kompetensi guru BK sehingga dapat berpengaruh kepada peningkatan keterbukaan diri siswa kepada guru BK. Hasil penelitian mengungkapkan jika persepsi siswa tentang kompetensi kepribadian konselor mempengaruhi *self-disclosure* sebesar 37,8%, persepsi siswa tentang kompetensi profesional konselor sebesar 23,6%, persepsi tentang kompetensi sosial konselor sebesar 15,9%, serta disusul yang paling rendah adalah persepsi tentang kompetensi pedagogic konselor sebesar 9,6% (Oktafiani & Mugiarto, 2015). Kompetensi kepribadian konselor menduduki presentase lebih besar dari kompetensi sosial, paedagogik, dan profesional konselor. Namun, dari keempat kompetensi sebagai konselor harus mendapatkan perhatian yang sama dalam peningkatannya, agar konselor semakin matang dalam memberikan layanan kepada siswa.

B. Gambaran Keterbukaan Diri ditinjau berdasarkan pada aspek

Gambaran Keterbukaan Diri ditinjau berdasarkan pada ketujuh aspek. Perhitungan item-item pada setiap aspek dilakukan menggunakan bantuan software SPSS, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Statistik Deskriptif Aspek-Aspek Keterbukaan Diri

Descriptive Statistics						
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Niat	123	5	18	12.64	2.284	5.215
Jumlah (Keluasan)	123	14	36	27.58	3.128	9.787
Positif dan Negatif	123	8	23	16.87	3.067	9.409
Kedalaman	123	7	19	14.65	2.378	5.655
Kejujuran atau Ketepatan	123	7	19	10.92	2.007	4.026
Reaksi	123	3	10	6.15	1.291	1.667
Fokus Masa Kini	123	7	21	15.60	2.141	4.586
Valid N (listwise)	123					

Tabel di atas menunjukkan bahwa aspek Jumlah (Keluasan) merupakan aspek yang memiliki *mean* empiris paling besar sehingga aspek tersebut dapat dikatakan memiliki kontribusi paling besar dalam menentukan tinggi dan rendahnya tingkat keterbukaan diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang. Keluasan berkaitan dengan bagaimana siswa memiliki kemampuan berkomunikasi dengan siapa saja yang menjadi *target person*, baik itu orang tua, teman, guru, bahkan orang yang baru saja dikenal. Terbuka ataupun tidaknya siswa dalam komunikasi interpersonal erat kaitannya dengan relasi dan keakraban siswa dengan orang lain. Semakin akrab siswa dengan teman, orang tua ataupun guru akan menumbuhkan kepercayaan, rasa aman dan nyaman dalam diri siswa untuk dapat mengungkapkan segala yang menjadi pikiran dan perasaannya kepada orang lain. Sehingga peran guru BK di sekolah dapat bekerjasama dengan pihak sekolah untuk dapat memberikan rasa aman, nyaman dan menjalin relasi yang baik dengan siswa agar siswa bisa lebih terbuka terkait permasalahan yang sedang dihadapi dan menemukan solusi terbaik dari permasalahan tersebut. Sementara itu aspek Reaksi memiliki *mean* empiris yang paling kecil diantara ketujuh aspek sehingga aspek ini memiliki kontribusi yang paling kecil.

Berikut penyajian dalam bentuk diagram:

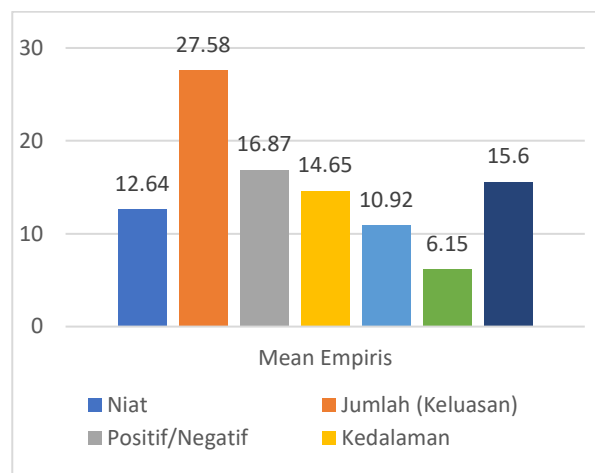


Diagram 2. Perbandingan *Mean Empiris*

Berikut akan dipaparkan ringkasan hasil kategorisasi setiap aspek pada variabel keterbukaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang:

Tabel 4. Ringkasan Deskriptif Keterbukaan Diri

Aspek Keterbukaan Diri	Kategori		
	Rendah	Sedang	Tinggi
Niat	7,3%	74%	18,7%
Jumlah (keluasan)	0,8%	74%	25,2%
Positif dan Negatif	13%	81,3%	5,7%
Kedalaman	7,3%	90,3%	2,4%
Kejujuran atau Ketepatan	23,6%	74%	2,4%
Reaksi	11,4%	74%	14,6%
Fokus Masa Kini	4,1%	88,6%	7,3%

Tabel ringkasan menunjukkan bahwa dari ketujuh aspek Keterbukaan Diri (*Self-Disclosure*) termasuk pada kategori keterbukaan diri yang sedang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai keterbukaan diri (*self-disclosure*) kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang secara umum memiliki tingkat keterbukaan diri pada kategori “sedang”. Hal tersebut menunjukkan apabila keterbukaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Semarang sudah cukup baik. Sejumlah 2 orang siswa (1,6%) memiliki keterbukaan diri pada kategori “rendah”, 120 orang siswa (97,6%) berada pada kategori “sedang”, sementara 1 orang siswa (0,8%) berada pada kategori “tinggi”. Dari ketujuh aspek keterbukaan diri, aspek Jumlah (Keluasan) menjadi aspek yang memiliki kontribusi paling tinggi karena memiliki skor *mean empiris* tertinggi.

Sementara itu aspek Reaksi menjadi aspek yang memiliki skor *mean* empiris terendah dan memiliki kontribusi terhadap variabel keterbukaan diri paling kecil. Ketujuh aspek keterbukaan diri termasuk pada kategori ”sedang”.

Saran yang dapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Bagi siswa diharapkan untuk terus belajar dan berkembang baik dalam hal akademik maupun non-akademik karena dapat membantu untuk menjadi lebih percaya diri dan keterbukaan diri akan terus berkembang
2. Bagi guru Bimbingan dan Konseling. Guru dapat membantu siswa dalam meningkatkan keterbukaan diri dengan cara mengadakan layanan bimbingan klasikal atau bimbingan kelompok dengan topik yang berkaitan dengan keterbukaan diri siswa.
3. Bagi Penelitian Selanjutnya. Harapannya bisa lebih komprehensif dalam melakukan penelitian, misalnya dengan menambahkan variabel demografi seperti jenis kelamin dan usia. Mengembangkan penelitian mengenai keterbukaan diri seperti dampak, faktor penyebab, atau teknik konseling yang dapat digunakan untuk membantu siswa yang memiliki masalah keterbukaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Buhrmester, F. W and Reis. (1998). Five Domains of Interpersonal Competence. *Jurnal of Personality and Social Psychology*. Vol. 24 no 1, 1991-1008.
- Calhoun, J.F., & Acocella, J.R. (1995). *Psychology of Adjustment and Human Relationship*. New York: Mc Graw Hill, Inc.
- Corey, G. (1986). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Third Edition. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- _____. (2009). *Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: ERESCO.
- _____. (2013). *Teori dan Praktek dari Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Reflika Aditama.
- Devito. (1989). *The Interpersonal Communication Book*. Jakarta: Professional Book.
- _____. (2010). *Komunikasi Antar Manusia (Edisi Kelima)*. Jakarta: Karisma Publishing.
- Hanifa, S. N., Sugiyo, & Setyowani, N. (2012). Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komunikasi antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 54-59.
- Kemendikbud (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Dasar (SD)*. Jakarta.

- Lumsden, G & Lumsden, D. (1996). *Commucating with credibility of confidence*. Boston: Wadsworth Publishing Company.
- Maharani, L., & Hikmah, L. (2015). Hubungan Keterbukaan Diri dengan Interaksi Sosial Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama Minhajuth Thullab Way Jepara Lampung Timur. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 57-62.
- Oktafiani, S. N., & Mugiarto, H. (2015). Hubungan antara Persepsi Siswa tentang Kompetensi Konselor dengan Self-Disclosure Siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, Vol. 4 (2), 48-55.
- Purwanto, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sastama, G. D., Muslim, M., & Djannah, W. (2017). Keefektifan Homeroom untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa SMP. *CONSILIUM: Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5 (1), 18-24.
- Setianingsih, E. S. (2015). Keterbukaan Diri Siswa (Self Disclosure). *EMPATI: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol.2 No.2 , Hal 46-64.
- Setianingsih, E. S., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 76-82.
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tri, A., Djati, A. P., Effendi, C. S., Setiawan, D., Manulu, F., & Devega, G. A. (2016). Hubungan antara Self-Disclosure dengan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa yang Menggunakan Media Sosial "LINE". *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi indonesia*, Vol. 1 No. 1, 79-84.
- Wheless & Grotz. (1976). Conceptualization and Measurement of Reported Self -Disclosure. 2 (4). Diunduh tanggal 9 Oktober 2018 dari <https://www.researchgate.net>.