

# PENGUNGKAPAN DIRI SISWA SEKOLAH MENENGAH DAN IMPLIKASINYA BAGI KONSELING

**Herman Nirwana**

Universitas Negeri Padang, Komplek UNP Air Tawar Padang  
*e-mail: herman.nirwana@yahoo.com*

**Abstract: Self-disclosure of High School Students and Its Implications on Counseling.** This study identifies the self-disclosure of senior high school students and examines how the implications it has on counseling. Using a stratified-random sampling technique, this study involved 127 students, 50 males and 77 females. The data were collected through a questionnaire, adapted from the Sixty-Item Self-Disclosure Questionnaire. The results of descriptive analysis and t-test indicate that the self-disclosure by senior high school students is still of a low level and that there is a difference between male and female students in self-disclosure, whereby the female students were more open. In counseling, counselors are then expected to become target persons by the students in the sense that they should have nice personality and be trustworthy persons.

**Keywords:** self-disclosure, target persons, counseling

**Abstrak: Pengungkapan Diri Siswa Sekolah Menengah dan Implikasinya Bagi Konseling.** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengungkapan diri siswa Sekolah Menengah Atas. Sampel yang digunakan sebanyak 127 (50 pria dan 77 wanita) yang dipilih dengan teknik *stratified random sampling*. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa pengungkapan diri siswa tergolong rendah. Secara umum, terdapat perbedaan pengungkapan diri antara siswa pria dan wanita, di mana siswa wanita lebih terbuka daripada siswa pria. Konselor harus menjadi orang yang dipercaya dan disenangi oleh siswa sehingga mampu menjadi *target person*. Empati konselor merupakan bagian yang esensial dalam hubungan konselor-klien.

**Kata kunci:** *Self-Disclosure, target person, konseling*

Hubungan antarpribadi berkembang melalui pengungkapan diri (Laurenceau, dkk., 1998). Dengan demikian, pengungkapan diri merupakan hal penting dalam hubungan antarpribadi (Taylor, dkk., 1997), termasuk hubungan *helper-helpee* (Hendrick, 1994). Adanya pengungkapan diri yang tinggi cenderung menumbuhkan persahabatan, dan menciptakan hubungan antarpribadi yang akrab (Taylor, dkk., 1997; Franzoi, 2003; Crisp dan Turner, 2007). Sebaliknya, tidak adanya pengungkapan diri dari salah satu individu dalam hubungan antarpribadi bisa mengakibatkan putusnya persahabatan yang telah dijalin, dan bubarannya suatu kelompok. Pendek kata, adanya pengungkapan diri bisa meningkatkan hubungan antarpribadi.

Pengungkapan diri merupakan “*revealing intimate aspects of oneself to others*” (Myers, 2008: 417). Crisp dan Turner (2007) mendefinisikan pengungkapan diri sebagai bentuk khusus pembicaraan di mana

seseorang menceritakan informasi dan perasaan-perasaannya yang sangat pribadi kepada orang lain.

Keadaan diri yang diceritakan seseorang tersebut terdiri atas dua lapisan, yaitu lapisan semi pribadi dan lapisan pribadi. Lapisan semi pribadi menyangkut pengungkapan diri yang dangkal, dan lapisan pribadi merupakan pengungkapan diri yang dalam (Watson, dkk., 1984). Keadaan diri yang semi pribadi (*non-intimate topic*) biasanya diungkapkan seseorang kepada orang yang baru dikenalnya. Kepada orang tersebut biasanya ia menceritakan aspek-aspek geografis tentang dirinya, misalnya nama, daerah asal, dan alamat. Keadaan diri yang pribadi (*intimate topic*) diceritakan seseorang kepada orang-orang yang memiliki kedekatan hubungan (*intimacy*) dengannya, misalnya orang tua, teman sejenis, dan pacar. Semakin akrab hubungan seseorang dengan seorang individu cenderung semakin terbuka ia kepada orang tersebut, begitu sebaliknya.

Pengungkapan diri biasanya menimbulkan kesukaan dan persetujuan sosial dari orang lain. Orang-orang yang mengungkapkan banyak informasi tentang dirinya cenderung lebih disukai daripada orang yang kurang mampu mengungkapkan dirinya. Hal ini terutama berlaku jika isi dari pengungkapan diri pasangan mereka melengkapi apa yang telah diungkapkannya (Michener & DeLamater, 1999). Informasi yang diberikan tersebut mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, dan lain sebagainya. Pengungkapan diri harus dilandasi dengan kejujuran dan keterbukaan dalam memberikan informasi, atau dengan kata lain apa yang disampaikan kepada orang lain bukan merupakan suatu topeng pribadi atau kebohongan belaka sehingga hanya menampilkan sisi yang baik saja.

Kedekatan hubungan seseorang dengan orang lain berkembang dalam empat tahap (Watson, dkk., 1984). Tahap pertama adalah tahap orientasi (*orientation stage*). Tahap ini merupakan tahap pertemuan awal, di mana seseorang saling memberikan informasi secara sepotong-sepotong. Mereka hanya menceritakan aspek yang sangat dangkal tentang dirinya, misalnya "saya dari Jawa, nama saya Budi, saya dosen FIP UNP". Pada tahap ini juga masing-masing individu mencoba untuk menciptakan kesan pertama yang baik dengan individu yang lainnya.

Tahap kedua adalah tahap saling menyelidiki (*exploratory affective stage*). Orang mengembangkan pembicaraannya dengan informasi yang lebih luas. Apabila pembicaraan mereka menyentuh aspek yang sangat pribadi tentang dirinya, mereka tidak mau menceritakannya.

Tahap ketiga adalah tahap afektif (*affective stage*). Pada tahap ini orang mengembangkan persahabatan yang akrab. Masing-masing individu menceritakan berbagai aspek yang berbeda tentang dirinya, serta saling memberikan pujian dan kritikan sesama mereka. Pada tahap ini juga muncul keragu-raguan individu menceritakan sesuatu yang mendalam tentang dirinya.

Tahap keempat adalah *stable exchange stage*. Masing-masing individu membolehkan perasaan-perasaannya yang sangat pribadi (*very private*) diakses oleh individu yang lainnya. Dengan kata lain, pada tahap ini masing-masing individu saling menceritakan aspek-aspek dirinya yang sangat pribadi.

Berdasarkan konsep tersebut, pengungkapan diri bisa dilihat dari dimensi kedalamannya, yaitu pengungkapan diri yang *superficial levels* (pengungkapan diri yang dangkal atau bagian luar), dan *deeper levels* (pengungkapan diri yang paling dalam). Di samping kedalamannya, pengungkapan diri bisa dilihat dari aspek keluasannya (*breadth*), yaitu rinci-tidaknya seseorang menceritakan tentang dirinya kepada orang

lain (Taylor, dkk., 1997). Bila seseorang menceritakan tentang dirinya kepada orang lain secara rinci, berarti ia mengungkapkan dirinya secara luas; bila ia menceritakan sebagian kecil saja, berarti pengungkapan dirinya kurang luas.

Penelitian tentang pengungkapan diri siswa memang telah banyak dilakukan, terutama di luar negeri. Namun untuk *setting* Indonesia jumlahnya relatif sedikit, misalnya penelitian tentang pengungkapan diri Mahasiswa Universitas Negeri Padang (UNP) yang dilakukan oleh Daharnis, dkk. (2002). Jika hasil penelitian tersebut dibandingkan dengan hasil penelitian Jourard (1979) tentang pengungkapan diri mahasiswa kulit hitam di Amerika, ternyata hasilnya tidak konsisten. Dengan demikian, penelitian ini akan berkontribusi untuk memperkaya khasanah keilmuan dalam pengembangan hubungan antarpribadi.

Mengacu pada permasalahan tersebut, tujuan umum penelitian ini untuk mendeskripsikan pengungkapan diri siswa dalam kehidupan sehari-hari. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah melihat perbedaan pengungkapan diri antara siswa pria dan wanita ditinjau dari *target person* (kepada siapa ia menyampaikan masalahnya), dan topik yang disampaikan.

## METODE

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif jenis deskriptif dan komparatif. Maksudnya mendeskripsikan suatu variabel (pengungkapan diri siswa) apa adanya, dan tidak ada perlakuan yang diberikan kepada subjek. Di samping itu, juga dilakukan analisis uji beda, yang digunakan untuk menguji perbedaan pengungkapan diri siswa dilihat dari latar jenis kelamin, *target person*, dan aspek (topik) yang disampaikan.

Populasi penelitian adalah siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sawahlunto yang terdaftar pada semester satu tahun ajaran 2010/2011. Sampel penelitian sebanyak 127 siswa (50 pria dan 77 wanita) yang dipilih dengan teknik *stratified random sampling*. Instrumen penelitian adalah kuesioner yang diadaptasi dari *Sixty-Item Self-Disclosure Questionnaire* (Jourard, 1979), dengan reliabilitas (harga  $r$ ) 0,91029. Data dianalisis dengan statistik deskriptif persentase dan perbedaan rerata. Analisis statistik tersebut dilakukan dengan menggunakan komputer program SPSS versi 11 *for windows*.

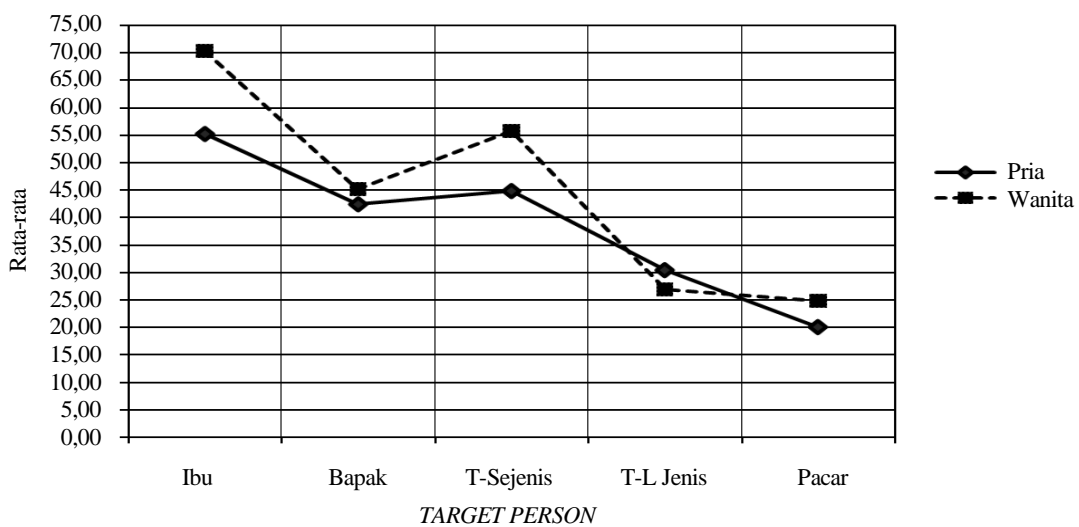
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan penelitian pertama menunjukkan tingkat pengungkapan diri siswa sekolah menengah relatif rendah (lihat Gambar 1). Sebagian besar rata-rata skor

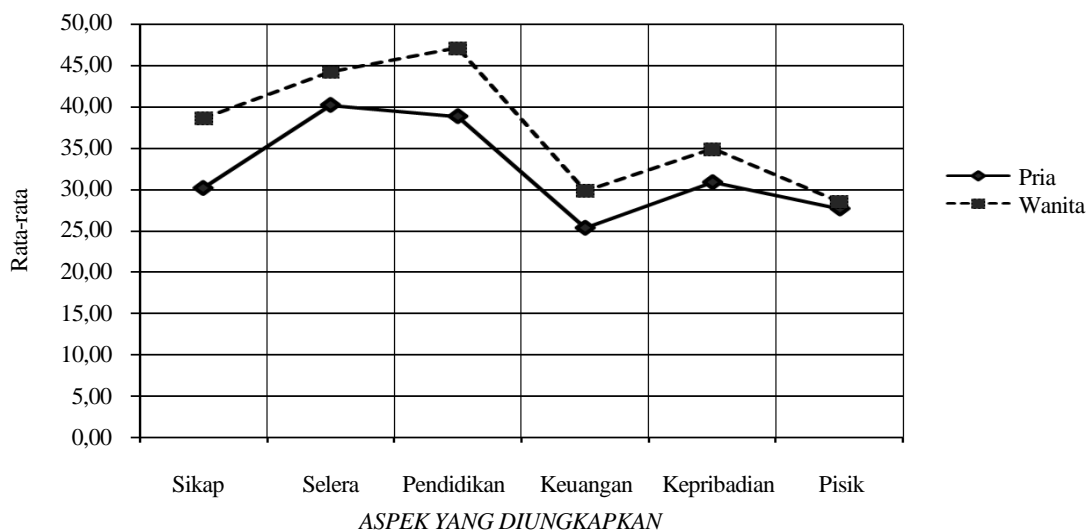
pengungkapan diri siswa berada di bawah median skor ideal (48). Temuan penelitian kedua, berdasarkan *target person*, secara umum, terdapat perbedaan pengungkapan diri antara siswa wanita dan siswa pria dengan probabilitas 0,013, di mana siswa wanita lebih tinggi pengungkapan dirinya daripada siswa pria. Secara lebih rinci, kepada ibu dan teman sejenis terdapat perbedaan pengungkapan diri antara siswa wanita dan pria, di mana siswa wanita lebih terbuka daripada siswa pria. Kepada ibu, probabilitas perolehan sebesar 0,000 dan kepada teman sejenis sebesar 0,002. Sedangkan kepada *target person* lainnya (bapak, teman lain jenis, dan pacar), meskipun pengungkapan diri siswa wanita lebih tinggi daripada

siswa pria, namun perbedaan tersebut tidak berarti secara statistik ( $p > 0,05$ ).

Temuan penelitian ketiga, berdasarkan aspek yang diungkapkan, ternyata siswa wanita juga lebih tinggi tingkat pengungkapan dirinya daripada siswa pria. Pada aspek sikap, pendidikan, dan keuangan siswa wanita lebih terbuka daripada siswa pria. Pada aspek sikap probabilitas perolehan sebesar 0,000, pada aspek pendidikan sebesar 0,002, dan pada aspek keuangan sebesar 0,015. Sedangkan pada aspek selera, kepribadian, dan fisik meskipun pengungkapan diri siswa wanita lebih tinggi daripada siswa pria, namun perbedaan tersebut tidak berarti secara statistik ( $p > 0,05$ ). Gambaran secara rinci lihat Gambar 2.



Gambar 1. Pengungkapan Diri Siswa Berdasarkan *Target Person*



Gambar 2. Pengungkapan Diri Siswa Berdasarkan Aspek yang Diungkapkan

Temuan penelitian ini ada yang konsisten dengan penelitian sebelumnya, dan ada pula yang tidak. Ketidakkonsistenan tersebut terutama tingkat pengungkapan diri siswa, perbedaan pengungkapan diri antara siswa pria dan wanita, dan perbedaan pengungkapan diri kepada masing-masing *target person*. Pembahasannya sebagai berikut.

### **Tingkat Pengungkapan Diri Siswa**

Pengungkapan diri siswa sekolah menengah dibandingkan dengan pengungkapan diri mahasiswa UNP ternyata hasilnya konsisten. Tingkat pengungkapan diri mahasiswa UNP juga tergolong rendah (Daharnis, dkk., 2002). Dibandingkan dengan pengungkapan diri mahasiswa kulit hitam di Amerika, pengungkapan diri siswa juga lebih rendah dari mereka. Skor rata-rata tertinggi pengungkapan diri mahasiswa kulit hitam di atas 60 dan terendah 35 (Jourard, 1979). Skor rata-rata tertinggi mahasiswa UNP adalah 57,57, dan terendah 16,05 (Daharnis, dkk., 2002). Skor rata-rata siswa sekolah menengah tertinggi 62,88, dan rata-rata skor terendah 22,16. Dengan kata lain, siswa sekolah menengah relatif tertutup dalam mengungkapkan dirinya.

Rendahnya pengungkapan diri siswa kemungkinan disebabkan oleh berbagai hal. Pertama, karena faktor budaya. Budaya merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan pengungkapan diri seseorang (Taylor, dkk., 1997), terutama budaya subjektif, misalnya sikap, norma, dan nilai-nilai dalam kelompok tertentu (Triandis, 1994). Di tempat penelitian ini dilakukan, budaya mereka adalah budaya kolektivistik, sementara di Amerika budaya individualistik. Dalam budaya individualistik perilaku seseorang lebih menggambarkan sikap pribadi dari norma sosial, sementara dalam budaya kolektivistik lebih memperhatikan norma kelompok (Gelfand, dkk., 2000).

Dalam budaya individualistik individu memandang dirinya otonom, independen, dan percaya bahwa mereka boleh melakukan apa saja tanpa mepedulikan keinginan kelompok. Sementara itu, dalam budaya kolektivistik seseorang cenderung melihat dirinya sebagai bagian dari kelompok. Mereka merasa saling tergantung dengan anggota kelompok; dan lebih mementingkan tujuan kelompok daripada tujuan individu (Brown, 2002). Seseorang dalam mengungkapkan perasaannya dikontrol oleh lingkungannya. Orang yang tidak memiliki rasa kontrol sering menjadi tertekan dan bahkan depresi (Triandis, 1994). Budaya itu memberi manusia adat, mitos, norma-norma, dan lain-lain yang memungkinkan individu merasa baik tentang diri mereka. Di samping itu, secara eksplisit budaya mempengaruhi pikiran, perilaku,

dan fenomena manusia sehingga terdapat perbedaan perilaku di antara berbagai kelompok masyarakat (Berry, dkk., 1997; Fontes, 2002).

Di tempat penelitian ini siswa hidup dalam budaya yang kolektivistik. Dalam budaya Minangkabau dan mungkin juga dalam budaya Indonesia secara keseluruhan, sejak kecil anak dididik dalam lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat untuk tidak menceritakan sesuatu yang memalukan diri sendiri, keluarga, dan masyarakat kepada orang lain. Bila anak menceritakan sesuatu yang memalukan diberi hukuman (*punishment*), dan bila anak tidak menceritakannya diberikan pujian oleh orang dewasa. Dengan demikian anak sudah dididik untuk tidak terbuka kepada orang lain.

Dalam penelitian Jourard (1979) juga terbukti mahasiswa yang berbeda budaya berbeda juga tingkat pengungkapan dirinya. Mahasiswa kulit hitam di Amerika memiliki skor pengungkapan diri yang rendah daripada mahasiswa kulit putih. Penelitian Barnlund juga memperlihatkan berbedanya pengungkapan diri antara mahasiswa Amerika dan Jepang, di mana mahasiswa Amerika memiliki pengungkapan diri yang lebih tinggi daripada mahasiswa Jepang (Taylor, dkk., 1997). Orang Amerika hidup dalam budaya individualistik, sementara orang Jepang hidup dalam budaya kolektivistik. Adanya perbedaan skor pengungkapan diri mereka juga karena kedua kelompok mahasiswa tersebut hidup dalam budaya yang berbeda. Mereka memiliki norma, sikap, dan nilai-nilai yang berbeda. Berdasarkan penjelasan teoritis dan temuan penelitian terdahulu bisa disimpulkan rendahnya pengungkapan diri mahasiswa berkaitan dengan budayanya.

### **Perbedaan Berdasarkan *Target Person***

Secara umum, terdapat perbedaan pengungkapan diri antara siswa wanita dan siswa pria, di mana siswa wanita lebih tinggi pengungkapan dirinya daripada siswa pria. Secara rinci, siswa wanita lebih terbuka kepada ibu dan teman sejenis daripada siswa pria. Sedangkan kepada *target person* lainnya (bapak, teman lain jenis, dan pacar), meskipun pengungkapan diri siswa wanita lebih tinggi daripada siswa pria, namun perbedaan tersebut tidak berarti secara statistik.

Temuan penelitian ini bersesuaian dengan penelitian sebelumnya. Misalnya penelitian Brehm (1992) membuktikan mahasiswa wanita lebih tinggi tingkat pengungkapan dirinya daripada mahasiswa pria. Penelitian Dindia dan Allen juga menemukan tingginya pengungkapan diri wanita dari pria (Franzoi, 2003). Temuan penelitian tersebut juga memperlihatkan wanita lebih terbuka dari pria kepada teman sesama jenis; tetapi terhadap teman wanita, tidak

terdapat perbedaan pengungkapan diri antara wanita dan pria.

Tingginya pengungkapan diri siswa wanita kepada ibu dan kepada teman sejenis karena wanita cenderung emosional, dan dengan pengungkapan diri wanita bisa menurunkan emosi mereka (Franzoi, 2003). Di samping itu, pria cenderung mengalami kesulitan dalam mengungkapkan dirinya kepada orang lain (Michener & DeLamater, 1999). Ini terjadi karena beberapa pria memandang terlalu banyak mengungkapkan diri sebagai pertanda kelemahan (Michener dan DeLamater, 1999). Dalam konteks Indonesia, pria yang terlalu banyak mengungkapkan keluhannya kepada orang dewasa dianggap sebagai pria cengeng (lemah). Dengan kata lain, pria yang terlalu mengungkapkan dirinya merupakan pria yang lemah.

Seorang pria dari kecil sudah dididik untuk bisa mengatasi masalahnya sendiri, bahkan kalau dia menangis saat terjatuh dianggap cengeng oleh orang tuanya dan orang dewasa lainnya. Perlakuan orang tua seperti itu membuat anak pria cenderung mendiamkan saja persoalan-persoalan yang dialaminya dan dia mengusahakan sendiri pengentasan masalahnya. Bahkan sampai dewasa, banyak pria yang mendiamkan saja (tidak mengungkapkan) penyakit ringan yang dideritanya. Pria biasanya mau mengungkapkan penyakitnya dan mau pergi ke dokter jika penyakit yang dideritanya telah parah.

Tingginya pengungkapan diri siswa wanita kepada ibu dan kepada teman sejenis karena mereka sesama jenis. Dengan demikian mereka lebih leluasa mengungkapkan dirinya, dan mereka bisa saling berbagi pengalaman untuk membahas persoalan-persoalan yang diungkapkan. Di samping itu, tingginya pengungkapan diri siswa wanita kepada ibu karena siswa wanita lebih banyak waktunya di rumah dibandingkan siswa pria, sehingga dia lebih banyak berinteraksi dengan ibunya untuk menceritakan tentang dirinya. Dengan demikian tingginya pengungkapan diri siswa wanita daripada siswa pria kepada ibu dan teman sejenis merupakan sesuatu yang bisa diterima.

### **Perbedaan Berdasarkan Aspek yang Diungkapkan**

Berdasarkan aspek yang diungkapkan, ternyata siswa wanita juga lebih tinggi tingkat pengungkapan dirinya daripada siswa pria. Pada aspek sikap, pendidikan, dan keuangan siswa wanita lebih terbuka daripada siswa pria. Pada aspek selera, kepribadian, dan fisik meskipun pengungkapan diri siswa wanita lebih tinggi daripada siswa pria, namun perbedaan tersebut tidak berarti secara statistik.

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya, tingginya pengungkapan diri wanita dari pria karena pria cenderung mengalami kesulitan dalam mengungkapkan dirinya kepada orang lain (Michener dan DeLamater, 1999). Aspek yang diungkapkan juga berpengaruh pada pengungkapan diri seseorang (Wei, dkk., 2005). Misalnya pada aspek perasaan terhadap orang tua, wanita cenderung lebih terbuka daripada pria, sedangkan pada aspek pandangan tentang politik pria lebih terbuka daripada wanita (Brehm, 1992). Di samping itu, pria dan wanita yang terlibat dalam pengungkapan diri tentang kekurangan pribadi mereka, membahas hal yang berbeda. Pria cenderung untuk mendiskusikan topik-topik seperti risiko yang akan diterima dalam mengerjakan sesuatu atau perilaku agresif yang berlebihan. Wanita membahas topik-topik seperti perilaku dewasa atau kekurangan pada penampilan mereka (Michener dan DeLamater, 1999). Di samping itu, pria lebih terbuka pada aspek perasaan, pikiran, dan keyakinan (Gibson & Myers, 2000).

Tingginya pengungkapan diri siswa wanita daripada siswa pria pada aspek sikap, pendidikan, dan keuangan karena pada aspek ini wanita cenderung kurang memperoleh kebebasan untuk membuat putusan sendiri. Pada aspek sikap, siswa wanita relatif kurang independen dalam menentukan sikapnya. Ini terjadi karena siswa wanita kurang memperoleh kebebasan daripada siswa pria untuk berinteraksi di luar rumah. Dengan demikian mereka memerlukan teman untuk berdiskusi dalam menentukan sikapnya, terutama diskusi dengan orangtuanya. Akibatnya, siswa wanita dituntut untuk mengungkapkan hal-hal yang terkait dengan sikapnya, sehingga tingginya pengungkapan diri siswa wanita daripada siswa pria pada aspek sikap merupakan hal yang tidak mengherankan dan bisa diterima.

Pada aspek pendidikan, misalnya dalam menentukan pendidikan lanjutan, siswa wanita cenderung kurang memperoleh kebebasan untuk memutuskan sendiri ke mana dia harus melanjutkan pendidikannya, sehingga dia harus berkonsultasi dengan orang tuanya dan orang dewasa lainnya. Untuk berkonsultasi tersebut tentu dia harus mengungkapkan dirinya pada orangtua (terutama ibu) dan teman wanitanya serta orang dewasa lainnya.

Pada aspek keuangan, tingginya pengungkapan diri siswa wanita karena pada aspek ini wanita sangat tergantung pada orangtuanya. Sementara itu siswa pria sudah ada sebagian kecil dari mereka yang menghasilkan uang dengan bekerja membantu orangtuanya, serta pekerjaan ringan lainnya. Dengan ketergantungan seperti itu, siswa wanita harus mengungkapkan semua kebutuhannya kepada orangtuanya (ibunya). Pada umumnya orangtua sering bahkan selalu mena-

nyakan kepada anak wanitanya tentang penggunaan uang yang diberikan kepadanya. Kondisi seperti itu tentunya mendorong siswa wanita untuk mengungkapkan masalah keuangannya kepada orangtua, terutama kepada ibunya.

*Disclosure begets disclosure* (Myers, 2008: 417). Artinya, kita cenderung akan terbuka mengungkapkan diri kepada lawan bicara yang juga terbuka kepada kita. Kita merasa senang ketika kita menemukan seseorang yang bisa menjadi teman untuk berbagi informasi yang sifatnya pribadi (*confidential*), serta kita juga terbuka terhadap seseorang yang kita senangi (Myers, 2008). Dengan demikian konselor sekolah dituntut untuk menciptakan hubungan yang lebih baik lagi dengan siswa, sehingga konselor sekolah menjadi orang yang dipercaya dan disenangi oleh siswa untuk menjadi *target person* guna mengungkapkan diri atau masalahnya. Pentingnya konselor menjadi *target person* bagi siswa karena konselor sekolah ditugaskan untuk membimbing para siswa di sekolah. Banyak peneliti yang setuju bahwa layanan konseling yang diberikan konselor bisa mencegah siswa dari *underachiever* dan pengaruh negatif dalam kehidupan mereka (Schwiebert, dkk., 2002).

Rendahnya pengungkapan diri siswa juga berimplikasi bagi pentingnya para konselor untuk secara konstan memahami perilaku kliennya (Kernes & McWhirter, 2001) serta menciptakan kehangatan pada awal pertemuan konselor-klien. Konselor harus menumbuhkembangkan hubungan yang hangat dengan klien melalui atribut konselor yang *genuineness*, penerimaan positif tanpa syarat, dan pemahaman yang empati (Erford, 2004). Adanya atribut dan sikap konselor tersebut berdampak pada terbangunnya hubungan konseling yang nyaman bagi klien yang akan mendorongnya untuk mengungkapkan masalahnya secara terbuka kepada konselor.

Di samping itu, konselor juga harus menggunakan teknik penstrukturan, terutama menjelaskan asas kerahasiaan dan keterbukaan pada tahap awal konseling kepada klien. Penjelasan asas tersebut secara efektif berdampak pada munculnya keyakinan

dan kepercayaan klien pada konselor bahwa konselor akan merahasiakan permasalahan yang dibahas dalam konseling. Dengan demikian klien akan terdorong untuk mengungkapkan diri dan permasalahannya kepada konselor.

Aspek penting lainnya yang perlu dilakukan oleh konselor adalah pemahaman yang empatik terhadap klien ketika ia mengungkapkan perasaan dan pemikirannya kepada konselor sekolah baik di luar konseling maupun dalam proses konseling (Locke, dkk., 2001). Empati konselor merupakan bagian yang esensial dalam hubungan konselor-klien (Glauser & Bozarth, 2001). Dengan empati konselor yang baik, klien merasa diperhatikan dan dipahami masalahnya oleh konselor, sehingga ia akan terdorong untuk mengungkapkan masalahnya kepada konselor secara lebih dalam lagi (Gibson & Myers, 2000).

Singkatnya, rendahnya pengungkapan diri siswa berimplikasi pada konselor sekolah untuk membina hubungan yang hangat dengan siswa dan meningkatkan keterampilannya dalam konseling perorangan, sehingga ia menjadi *significant person* dan menjadi *target person* untuk pengungkapan diri bagi siswa-siswanya.

## SIMPULAN

Tingkat pengungkapan diri siswa sekolah menengah tergolong rendah, terutama pada aspek sikap, keuangan, kepribadian, dan fisik. Rendahnya pengungkapan diri siswa terkait dengan budaya kolektif. Dalam budaya ini sejak kecil anak dididik untuk tidak menceritakan sesuatu yang memalukan diri sendiri, keluarga, dan masyarakat kepada orang lain. Anak sudah dididik untuk tidak terbuka kepada orang lain. Dengan demikian konselor sekolah dituntut untuk menciptakan hubungan yang lebih baik lagi dengan siswa, sehingga konselor sekolah menjadi orang yang dipercaya dan disenangi oleh siswa untuk menjadi *target person* guna mengungkapkan diri atau masalahnya. Empati konselor merupakan bagian yang esensial dalam hubungan konselor-klien.

## DAFTAR RUJUKAN

- Berry, J.W., Poortinga, Y.H., & Pandey, J. 1997. *Handbook of Cross-Cultural Psychology: Theory and Method*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Brehm, S.S. 1992. *Intimate Relationship*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Brown, D. 2002. The Role of Work and Cultural Values in Occupational Choice, Satisfaction, and Success: A Theoretical Statement. *Journal of Counseling & Development*, 80: 48-56.
- Crisp, R.J. & Turner, R.N. 2007. *Essential Social Psychology*. London: SAGE Publication.
- Daharnis, Nirwana, H., Ilyas, A., & Karneli, Y. 2002. Pengungkapan Diri (*Self-disclosure*) Mahasiswa Universitas Negeri Padang (UNP). *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 8 (3): 294-304.
- Erford, B.T. (Ed.). 2004. *Professional School Counseling: A Handbook of Theories, Program and Practices*. Austin, Texas: CAPS Press.

- Fontes, L.A. 2002. Child Discipline and Physical Abuse in Immigrant Latino Families: Reducing Violence and Misunderstandings. *Journal of Counseling & Development*, 80: 31-40.
- Franzoi, S.L. 2003. *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Gelfand, M.J., Spurlock, D., Sniezek, J.A., & Shao, L. 2000. Culture and Social Prediction: The Role of Information in Enhancing Confidence in Social Predictions in the United States and China. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31: 498-516.
- Gibson, D.M. & Myers, J.E. 2000. Gender and Infertility: A Relational Approach to Counseling Women. *Journal of Counseling & Development*, 78: 400-410.
- Glauser, A.S. & Bozarth, J.D. 2001. Person-centered Counseling: The Culture Within. *Journal of Counseling & Development*, 79: 142-147.
- Hendrick, S.S. 1994. Counselor Self-disclosure. *Journal Counseling & Development*, 72: 419-424.
- Jourard, S.M. 1979. *Self-Disclosure: An Experimental Analysis of the Transparent Self*. Huntington, New York: Robert E. Krieger Publishing Co, Inc.
- Kernes, J.L. & McWhirter, J.J. 2001. Counselor's Attribution of Responsibility, Etiology, and Counseling Strategy. *Journal of Counseling & Development*, 79: 304-313.
- Laurenceau, J.P., Barrett, L.F., & Pietromonaco, P.R. 1998. Intimacy as Interpersonal Process: The Importance of Self-disclosure, Partner Disclosure, and Perceived Partner Responsiveness in Interpersonal Exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74: 1238-1250.
- Locke, D.C., Myers, J.E., & Herr, E.L. (Eds). 2001. *The Handbook of Counseling*. London: Sage Publications.
- Michener, H.A. & DeLamater, J.D. 1999. *Social Psychology*. Sea Harbor Drive, Orlando, Philadelphia: Harcourt Brace & Company.
- Myers, D.G. 2008. *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Schwiebert, V.L., Sealander, K.A. & Dennison, J.L. 2002. Strategies for Counselors Working with High School Students with Attention-deficit/hyperactivity Disorder. *Journal of Counseling & Development*, 80: 3-10.
- Taylor, S.E., Peplau, L.A., & Sears, D.O. 1997. *Social Psychology*. Upper Saddle River, New Jersey: Prentice Hall.
- Triandis, H.C. 1994. *Culture and Social Behavior*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Watson, D.L., deBortali-Tregerthan, G., & Frank, J. 1984. *Social Psychology: Science and Application*. Glenview, Illinois: Scott, Foresman and Company.
- Wei, M, Russell, D.W., & Zakalik, R.A. 2005. Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Self-Disclosure, Loneliness, and Subsequent Depression for Freshman College Students: A Longitudinal Study. *Journal of Counseling Psychology*, 52: 602-614.