

KETERBUKAAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*) SISWA DALAM PERSPEKTIF BUDAYA DAN IMPLIKASINYA BAGI KONSELING

Maryam B. Gainau

Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri (STAKPN) Papua

ABSTRACT

Self disclosure is disclosing one's self in giving information to others. According to Lumsden (1996), self disclosure can help someone in communicating with others and increase self-confidence and intimate relations. One important factor in one's self disclosure with others is cultural in nature. There are both open culture and closed culture. In Indonesia, for instance, Javanese culture is opened and Western culture is closed. The two types of culture are influenced by value or life view, norm, custom, that, in turn, will influence one's way of thought and behavior. Cultural effect also affects student's self disclosure at school. A student often undertakes difficulty in his or her self disclosure with others. The things that can be done by counsellors in helping their student in order to be disclosed with others are (1) giving understanding that every culture has its own ethics in disclosing self to others so that the student knows the way of disclosing himself or herself to others, (2) involving the student in various activities in order that he or she does not feel shy in socializing with others, and (3) giving training that can make the student more self-confident.

Keywords: *Self Disclosure, Cultural Perspective, Implication for Counselling*

A. Pendahuluan

Manusia adalah makhluk sosial yang selalu berhubungan dan membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. 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 atau lingkungan sosial, 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. Selain itu, *self disclosure* dapat melepaskan perasaan bersalah dan cemas (Calhoun dan Acocella, 1990). Tanpa *self disclosure*, individu cenderung mendapat penerimaan sosial kurang baik sehingga berpengaruh pada perkembangan kepribadiannya.

Self disclosure merupakan tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain. Informasi yang bersifat pribadi tersebut mencakup aspek: (1) sikap atau opini, (2) selera dan minat, (3) pekerjaan atau pendidikan, (4) fisik, (5) keuangan, dan (6) kepribadian (Jourard, 1971). 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 *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, orangtua / 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.

Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial. Individu yang terampil melakukan *self disclosure* mempunyai ciri-ciri yakni memiliki rasa tertarik kepada orang lain daripada mereka yang kurang terbuka, percaya diri sendiri, dan percaya pada orang lain (Taylor & Belgrave, 1986; Johnson, 1990).

Sebagai salah satu aspek penting dalam hubungan sosial, *self disclosure* juga perlu bagi remaja, karena masa remaja merupakan periode individu belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima dalam berhubungan dengan orang lain. Sesuai dengan perkembangannya, remaja dituntut lebih belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas dan majemuk. Keterampilan *self disclosure* yang dimiliki oleh remaja, akan membantu siswa dalam mencapai kesuksesan akademik dan penyesuaian diri. Apabila remaja tersebut tidak memiliki kemampuan *self disclosure*, maka dia akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. Misalnya dalam lingkungan sekolah banyak dijumpai adanya komunikasi yang kurang efektif antara siswa dengan guru, dan siswa dengan teman-temannya. Salah satu penyebab adalah kurang adanya keterbukaan diri (*self disclosure*) siswa. Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala seperti tidak bisa mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa was-was atau takut jika hendak mengemukakan sesuatu (Johnson, 1990).

Hasil penelitian yang dilakukan Dian (2000), menunjukkan bahwa 35% siswa mengungkapkan diri secara

terbuka, sedangkan 50% siswa kurang mengungkapkan diri secara terbuka. Sedangkan penelitian Dewi (2004), menunjukkan bahwa hanya 24,55% siswa yang terampil dalam membuka diri, sedangkan sebagian besar 43,63% siswa yang kurang terampil membuka diri.

Penelitian lainnya yang dilakukan Johnson (1981) menunjukkan bahwa individu yang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) akan dapat mengungkapkan diri secara tepat; terbukti mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri sendiri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya individu yang kurang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup. Johnson mengatakan bahwa ciri-ciri *self disclosure* tersebut, mempengaruhi kesehatan mental seseorang.

Selain kesehatan mental mempengaruhi *self disclosure* seseorang, budaya juga sangat berpengaruh terhadap *self disclosure* (keterbukaan diri) masing-masing individu. Ada budaya yang cenderung menutup diri, ada juga yang terbuka. Misalkan di Indonesia khususnya budaya Jawa. Suseno dan Reksosusilo (1983), beranggapan orang yang diam atau tertutup itu dinilai baik dan masih tabu, karena dengan keterbukaan diri (*self disclosure*) dipandang sebagai sikap menyombongkan diri, angkuh, tinggi hati dan lain-lain. Nilai budaya ini akan terus dibawa oleh individu, karena dimulai dari awal kehidupannya sudah diberikan pelajaran untuk dapat menerima dan tidak menerima dalam

menyatakan diri pada orang lain. Serta individu sudah seharusnya menyesuaikan diri pada cara untuk dapat menerima orang lain. Dengan demikian lama kelamaan benteng pertahanan diri sangat kuat sehingga untuk terbuka kepada orang lain sangat sedikit.

Lebih lanjut, Franco (1986) mengemukakan bahwa orang Amerika lebih terbuka dari pada Meksiko. Sedangkan Nugroho (2007) menyatakan bahwa orang Jepang lebih tertutup dari pada orang Indonesia.

Jourard (1979) menemukan bahwa siswa kulit putih lebih terbuka dari pada siswa kulit hitam di Amerika. Pada budaya Cina, anak-anak lebih memilih tidak membuka/mengungkapkan informasi yang pribadi kepada orang tua walaupun mereka masih memiliki keterikatan yang dekat dengan keluarga.

Dari penjelasan di atas, bahwa budaya mempengaruhi cara pandang, dan sikapnya terhadap orang lain. Sikap budaya siswa yang kurang terbuka akan mengakibatkan hubungan sosial menjadi kurang baik, rasa minder, takut, dan cemas mengungkapkan pendapat atau ide. Untuk itu konselor perlu melakukan berbagai upaya untuk mengembangkan siswa untuk bersosialisasi khususnya mengenai keterbukaan dirinya. Dalam konseling, konselor dan siswa hendaknya bersedia membuka dirinya sampai kepada hal yang pribadi untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialaminya. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa keterbukaan konselor dalam konseling akan mendorong klien untuk membuka dirinya (Allen dalam Petrofesa, dkk, 1978). Keterbukaan diri (*self disclosure*) siswa merupakan komponen yang dibutuhkan dalam konseling (Prawitasari, 1994: Blackburn dalam Baruth dan Robinson, 1987). Hal ini

penting dikemukakan kepada siswa pada awal konseling terutama kepada siswa yang belum berpengalaman tentang konseling. Cepat atau lambat sesuatu yang dianggap rahasia oleh siswa lambat laun akan dibukanya, demi keberhasilan pemecahan masalah yang dihadapinya.

B. Pengertian *Self Disclosure*

Self disclosure didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain (Wheeles, 1978). Sedangkan Person (1987) mengartikan *self disclosure* sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain secara sukarela dan disengaja untuk maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya.

Menurut Morton (dalam Sears dkk, 1989) informasi diri bisa bersifat deskriptif dan evaluatif. Informasi disebut deskriptif apabila individu melukiskan berbagai fakta mengenai dirinya sendiri yang belum diketahui orang lain. Misalnya jenis pekerjaan, alamat, dan usia. Informasi yang bersifat evaluatif berkaitan dengan pendapat atau perasaan pribadi individu terhadap sesuatu, seperti tipe orang yang disukai atau dibenci. Selain itu, *self disclosure* pun bisa bersifat eksplisit. Dalam hal ini, informasi diri lebih bersifat rahasia karena tidak mungkin diketahui orang lain, kecuali diberitahukan sendiri oleh individu yang bersangkutan.

Selain Morton, Barker dan Gaut (1996) mengemukakan bahwa *self disclosure* adalah kemampuan seseorang menyampaikan informasi kepada orang lain yang meliputi pikiran/pendapat, keinginan, perasaan maupun perhatian. Sedangkan, Laurenceau, Barrett, dan Pietromonaco (1998) dan Crider (1983) mengatakan bahwa *self disclosure*

meliputi pikiran, pendapat, dan perasaan. Dengan mengungkapkan diri kepada orang lain, maka individu merasa dihargai, diperhatikan, dan dipercaya oleh orang lain, sehingga hubungan komunikasi akan semakin akrab.

Sama seperti di atas, Devito (1992) mengatakan bahwa *self disclosure* merupakan kemampuan dalam memberikan informasi. Informasi yang akan disampaikan terdiri atas 5 aspek, yaitu perilaku, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide yang sesuai dengan diri orang yang bersangkutan. Informasi yang akan disampaikan tergantung pada kemampuan seseorang dalam melakukan *self disclosure*. Selain itu, Devito (1997) mengemukakan bahwa *self disclosure* mempunyai beberapa karakteristik umum antara lain: (1) keterbukaan diri adalah suatu tipe komunikasi tentang informasi diri yang pada umumnya tersimpan, yang dikomunikasikan kepada orang lain, (2) keterbukaan diri adalah informasi diri yang seseorang berikan merupakan pengetahuan yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain dengan demikian harus dikomunikasikan, (3) keterbukaan diri adalah informasi tentang diri sendiri yakni tentang pikiran, perasaan dan sikap, (4) keterbukaan diri dapat bersifat informasi secara khusus. Informasi secara khusus adalah rahasia yang diungkapkan kepada orang lain secara pribadi yang tidak semua orang ketahui, dan (5) keterbukaan diri melibatkan sekurang-kurangnya seorang individu lain, oleh karena itu keterbukaan diri merupakan informasi yang harus diterima dan dimengerti oleh individu lain.

Lebih lanjut, Adler (1983) mengemukakan bahwa karakteristik *self disclosure* mengarah kepada hal yang lebih khusus yaitu informasi pribadi.

Individu harus mengkomunikasikan informasi ini secara lisan dan orang lain harus menyadari tujuan dari apa yang disampaikannya.

Sehubungan dengan itu, Valerian J. Derlega (1995) menjelaskan bahwa *self disclosure* diungkapkan melalui pikiran, perasaan, dan pengalaman secara verbal. Stewan (1990) menegaskan bahwa informasi tersebut tidak hanya berbentuk verbal semata, melainkan bisa juga berbentuk nonverbal.

Heymes (1971) mengemukakan bahwa *self disclosure* sebagai ekspresi seseorang dalam menyampaikan informasi kepada orang lain. Haymes mengukur *self disclosure* dari interview-interview yang direkam pada tape-recorder. Ada tiga aspek *self disclosure* yaitu (1) ekspresi akan emosi dan proses emosi, (2) ekspresi akan fantasi-fantasi, impian, cita-cita, dan harapan-harapan, dan (3) ekspresi akan kesadaran.

Ada beberapa dimensi *self disclosure* yang dikemukakan oleh Culbert (1968), Person (1987), Cox (1989), Watson (1984) dan Altman Taylor, meliputi 5 aspek yaitu: ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, kedalaman dan keluasan.

1. Ketepatan

Ketepatan mengacu pada apakah seorang individu mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan dan untuk peristiwa di mana individu terlibat atau tidak (sekarang dan disini). *Self-disclosure* sering sekali tidak tepat atau tidak sesuai ketika menyimpang dari norma-norma. Sebuah *self-disclosure* mungkin akan menyimpang dari norma dalam hubungan yang spesifik jika individu tidak sadar akan norma-norma tersebut. Individu harus bertanggung

jawab terhadap resikonya, meskipun bertentangan dengan norma. *Self-disclosure* yang tepat dan sesuai meningkatkan reaksi yang positif dari partisipan atau pendengar. Pernyataan negatif berkaitan dengan penilaian diri yang sifatnya menyalahkan diri, sedangkan pernyataan positif merupakan pernyataan yang termasuk kategori pujian.

2. Motivasi

Motivasi berkaitan dengan apa yang menjadi dorongan seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain. Dorongan tersebut berasal dari dalam diri maupun dari luar. Dorongan dari dalam berkaitan dengan apa yang menjadi keinginan atau tujuan seseorang melakukan *self disclosure*. Sedangkan dari luar, dipengaruhi lingkungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

3. Waktu

Waktu yang digunakan dengan seseorang akan cenderung meningkatkan kemungkinan terjadinya *self disclosure*. Pemilihan waktu yang tepat sangat penting untuk menentukan apakah seseorang dapat terbuka atau tidak. Dalam keterbukaan diri individu perlu memperhatikan kondisi orang lain. Bila waktunya kurang tepat yaitu kondisinya capek serta dalam keadaan sedih maka orang tersebut cenderung kurang terbuka dengan orang lain. Sedangkan waktunya tepat yaitu bahagia atau senang maka ia cenderung untuk terbuka dengan orang lain.

4. Keintensifan

Keintensifan seseorang dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) tergantung kepada siapa seseorang mengungkapkan diri, apakah teman dekat, orangtua, teman biasa, orang yang baru dikenal.

5. Kedalaman dan Keluasan

Kedalaman *self disclosure* terbagi atas dua dimensi yakni *self disclosure* yang dangkal dan yang dalam. *Self disclosure* yang dangkal biasanya diungkapkan kepada orang yang baru dikenal. Kepada orang tersebut biasanya diceritakan aspek-aspek geografis tentang diri misalnya nama, daerah asal dan alamat. *Self disclosure* yang dalam, diceritakan kepada orang-orang yang memiliki kedekatan hubungan (*intimacy*). Seseorang dalam menginformasikan dirinya secara mendalam dilakukan kepada orang yang betul – betul dipercaya dan biasanya hanya dilakukan kepada orang yang betul-betul akrab dengan dirinya, misalnya orang tua, teman dekat, teman sejenis dan pacar. Pendek kata, dangkal dalamnya seorang menceritakan dirinya ditentukan oleh yang hendak diajak berbagi cerita atau *target person* (Pearson,1987). Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, semakin terbuka ia kepada orang tersebut.

Sementara itu, 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. Proses untuk mencapai hubungan yang akrab disebut model Penetrasi sosial. Ada dua dimensi *self disclosure* seseorang yaitu

keluasan dan kedalaman. Keluasan berkaitan dengan siapa seseorang mengungkapkan dirinya (*target person*) seperti orang yang baru dikenal, teman biasa, orang tua/saudara dan teman dekat. Kedalaman berkaitan dengan topik umum dan topik khusus. Pada umumnya ketika seseorang terbuka dengan orang asing atau baru dikenal topik pembicaraan umum dan kurang mendalam. Sedangkan bila seseorang terbuka dengan teman dekat maka topik pembicaraannya khusus dan lebih mendalam (topik pembicaraan semakin banyak (Sears, dkk., 1999).

Bila seseorang menceritakan sesuatu tentang dirinya kepada orang lain secara rinci, maka orang lainpun cenderung untuk mengungkapkan secara rinci pula. Tetapi bila ia menceritakan kepada orang lain sebagian kecil saja atau tidak rinci maka orang lainpun cenderung untuk mengungkapkan secara tidak rinci pula.

Self disclosure sangat berpengaruh dengan siapa seseorang terbuka dengan orang lain. Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka semakin terbuka individu kepada orang tersebut, demikian juga pula sebaliknya. Orang lain (*target person*) yang biasa dijadikan tempat mencurahkan permasalahan individu adalah ibu, bapak, teman, teman sejenis, teman lawan jenis, dan pasangan/pacar

Berdasarkan paparan-paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam mengungkapkan diri melalui informasi yang diberikan kepada orang lain. Selain itu, *self disclosure*

pun dapat meningkatkan keakraban, kepercayaan, dan kekeluargaan. Makin sering informasi diri diungkapkan, makin tercipta pengertian di antara

seseorang dengan orang lain. Dengan begitu, komunikasi akan berjalan dengan baik.

C. Keterbukaan diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Hubungan Sosial dengan Orang lain

Hubungan terjadi ketika dua orang saling mengenal satu sama lain dan mengetahui tujuan umum, minat, aktifitas/kegiatan, dan nilai-nilai yang dianut seseorang. Hubungan bisa terjalin baik dengan orang lain karena didasari adanya kepercayaan pada orang yang diajak berkomunikasi, orang tersebut sudah dikenal, ada kedekatan komunikasi, gaya komunikasi sama (terhadap orang tua, orang dewasa, dan teman sebaya), isi pembicaraan (tingkat *self disclosure*) sesuai dengan orang yang dipercaya. Agar bisa melakukan hal tersebut, harus ada keterbukaan satu sama lain. Untuk menjadi terbuka dengan orang lain, individu harus sadar akan siapa dirinya, dapat menerima diri sendiri, dan menerima orang lain apa adanya.

Dengan mengungkapkan diri, individu menjadi lebih menyadari siapa dirinya, tuntutan apa saja yang dihadapi dalam menjalankan perannya dalam masyarakat, dan masih banyak lagi rahasia yang terungkap sebagai akibat umpan balik yang diberikan oleh orang lain. Selain informasi tentang dirinya, *self disclosure* juga memungkinkan individu memperoleh informasi tentang orang lain. Informasi tentang diri dan orang lain tersebut merupakan suatu sumber bagi individu untuk menyelaraskan segala tuntutan dari dalam dirinya sesuai dengan harapan lingkungan, sehingga individu dapat melakukan hubungan sosial dengan orang lain.

Meningkatnya hubungan sosial yang baik akan membuat seseorang untuk lebih terbuka dengan orang lain. Rogers (1980)

mengatakan hubungan interaksi seseorang dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) yang didasari perasaan yang tulus, penerimaan pada orang lain, dan rasa empati membuat hubungan akan menjadi lebih akrab.

Self disclosure tepat bila merupakan bagian dari hubungan yang sedang berlangsung, adanya hubungan timbal balik serta dapat menciptakan hubungan yang lebih baik lagi. Keterbukaan diri (*self disclosure*) dapat menciptakan kepercayaan, kepedulian, komitmen, pemahaman dan penerimaan diri, serta pertumbuhan pribadi dan juga persahabatan (Johnson, 1990).

Self disclosure memberikan peranan yang penting dalam perkembangan hubungan yang dekat antara individu. Melalui *self disclosure*, individu dapat menceritakan kepada orang lain tentang diri sendiri secara pribadi tentang topik yang akan dibicarakan. Hal tersebut berarti bahwa seseorang mempercayai orang lain untuk merespon secara tepat terhadap informasi yang diberikan. Ketika seseorang menerima keterbukaan secara pribadi dari orang lain, maka seseorang akan merasa lebih dekat dengan orang tersebut karena ia tahu bahwa orang tersebut percaya dan menghargai respon/ pendapatnya.

Self disclosure sangat menguntungkan bagi dua orang yang melakukan hubungan keakraban, seperti antar teman, kenalan, keluarga atau saudara lain. Hubungan yang akrab akan menumbuhkan rasa kasih sayang, dan kepercayaan antar individu (Miyers, 1993).

Meski diakui *self disclosure* penting bagi perkembangan individu, sebagian orang enggan untuk melakukannya. Pada dasarnya keengganan atau kesulitan individu dalam mengungkapkan diri banyak dilandasi oleh faktor resiko yang akan diterimanya di kemudian hari. Disamping itu, karena belum adanya rasa aman dan kepercayaan pada diri sendiri. Resiko yang dimaksud dapat berupa

bocornya informasi yang telah diberikan seseorang kepada pihak ketiga, padahal informasi tersebut dianggap sangat pribadi bagi dirinya. Bisa juga informasi yang disampaikan dianggap menyinggung perasaan orang lain sehingga dapat mengganggu hubungan interpersonal yang sebelumnya sudah terjalin dengan baik.

Individu dalam mengungkapkan dirinya haruslah dilandasi dengan kejujuran dan keterbukaan memberikan informasi, atau dengan kata lain apa yang disampaikan kepada orang lain hendaklah bukan merupakan suatu topeng pribadi atau kebohongan belaka sehingga hanya menampilkan sisi yang baik saja, tetapi informasi yang diberikan apa adanya atau tidak dibuat-buat. Ada dua cara yang lebih baik untuk keterbukaan diri (*self disclosure*), yaitu mengakui kesalahan dan kritik yang membangun (Calhoun, 1990).

Self disclosure akan berguna apabila individu satu dengan yang lainnya dengan senang hati dan terbuka membagi perasaan dan pikirannya. Menurut Devito (1989) ada beberapa keuntungan yang akan diperoleh seseorang jika mau mengungkap informasi diri kepada orang lain antara lain: (1) tentang diri sendiri, (2) adanya kemampuan menanggulangi masalah, (3) mengurangi beban.

1). Mengenal diri sendiri

Seseorang dapat lebih mengenal diri sendiri melalui *self disclosure*, karena dengan mengungkapkan dirinya akan diperoleh gambaran baru tentang dirinya, dan mengerti lebih dalam perilakunya.

2). Adanya kemampuan menanggulangi masalah

Seseorang dapat mengatasi masalah, karena ada dukungan dan bukan penolakan, sehingga dapat menyelesaikan atau mengurangi bahkan menghilangkan masalahnya.

3). Mengurangi Beban

Jika individu menyimpan rahasia dan tidak mengungkapkannya kepada orang lain, maka akan terasa berat sekali memikulnya. Dengan adanya keterbukaan diri, individu akan merasakan beban itu berkurang, sehingga orang tersebut ringan beban masalah yang dihadapinya.

Sementara itu, Perillo (2000) menyatakan bahwa manfaat *self disclosure* seseorang didapati dari pengalamannya dalam hubungan dengan orang lain agar memperoleh informasi dari berbagai pengetahuan, individu menjadi sadar akan dirinya, menerima orang lain apa adanya, serta rasa percaya kepada orang lain semakin besar.

Lebih lanjut Calhoun (1990) mengemukakan tiga kegunaan *self disclosure* yaitu, (1) keterbukaan diri mempererat kasih sayang, (2) dapat melepaskan perasaan bersalah dan kecemasan. Makin lama individu menyembunyikan sesuatu dalam dirinya maka akan semakin tertekan; makin terus bergejolak di pikiran. Sekali disingsingkan, hal tersebut dirasa tidak lagi mengancam, dan (3) menjadi sarana eksistensi manusia yang selalu membutuhkan wadah untuk bercerita.

Berdasarkan perkembangan kehidupan individu, masalah penyesuaian sosial pada umumnya lebih banyak dirasakan pada masa usia remaja. Menurut Hurlock (1990), masa remaja merupakan masa yang sangat sulit dalam melakukan penyesuaian sosial. Kesulitan yang dialami oleh individu antara lain kurang dapat keterbukaan diri (*self disclosure*) dengan orang lain. Sebagaimana yang dikemukakan (Kirby dalam Colhoun dan Accolla, 1990), bagi beberapa orang sulit untuk keterbukaan dirinya.

Keterampilan *self disclosure* sangat penting bagi siswa yang mengalami

kesulitan dalam keterbukaan dirinya karena sangat mempengaruhi hubungan interpersonal seseorang. Johnson (1981) menyatakan bahwa *self disclosure* berpengaruh besar terhadap hubungan sosial karena (1) *self disclosure* merupakan dasar bagi hubungan yang sehat antara dua orang, (2) semakin terbuka seseorang kepada orang lain, semakin orang tersebut menyukai dirinya, (3) orang yang rela mengungkapkan diri kepada orang lain cenderung memiliki sifat-sifat kompeten, adaptif, dan terbuka, (4) mengungkapkan diri pada orang lain merupakan dasar yang memungkinkan komunikasi yang intim baik bagi diri sendiri maupun orang lain, dan (5) mengungkapkan diri berarti bersikap realistik, sehingga keterbukaan diri bersikap jujur, tulus, dan autentik.

Lebih lanjut, Lumsden (1996) menyatakan *self disclosure* meningkatkan hubungan sosial antara lain; (1) *self disclosure* dapat meningkatkan seseorang menyukai orang lain (2) *self disclosure* menunjukkan seseorang dapat dipercaya setiap orang. Ketika orang saling memberi informasi dan setiap orang mendukung mengungkapkan orang lain tersebut mereka menciptakan perasaan saling mempercayai, (3) pengungkapan informasi tentang diri dapat membantu pemahaman diri dan memperkuat konsep diri. Sedangkan menurut Pearson (1987), *self disclosure* tidak hanya mempengaruhi hubungan sosial melainkan juga (1) dapat mengembangkan pemahaman dan penerimaan diri, dan (2) dapat mengembangkan secara mendalam arti hubungan antar pribadi.

Pentingnya *self disclosure* bagi siswa, akan meningkatkan keterampilan sosial dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan tujuan bimbingan konseling antara lain: (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 (Depdikbud,1997).

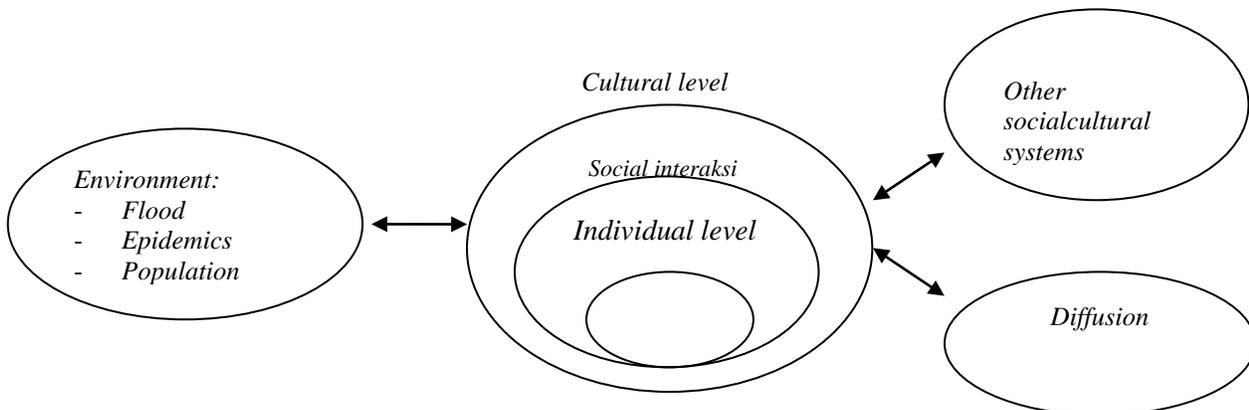
D. Keterbukaan diri (*Self Disclosure*) Dalam Perspektif Budaya

Keterampilan komunikasi termasuk *self disclosure* dipengaruhi oleh lingkungan di mana seseorang bertingkah laku. Faktor-faktor yang menyebabkan kesulitan komunikasi seseorang adalah faktor lingkungan meliputi: pola asuh, budaya, stereotipe, sosial ekonomi, jenis kelamin, dan pendidikan seseorang (Albertia dan Emmons, 2002).

Lingkungan mempengaruhi terbentuknya kebudayaan salah satunya tingkah laku sosial. Dengan demikian terdapat hubungan antara kebudayaan dengan tingkah laku sosial (Triandis, 1994). Secara sederhana kebudayaan berarti semua cara hidup (*ways of life*) yang telah dikembangkan oleh anggota-anggota suatu masyarakat. Dengan kebudayaan tertentu yang terdiri dari cara berpikir, cara bertindak, dan cara merasa yang dimanifestasikan, umpamanya dalam agama, hukum, bahasa, seni, dan kebiasaan-kebiasaan. Koenjtaraningrat (1985) mengatakan bahwa ada tiga wujud kebudayaan yaitu: (1) dalam bentuk ide-ide, (2) aktivitas kelakuan berpola, dan (3) dalam bentuk benda-benda dan hasil karya manusia

Menurut Herkovitz (1923, 1948) budaya ialah bagian buatan manusia yang berasal dari lingkungan manusia dan juga bersifat material, seni, pengetahuan, agama, masyarakat dan pemerintahan. Koenjtaraningrat (1984) menyatakan bahwa kebudayaan sebagai pola berpikir dan bertindak yang menjadi suatu pedoman

umum kelompok masyarakat yang berbentuk kebiasaan-kebiasaan, nilai-nilai, bahasa, ide-ide, dan artifak-artifak. Selanjutnya Spindler (1963) mengemukakan bahwa kebudayaan berpengaruh terhadap perubahan sosial hal ini dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



The Sociocultural System: A Model for Change

Kebudayaan yang berpengaruh terhadap proses terbentuknya tingkah laku sosial adalah kebudayaan subjektif. Kebudayaan subjektif berkenaan dengan bagaimana individu mempersepsi, mengkategorikan, mempercayai, dan menilai hal-hal yang ada dilingkungannya. Demikian pula keterampilan *self disclosure* sebagai tingkah laku sosial yang dipengaruhi oleh budaya (Brehm, 1992), yakni budaya subjektif seperti sikap, norma, dan nilai-nilai dalam kelompok tertentu (Triandis, 1994). Budaya subjektif terdiri dari budaya individualistik dan budaya kolektivistik.

Dalam budaya individualistik perilaku seseorang lebih menggambarkan sikap pribadi dari norma sosial, sementara budaya kolektivistik lebih memperhatikan norma kelompok (Gelfand, Spurlock, Sniezek, dan Shao, 2000). Dalam budaya individualistik, individu membanding dirinya otonom, independen, dan percaya bahwa mereka boleh melakukan apa saja tanpa mepedulikan keinginan kelompok.

Sedangkan budaya kolektivistik individu lebih mementingkan tujuan kelompok daripada tujuan individu (Triandis, 1994).

Egan (1970) berpendapat bahwa ada dua rintangan atau halangan yang ada dalam masyarakat yang berpengaruh negatif pada *self-disclosure* yaitu:

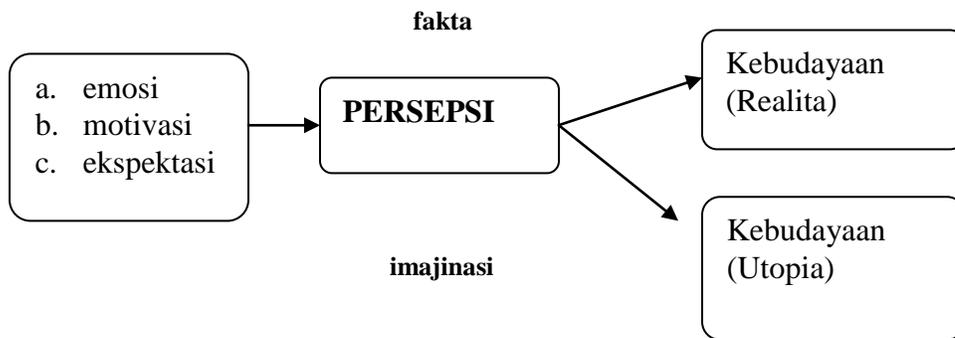
1. Dalam budaya yang selalu melarang cenderung mempengaruhi *self disclosure* masyarakatnya seperti budaya tertutup yang membuat seseorang sulit mengungkapkan dirinya kepada orang lain.
2. Budaya yang menghambat *self-disclosure* dalam kehidupan sosial seperti budaya “bohong” sebagai pedoman hidup (Henry, 1963) misalnya tentang kebenaran, orang lebih cenderung untuk mengungkapkan hal salah daripada yang benar. Keterbukaan diri tidak lagi dilandasi dengan kejujuran dan rasa menghargai orang lain. Hal ini yang menghambat

hubungan sosial dengan orang lain menjadi terganggu.

Persepsi kebudayaan merupakan kemampuan pengamatan yang menghasilkan persepsi seseorang tentang ketebukaan dirinya dengan orang lain. Persepsi kebudayaan sebagian besar terdiri dari para awam hasil persepinya akan berbeda dengan

hasil persepsi cendekiawan dan lain sebagainya.

Heraty (1986) mengatakan emosi, motivasi, dan ekpektasi mempengaruhi persepsi budaya seseorang dalam hubungannya dengan orang lain. Hal ini dapat di lihat pada gambar di bawah ini:



Sue dan Sue (1990) menyatakan bangsa – bangsa Timur yang tinggal di Amerika seperti bangsa- bangsa Asia lainnya, lebih bersifat menyembunyikan perasaan. Komunikasi mereka bersifat satu arah, yakni dari yang tua ke yang muda, meyakini bahwa diam merupakan emas, lebih banyak mengharapkan nasehat dari orang yang dituakan, dan hidup dalam keluarga besar (*extended family*). Berbeda dengan masyarakat di negara barat yang cenderung lebih terbuka. Hasil penelitian Kurt Lewin (dalam Raven & Rubin,1983) menemukan bahwa orang-orang Amerika nampaknya lebih mudah terbuka dari pada orang-orang Jerman.

Barnlund (1975) mengungkapkan bahwa negara Amerika dan Jepang dalam melakukan *self disclosure* berbeda. Orang Jepang lebih tertutup, sedangkan orang Amerika lebih terbuka mengenai semua hal.

Perspektif budaya dalam keterbukaan diri dengan orang lain setiap suku, daerah dan bangsa yang berbeda-beda.

Selain faktor budaya satu dengan yang lain yang mempengaruhi *self disclosure*, Faktor terpenting juga yang mempengaruhi *self disclosure* adalah jenis kelamin. Umumnya pria lebih kurang terbuka daripada wanita. Pearson (1980) berpendapat bahwa peran sekslah (*sex role*) dan bukan jenis kelamin dalam arti biologis yang menyebabkan perbedaan dalam hal *self disclosure* ini. "Wanita yang maskulin", misalnya, kurang membuka diri (*self disclosure*) ketimbang wanita yang nilai dalam skala maskulinitasnya lebih rendah.

Cunningham (1981) mengatakan bahwa wanita lebih sering untuk terbuka pada rasa takut, kekurangan atau kelebihan. Wanita lebih emosional sedangkan laki-laki lebih menahan diri. Namun pendapat lain yang mengatakan bahwa laki - laki lebih menyatakan diri, berorientasi pada prestasi, dan lebih dominan, sedangkan perempuan lebih tanggap secara sosial, pasif dan

mengalah (Bery,dkk,1999). Kenyataan sekarang ini khususnya laki-laki mengakui akan adanya peranan yang sama atau gender. Dengan adanya pemahaman peranan gender maka akan meningkatkan suasana keakraban diantara laki-laki dan wanita.

Penelitian yang dilakukan oleh Barnlund (1975) terhadap orang Jepang dan Amerika, lebih lanjut menemukan bahwa laki-laki Jepang lebih terbuka dengan teman laki-laki, tetapi lebih banyak dengan teman yang berbeda jenis kelamin daripada dengan ibunya. Wanita Jepang lebih banyak melakukan *disclose* (terbuka) terhadap sesama teman wanita, tetapi selanjutnya dengan ibunya daripada teman laki-laki. Hal itu berbeda dengan orang Amerika. Orang Amerika, laki-laki maupun perempuan, lebih banyak berkomunikasi kepada teman, baik sesama jenis maupun berbeda jenis daripada terhadap orang tua. Penelitian ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri antara laki-laki dan perempuan dalam setiap kebudayaan berbeda satu dengan yang lain.

Jourard (1971) menemukan bahwa orang tidak menikah cenderung membuka diri (*self disclosure*) mereka sendiri secara lebih bebas kepada ibu mereka daripada kepada ayah mereka. Hal ini mungkin disebabkan karena peran hubungan yang ada dengan wanita. Hubungan keterikatan emosional wanita muda dengan ibunya yang menyebabkan ia lebih terbuka, dan lebih tertutup dengan teman laki-laki mereka. Lelaki muda menutup diri kepada kedua orang tua mereka tentang informasi diri, tetapi cenderung lebih terbuka pada teman laki-laki mereka. Sebagaimana diungkapkan Jourard, orang yang menikah keterbukaan diri (*self disclosure*) mereka secara lebih mudah dengan pasangan mereka daripada dengan orang lain. Valerian dkk (1988) mengatakan jenis pasangan yang berbeda menilai keterbukaan diri secara berbeda.

E. Implikasi Konseling dalam Keterbukaan diri (*Self Disclosure*) serta hubungannya dengan Perspektif Budaya.

Konseling merupakan kegiatan bimbingan inti kegiatan bimbingan secara keseluruhan dan lebih berkenaan dengan masalah individu secara pribadi. Jones (1970) menyebutkan bahwa konseling sebagai suatu hubungan profesional antara seorang konselor yang terlatih dengan klien. Menurut Pietrofesa (1978), tujuan konseling bagi individu adalah mengubah perilaku yang salah dalam penyesuaian diri, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah. Ellis, Shetzer and Stone (1980) mengatakan konseling adalah proses interaksi yang memfasilitasi dan mengklarifikasi makna pemahaman diri dan lingkungan dimana siswa berada berikut tujuan-tujuan serta nilai-nilai perilaku pada waktu yang akan datang.

Bila konseling dianggap sebagai fasilitas dalam mengklarifikasi pemahaman diri dan lingkungan dimana individu berada berikut tujuan-tujuan konselor adalah mengajarkan bagaimana berpikir secara rasional tentang masalah-masalah pribadi dan bagaimana mengambil keputusan-keputusan yang secara moral nampak memuaskan baik bagi dirinya maupun lingkungannya. Ini berarti bahwa konselor berperan sebagai pedagogi nilai dan peranan ini sangat kompleks. Dalam hal ini konselor membantu mendefinisikan konsep fungsi pribadi secara utuh dan membuat kriteria untuk menggambarkan kehidupan yang baik dan kesehatan mental individu, dan membuat tujuan-tujuan konseling yang konsisten dalam diri konselor. Karena itu, proses konseling hendaknya dipandang sebagai urutan pilihan konselor terutama dalam menentukan interpretasi terhadap perilaku individu, menentang pikiran yang irasional individu, memberi saran, atau hanya mendengar dengan tidak melakukan apa-apa. Dalam hal ini model konseling akan memberikan rujukan dalam membatasi dan memfokuskan tujuan, waktu dan prosedur

kerja (Steven .J.Lynn, P. John Garske,1985). Selanjutnya Shostrom (1982) menekankan konseling sebagai suatu perencanaan yang lebih rasional, pemecahan masalah, pembuatan keputusan intensionalitas, pencegahan terhadap munculnya masalah penyesuaian diri, dan memberi dukungan dalam menghadapi tekanan-tekanan situasional dalam kehidupan sehari-hari .

Berdasarkan perkembangan kehidupan individu, masalah penyesuaian sosial pada umumnya lebih banyak dirasakan pada masa usia remaja. Menurut Hurlock (1990), masa remaja merupakan masa yang sangat sulit dalam melakukan hubungan sosial dengan orang lain. Kesulitan yang dialami oleh individu antara lain kurang dapat membuka diri (*self disclosure*) dengan orang lain. Sebagaimana yang dikemukakan (Kirby dalam Colhoun dan Accolla,1990), bagi beberapa orang sulit untuk membuka dirinya.

Dalam memberikan konseling, keterbukaan diri siswa akan muncul bila siswa tidak lagi mempersoalkan asas kerahasiaan yang diterapkan konselor. Untuk itu, konselor terus menerus membina suasana hubungan konseling sedemikian rupa sehingga siswa yakin bahwa konselor bersikap terbuka dan yakin bahwa asas kerahasiaan memang terselenggara. Hal –hal diperhatikan dalam menjalin hubungan konseling yang baik antara konselor dan siswa antara lain:

- a. Ada suatu masalah yang menjadi pusat pembicaraan ; oleh karena itu hubungan antara konselor dan murid tidak bersifat rekreatif, tetapi bersifat profesional.
- b. Siswa merasa membutuhkan bantuan dalam menghadapi /mengatasi masalahnya ; maka dia akan menghadapi konselor yang diharapkan akan dapat memberikan bantuan . Justru pada saat murid remaja bingung , merasa tidak berdaya , insaf belum dapat mengambil keputusan, merasa terombang – ambing dsbnnya, siswa mulai menyadari bahwa dia membutuhkan bantuan.

- c. Terdapat hubungan pribadi antara konselor dengan konseli; hubungan pribadi itu harus dibangun/diciptakan dan dibina baik selama berkomunikasi. Murid menaruh kepercayaan pada konselor sehingga rela membuka diri; konselor menghargai kepribadian konseli.
- d. Konselor tidak mengambil oper tanggung jawab dan tidak mengambil suatu keputusan bagi siswa-siswi. Konselor membantu dengan menciptakan suasana yang menenangkan dengan menggunakan berbagai metode dan teknik untuk mengatur/menyalurkan proses meninjau dirinya, mempertimbangkan berbagai kemungkinan dan mengambil ketegasan.

Konseling berkaitan membantu siswa mengembangkan diri secara optimal; misi sosial konseling berkaitan dengan upaya penyiapan sumber daya manusia yang diperlukan oleh masyarakat dan misi kultural bimbingan berkaitan dengan upaya membantu individu siswa dalam mengembangkan nilai-nilai budaya dalam dirinya (Rosjidan,2000).

Pengaruh budaya dalam konseling berkaitan dengan etika perubahan tingkah laku (Graham dan Long,1986; Carter,1991; Bankart, 1997; Bersoff, 1996). Dalam hal ini, setidaknya ada tiga aspek penting yang harus diperhatikan yaitu konsiderasi etik, legitimasi budaya, dan deviasi budaya spesifik (Higginbotham & Matsumi, dalam Pedersen *et al.*, 2002).

Self disclosure sangat dipengaruhi oleh budaya. Brehm (1992) menjelaskan bahwa kebudayaan mempunyai peran yang besar dalam mendidik perilaku keterbukaan diri seseorang. Triandis (1994) mengemukakan budaya juga memberi manusia adat, mitos, norma-norma, dan lain-lain yang memungkinkan individu merasa baik tentang diri mereka. Sedangkan Koenjaraningrat (1987) menyatakan ada 7 unsur aspek kebudayaan yaitu: a. sistem religi dan upacara

keagamaan, b. sistem dan organisasi kemasyarakatan, c. sistem pengetahuan, d. bahasa, e. kesenian, f. sistem mata pencaharian hidup, g. dan sistem teknologi dan peralatan.

Budaya mempunyai fungsi yang sangat besar bagi kehidupan seseorang, dengan budaya seseorang dapat melindungi dirinya dengan cara menciptakan kaidah-kaidah yang pada hakekatnya merupakan petunjuk-petunjuk tentang bagaimana individu harus bertindak dan berperilaku dalam hubungan dengan orang lain. Salah satu contohnya adalah perlakuan orangtua terhadap anak laki-laki yang berbeda dengan perlakuan terhadap anak perempuan. Hal ini disesuaikan dengan norma masyarakat atau lingkungan sekitarnya. Menurut Munroe dan Munroe (dalam Barry, 1999), bahwa terdapat perbedaan jenis kelamin dalam perilaku pada setiap masyarakat. Perempuan dan laki-laki berperilaku berbeda. Kedua jenis kelamin berperilaku antara kedua jenis tersebut amat kuat dipengaruhi faktor budaya yang beroperasi melalui praktek-praktek sosialisasi. Demikian pula tentang perilaku keterbukaan diri (*self disclosure*) anak laki-laki dan perempuan.

Suseno dan Reksusilo (1983) menyatakan bahwa dalam budaya Jawa seorang anak sejak kecil telah dilatih untuk berafiliasi dan konformis, lebih-lebih pada anak perempuan yang dituntut untuk bersikap pasif, menerima apa adanya dan pasrah. Disamping itu ada prinsip hidup yang dipegang oleh masyarakat Jawa yang paling menentukan pola pergaulan yakni prinsip kerukunan dan prinsip hormat (Magnis dan Suseno, 1985). Hal-hal inilah yang menyebabkan rendahnya tingkat keterbukaan diri perempuan. Budaya Jawa juga mengajarkan untuk melakukan pengekanan. Istilah *ngono yo ngono ning ojo ngono* (begitu ya begitu namun jangan begitu) menunjukkan agar seseorang tidak mengungkapkan pikiran perasaan apa adanya kepada orang lain, tetapi

harus dikemas dengan bahasa yang pas. Lain halnya dengan budaya batak karo yang terbuka dengan orang lain. Keterbukaan diri yang negatif orang batak karo yaitu kebiasaan mengata-ngatai orang lain menjelek-jelekan orang lain. Sedangkan positifnya adalah mau terbuka dengan orang lain yaitu mau belajar dengan orang lain dalam berbagai hal baik pengetahuan dan sosialisasi dengan orang lain. Hal ini dapat dibuktikan bahwa orang batak yang merantau banyak yang berhasil sebagai pengacara, politisi, militer dimana profesinya banyak dituntut untuk pintar dalam pengetahuan dan pintar berargumentasi dengan orang lain (Tarigan, 2006).

Budaya memainkan peran penting dalam mengembangkan *self disclosure* seseorang yang mengarah pada perubahan sikap yang dinamis dan positif. Keterbukaan diri anak sangat dipengaruhi budaya sebab mempengaruhi cara berpikir, dan sikap seseorang terhadap lingkungannya (Matsomoto, 2000). Sikap budaya siswa yang kurang terbuka ini ditandai yaitu siswa yang malu dan takut untuk mengungkapkan masalahnya kepada konselor. Siswa juga malu untuk mengungkapkan masalahnya kepada teman, tidak terbiasa mengemukakan pikiran dan pendapat kepada temannya, tidak memiliki kepercayaan pada temannya karena khawatir masalahnya dibocorkan kepada teman lainnya.

Salah satu usaha yang dapat dilakukan konselor pada siswa yang kurang terbuka dilihat perspektif budaya dan hubungan dengan orang lain adalah:

1. konselor perlu memahami setiap budaya setiap siswa
2. kompetensi konselor diperlukan dalam memberikan konseling bagi siswa yang kurang terbuka dengan orang lain.
3. konselor dapat memberikan layanan informasi tentang etika dalam keterbukaan diri dengan orang lain: kepada siapa keterbukaan diri itu dilakukan, dalam

situasi yang bagaimana keterbukaan diri dilaksanakan atau dilakukan

4. konselor dapat memberikan layanan konseling individual maupun kelompok untuk membantu siswa mengenai masalahnya,
5. konselor dapat merencanakan kegiatan diskusi kelompok, kerja kelompok, role playing; konselor melakukan pendekatan personal secara kontinyu sehingga siswa dapat merasakan dekat dengan konselor, sehingga siswa dapat mengungkapkan perasaannya.
6. Memberikan pelatihan kepada siswa yang memiliki tingkat *self disclosure* rendah berupa pelatihan untuk meningkatkan keterbukaan diri, kepercayaan diri, harga diri, kemampuan berinteraksi dengan orang lain, kemampuan bersosialisasi.
7. Mengikutkan siswa tersebut dalam kegiatan ekstra kurikuler di sekolah seperti PMR, pramuka, dan osis sehingga mereka dapat berani mengungkapkan ide atau pendapat.
8. Konselor dapat melibatkan guru, orang tua dan beberapa personal lain yang berkompeten membantu siswa dalam *self disclosure*.

membantu siswa yang kurang terbuka dalam berhubungan dengan orang lain.

3. Konseling yang perlu dilakukan konselor pada siswa yang kurang terbuka dilihat dari perspektif budayanya (1) konselor perlu memahami setiap budaya setiap individu (2) konselor dapat memberikan layanan informasi tentang etika dalam keterbukaan diri dengan orang lain: kepada siapa keterbukaan diri itu dilakukan, dalam situasi yang bagaimana keterbukaan diri dilaksanakan atau dilakukan. (3)

F. Penutup

1. Keterabukaan diri (*Self disclosure*) sangat penting dalam hubungan sosial dengan orang lain. individu yang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) akan dapat mengungkapkan diri secara tepat, terbukti mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri sendiri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya individu yang kurang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup.
2. Keterbukaan diri (*Self disclosure*) sangat dipengaruhi budaya baik itu nilai-nilai, aturan- aturan, cara pandang, dan sikap seseorang terhadap lingkungannya. Pemahaman konselor akan budaya siswa sangat penting dalam berkomunikasi dengan orang lain sehingga konselor tidak mengalami kesulitan dalam konselor dapat memberikan pelatihan keterampilan *self disclosure* agar siswa mampu memiliki keterbukaan diri dalam berhubungan dengan orang lain
4. Kompetensi konselor sangat diperlukan dalam memberikan konseling bagi anak yang mengalami kesulitan *self disclosure*.
5. Kompetensi konselor sangat diperlukan dalam memberikan konseling bagi anak yang mengalami kesulitan *self disclosure*.

DAFTAR PUSTAKA

- Altman, I. & Taylor, D.A. 1973. *Social penetration: The development or interpersonal relationship*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Alberti, R & Emons, M.2002. *Your Perfect Right*. Alih Bahasa: Budithjahya, G. U. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Barlund,D.C. 1975. *Public and privat self in Japan and the United States*. Tokyo: The simull Press.
- Baruth, L.B., dan Robinson, E.H. 1987. *An Introduction to the counseling proffesion*. Englewood Cliffs, New Jersy: Printice – Hall, Inc.
- Berry, J. & 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.
- Culbert,S.A. 1968. *The interpersonal proses of self disclosure : it takes two to see one*. New York: Renaissance Editons.
- Cunningham. D.Jhon . 1981. Self Disclosure Intimacy; Sex, Sex of Target,Cross – National and Generatinal Difference, *Society For Personality and Social Psychology*. Vol 7 No 2 Juni.
- Chelune, G.J. 1977. Nature and assesment of self disclosing behavior. *Advances In Pschlogical Asesment*. San Fransisco: Jossey-Bass.
- Chelune,GJ,Skiffngton,S. & Williams,C. 1981. Multidimensional Analysis of Observers' Perception of Self Diclosing Behavior". *Journal of Personality and Social Psychology*.Vol 44.
- Derlega, V.J. & Berg,J.H. 1987. *Self Disclosure* . London : Plenum Press.
- Graham, S. Dan Long, A. 1986, Race, class and the attributional process. *Journal of Educational Pschology*.
- Hackney, Harold and Cormier L.S.1979. *Counseling Strategies and Objectives (2nd Edition)*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Jourad. S,M. 1964. *The Transprarent Self*. New York : Van Nostrand Reinhold Company.

- Jourard,S. M. 1971. *Self Disclosure; An Experimental Analysis of the Transparent Self*. New York: Publishing Company Huntington.
- Johnson,W. David. 1990. *Reaching Out; Interpersonal Effectivenss and Self Actualization*. Printice Internasionalin Jersey.
- Magnis,S.F.1985. *Etika Jawa: Sebuah Analilsa Falsafah tentang Kebijakanaksanaan Hidup Jawa*. (Edisi kedua). Jakarta: Gramedia.
- Miyer, E. 1992. Wellnes, Prevension, Development ; The Cormestnone of The Proessin. *Journal Of Counseling and Development*.
- Nugroho. 2007.*Antara Budaya Jepang dan Indonesia*. Online: [http: /wordpress.com](http://wordpress.com). antara budaya jepang indonesia. Diakses, 30-1-2008
- Pitrofesa, J.J., Hoffman, A., Spelete, dan Pinto, D.V. 1978. *Counseling: Theory, Research, and Practice*. Chicago: Rand McNally College Publishing Company.
- Pederson, P.B.; Draguns, J.G.; Lonner, W.J. & Trimble, J.E. (Eds) 2002. *Counseling across Culteres* (5th ed.). Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Prawitasari, J.E.1994. *Handout Pskoterapi II*. Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada.
- Rogers,C.R. 1967. *On Becoming a Person*. London : Constable
- Rosjidan. 2000. *Bimbingan dalam Masyarakat Indonesia yang Berubah* (Makalah tidak diterbitkan). Malang: PPB FIB UM.
- Splinder, L. 1975. *Culture Change*. Dubuque: W.C.B.
- Steven Jay Lynn, P. John Garske . 1985. *Contemporary Pschotherapies: Models and Methods*. Ohio: Bell & Howell Company.
- Shertzer, Bruce, Stone, Shelly. 1980. *Fundamental Of Guidance*. Boston: Houghtun Mifflin Company.
- Sue,D.W & Sue,D.1990. *Counseling the Cultually Different: Theory and Practice*. New York: John Wiley & Sons.
- Suseno, F.M. & Reksosusilo, S. 1983. *Etika Jawa dalam Tantangan*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sery D.I,Y., 2004. Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dan Self Disclosure Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Tesis*. Tidak diterbitkan.Malang. PPS UM

Tarigan. 2006. *Dinamika Budaya Karo*. Online: <http://www.kebudayaan.karo.html>. Diakses 30-1-2008.