PENGARUH KETERBUKAAN DIRI TERHADAP KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI SISWA SMP N 8 BUKITTINGGI

Sherly Fransiati[1], Dodi Pasila Putra[2], M. Arif[3], Sri Hartati[4]

[1,2,3,4]*Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi*
E-mail : sherlyfransiati8@gmail.com[1], dodipasilaputra@uinbukittinggi.ac.id[2], arif@uinbukittinggi.ac.id[3], srihartati@uinbukittinggi.ac.id[4]

ABSTRAK

Munculnya berbagai permasalahan komunikasi antar pribadi siswa, seperti kecenderungan membatasi diri saat berkomunikasi, ketakutan rahasianya diceritakan kepada teman lain, rasa cemas akan cemoohan atau tertawaan, keraguan dalam berkomunikasi karena kurangnya rasa aman, perbedaan frekuensi komunikasi dengan teman sebaya, rendahnya kepercayaan diri sehingga sulit mempertahankan percakapan, kebiasaan saling mengejek, kurangnya timbal balik cerita dari teman, perasaan tidak nyambung saat berkomunikasi, serta kurangnya kepedulian dan respon dari teman. Kondisi tersebut menunjukkan rendahnya kualitas komunikasi antarpribadi yang diduga berkaitan dengan tingkat keterbukaan diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterbukaan diri siswa dan komunikasi antar pribadi siswa kelas VII SMPN 8 Bukittinggi serta menganalisis pengaruh keterbukaan diri terhadap komunikasi antarpribadi siswa kelas VII SMPN 8 Bukittinggi. Keterbukaan diri ini berperan penting dalam komunikasi antar pribadi menjadi lebih efektif, saling memahami, serta menciptakan hubungan social yang harmonis di lingkungan sekolah.Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan Analisis regresi sederhana. Populasi pada penelitian ini berjumlah 138, dengan sampel penelitian nya 102 orang siswa di kelas VII, Dengan teknik pengambilan sampel *Propotional Random Sampling.* Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan angket, untuk mengetahui ketetapan instrument di uji validitas dan uji relibialitas. Sedangkan teknik analisis datanya menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji kolerasi, uji determinasi dan uji regresi sederhana, dengan bantuan program SPSS 26. Berdasarkan hasil penelitian, tingkat keterbukaan diri dengan komunikasi abtar pribadi siswa sebesar 0,329 dengan arah korelasi positif, yang berarti bahwa antara tingkat keterbukaan diri dengan tingkat komunikasi antar pribadi siswa memiliki hubungan yang signifikan. Sedangkan nilai koefiensi determinasi sebesar 0,108, maka dapat disimpulkan bahwa variabel keterbukaan diri (variabek X) memiliki kontribusi pengaruh terhadap variabel komunikasi antar pribadi (variabel Y) sebesar 10,8%. Sedangkan sisanya sebesar 89,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak di lakukan penelitian. Dengan demikian, keterbukaan diri memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan efektivitas komunikasi antar pribadi siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterbukaan diri siswa, maka semakin baik pula komunikasi antarpribadi yang terbangun dalam hubungan pertemanan mereka. Dengan demikian, peningkatan keterbukaan diri dapat menjadi salah satu strategi untuk memperbaiki kualitas interaksi sosial siswa di sekolah.

Kata Kunci : *Keterbukaan Diri, Komunikasi Antar Pribadi, Siswa.*

ABSTRACT

The emergence of various interpersonal communication problems in students, such as the tendency to limit themselves when communicating, fear of their secrets being told to other friends, anxiety about being ridiculed or laughed at, hesitation in communicating due to a lack of security, differences in communication frequency with peers, low self-confidence making it difficult to maintain conversations, the habit of teasing each other, lack of reciprocal stories from friends, feelings of disconnection when communicating, and lack of concern and response from friends. These conditions indicate a low quality of interpersonal communication which is thought to be related to the level of student self-disclosure. This study aims to determine the level of student self-disclosure and interpersonal communication of class VII students of SMPN 8 Bukittinggi and to analyze the effect of self-disclosure on interpersonal communication of class VII students of SMPN 8 Bukittinggi. This self-disclosure plays an important role in interpersonal communication becoming more effective, mutual understanding, and creating harmonious social relationships in the school environment. The research method used is quantitative research, using simple regression analysis. The population in this study amounted to 138, with a sample of 102 students in class VII, with a proportional random sampling technique. The data collection technique used a questionnaire to determine the validity and reliability of the instrument. Data analysis techniques used normality, linearity, correlation, determination, and simple regression tests, using SPSS 26. Based on the research results, the level of self-disclosure and interpersonal communication between students was 0.329 with a positive correlation, indicating a significant relationship between self-disclosure and interpersonal communication. The coefficient of determination was 0.108, indicating that self-disclosure (variable X) contributed 10.8% to interpersonal communication (variable Y). The remaining 89.2% was influenced by other factors not studied. Therefore, self-disclosure plays a significant role in improving the effectiveness of interpersonal communication among students. This finding indicates that the higher a student's self-disclosure, the better the interpersonal communication within their friendships. Therefore, increasing self-disclosure can be a strategy to improve the quality of students' social interactions at school**.**

Keywords : *Self-Disclosure, Interpersonal Communication, Students.*

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa membutuhkan orang lain melalui komunikasi dan interaksi sehari-hari, di mana penerimaan atau penolakan dari orang lain ditentukan oleh cara individu mengungkapkan diri di masyarakat dan sekolah. [1] Menurut Undang-Undang No 20 Tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Sekolah menyelenggarakan kegiatan belajar mengajar dengan bimbingan guru sebagai tenaga pendidik profesional yang mendidik, mengajar, membimbing, mencerdaskan, dan menjadi teladan bagi siswa untuk mengubah perilaku buruk menjadi lebih baik, termasuk melalui guru bimbingan dan konseling. Bimbingan konseling memberikan bantuan kepada peserta didik individu/kelompok agar mandiri dan berkembang optimal, sangat diperlukan di sekolah karena setiap siswa memiliki masalah pribadi atau belajar yang berbeda; sesuai PP No. 28 dan 29 tahun 1990 serta PP No. 72 tahun 1991, bimbingan merupakan bantuan untuk menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan.[2]

Bimbingan konseling di sekolah berperan penting mengembangkan komunikasi antar pribadi siswa untuk memperbaiki hubungan sosial dan menciptakan lingkungan belajar harmonis, di mana keterbukaan diri (self-disclosure) menjadi faktor sentral dalam menjalin kepercayaan, kedekatan emosional, dan pemahaman timbal balik. [3] Teori Social Penetration Theory (SPT) oleh Irwin Altman dan Dalmas Taylor menjelaskan proses ini, di mana keterbukaan diri menunjukkan kepercayaan dan semakin dalam tingkatnya semakin erat hubungan, dipengaruhi respons timbal balik, risiko pengungkapan, serta konteks, meski dihambat rasa takut penolakan, pengalaman masa lalu, dan budaya. Indikator keterbukaan diri dalam SPT mencakup breadth (luasnya topik), depth (kedalaman informasi), duration (lamanya waktu), frequency (seberapa sering), valence (nilai positif/negatif informasi), serta reciprocity (timbal balik); sementara indikator komunikasi antarpribadi meliputi tingkat pengungkapan diri, kedalaman interaksi emosional (pertukaran emosi, nilai, pengalaman), keluasan topik, responsivitas dan empati, kepercayaan, serta komitmen relasional melalui interaksi konsisten dan saling mendukung.[4]

Keterbukaan diri atau self disclosure merupakan kemampuan seseorang mengungkapkan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain, sehingga individu merasa dihargai, diperhatikan, dan dipercaya, menjadikan hubungan komunikasi semakin akrab; didefinisikan sebagai pemberian informasi tentang diri sendiri yang berguna agar informasi diperlukan diketahui jelas untuk interaksi dan komunikasi antar keduanya berjalan baik. [5] Sikap terbuka, percaya, dukungan

[1] Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78* (Jakarta: Sekretariat Negara, 2003).

[2] Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 28 Tahun, "Tentang Pendidikan Dasar," 1990.

[3] I. Altman and D. A. Taylor, *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships* (New York: Holt, Rinehart & Winston, 1973).

[4] Altman and Taylor:8-25.

[5] Joseph A. DeVito, *The Interpersonal Communication Book, 14th Ed* (Boston: Pearson, 2016):52-54.

mendorong saling memahami, menghargai, dan mengembangkan kualitas sehingga komunikasi antarpribadi efektif; pengungkapan diri bersifat norma timbal balik, di mana komunikasi verbal dibalas dengan informasi verbal akrab, memberikan informasi akurat untuk perencanaan hidup dan pengambilan keputusan tepat. Menurut Altman dan Taylor dalam Social Penetration Theory (SPT), keterbukaan diri adalah proses bertahap mengungkapkan informasi pribadi, pikiran, perasaan, dan pengalaman kepada orang lain sebagai upaya membangun dan memperdalam hubungan interpersonal, dilihat sebagai inti perkembangan hubungan antar pribadi siswa.[6]

Keterbukaan diri berperan mengurangi kesalahpahaman, meningkatkan empati, dan mempermudah penyelesaian konflik di sekolah, berpengaruh pada keterampilan komunikasi antar pribadi agar hubungan berjalan baik, harmonis dengan informasi signifikan termasuk hubungan siswa.[7] Devito menyatakan keterbukaan diri secara perlahan membuat individu lain memahami sehingga mendorong keberanian membuka diri, meningkatkan efektivitas komunikasi dan arti hubungan antar pribadi. [8] Solihin mendefinisikan komunikasi sebagai proses penyampaian pernyataan oleh seseorang kepada orang lain sebagai kemampuan khusus manusia melalui bahasa dan pembicaraan untuk mengungkapkan pikiran, [9] Richard L. Wiseman menyebutnya proses pertukaran pesan dan penciptaan makna di mana komunikasi efektif jika komunikan menafsirkan pesan sama dengan komunikator.[10] Komunikasi penting bagi manusia untuk menjalin interaksi dan pola hubungan sosial baik, seperti pertemanan di sekolah dari SD hingga SMA pada masa remaja sebagai transisi kanak-kanak ke dewasa dengan perubahan fisik dan psikis menyebabkan krisis perilaku menyimpang serta ketidakcocokan pertemanan akibat kurang komunikasi antar pribadi; interpersonal merupakan proses komunikasi tatap muka antara dua orang atau lebih.[11] Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia dan merupakan salah satu syarat penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Untuk menyesuikan diri dengan lingkungan maka di butuhkan lah komunkasi antar pribadi.

Lawrence dan Rogers mengatakan demikian “komunikasi antar pribadi ditandai oleh adanya tindakan pengungkapan oleh seorang pengamat secara sadar ataupun tidak terhadap tindakan yang dilakukan oleh pihak lain, dan kemudian melakukan kembali bahwa tindakan yang pertama sudah diamati oleh pihak lain. Kesadaran akan pengamatan merupakan kejadian yang mengisyaratkan terciptanya jalinan antar-pribadi.[12]

Berdasarkan pendapat di atas, maka komunikasi antar pribadi sesungguhnya baru akan tercipta kalau terdapat kesadaran dari dua pihak untuk mengamati keadaan masing-masing pihak

[6] Altman and Taylor, *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships*:35.

[7] Tine Agustin Wulandari, “Memahami Pengembangan Hubungan Antar Pribadi Melalui Teori Penetrasi Sosial,” *Jurnal Bidang Humaniora* 11, no. 1 (2013):108.

[8] Amir Mukmin Solihin, “Skripsi. Etika Komunikasi Lisan Menurut AlQuran: Kajian Tafsir Tematik. Jakarta” (2011).

[9] Ali Nurdin et al., *Pengantar Ilmu Komunikasi: Buku Perkuliahan Program S-1 Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya* (Sidoarjo: CV Mitra Media Nusantara, 2013):6-7.

[10] Sarlito W Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001):51.

[11] Nisa Ullya et al., “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Terhadap Kemampuan Hubungan Interpersonal Di Panti Asuhan Al-Ghasyiyah Bathin Solapan Duri Riau,” *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia* 1, no. 02 (2023): 99–112.

[12] Lawrence and Rogers, *Pengertian Komunikasi* (Jakarta: Alfabeta, 1981):47.

dan memberikan respon atas keadaan tersebut sebagaimana sifat komunikasi, maka hubungan yang terjadi ditandai dengan adanya sikap saling memperhatikan, saling memahami, penuh pengertian dan keakraban.

Komunikasi antar pribadi dibutuhkan dan seharusnya terjalin dengan baik di dalam pertemanan untuk menciptakan hubungan yang baik, dari segi merubah sikap, pandangan atau perilaku satu sama lain. komunikasi antar pribadi berguna agar mendapatkan kan saran dan masukan dari individu lain, untuk merubah sikap yang tidak sesuai di dalam pertemanan. Hanya saja komunikasi antar pribadi yang efektif tersebut dapat terjalin apabila di dukung oleh adanya keterbukaan diri dan rasa saling percaya di dalam pertemanan.

Siswa dalam berinteraksi sehari-hari akan sangat membutuhkan komunikasi antar pribadi dengan teman nya atau guru karena manfaat komunikasi antar pribadi yang dilakukan antara siswa dengan teman atau gurunya adalah bisa saling terbuka untuk mencapai kesepakatan bersama sehingga terjalin suatu hubungan yang harmonis. Kurangnya komunikasi yang intensif juga merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam membangun hubungan interaksi. Dalam teori *Social Penetration Theory* menekankan bahwa komunikasi berkembang melalui proses keterbukaan diri yang mencakup berkomunikasi terbuka, empati, dan responsive yang menjadi alasan komunikasi antar pribadi. Dalam komunikasi antar pribadi salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi antar pribadi adalah keterbukaan diri.[13]

Di dalam ayat al-Quran, dinyatakan bahwa komunikasi merupakan salah satu fitrah manusia. Namun, al-Quran tidak memberikan uraian secara spesifik tentang komunikasi. Kata komunikasi berasal dari bahasa Latin *"communication"* dan bersumber dari kata cummunis yang berarti sama, maksudnya sama makna. Artinya, suatu komunikasi dikatakan komunikatif jika antara masing-masing pihak mengerti bahasa yang digunakan, dan paham terhadap apa yang dipercakapkan. Sebagaimana dimaklumi, bahwa dalam proses komunikasi paling tidak terdapat tiga unsur, yaitu komunikator, media dan komunikan. Para pakar komunikasi juga menjelaskan bahwa komunikasi tidak hanya bersifat informatif, yakni agar orang lain mengerti dan paham, tetapi juga persuasif, yaitu agar orang lain mau menerima ajaran atau informasi yang disampaikan, melakukan kegiatan atau perbuatan, dan lain-lain. Bahkan menurut Hovland, seperti yang dikutip oleh Onong bahwa berkomunikasi bukan hanya terkait dengan penyampaian informasi, akan tetapi juga bertujuan pembentukan pendapat umum (*public opinion*) dan sikap publik (*public attitude*).[14] Meskipun al-Quran secara spesifik tidak membicarakan masalah komunikasi, namun ada banyak ayat yang memberikan gambaran umum prinsip prinsip komunikasi. Dalam komunikasi antar pribadi salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi antar pribadi adalah keterbukaan diri. Keterbukaan diri dalam ilmu psikologi adalah reaksi atau tanggapan seseorang ketika menerima informasi dari orang lain, serta bersedia membagikan perasaan dan informasi tentang diri, baik bersifat deskriptif maupun evaluatif.

Keterbukaan diri dalam perspektif islam telah tertuang dalam Al-Qur'an surah Az-Zumar ayat 18:

الَّذِيْنَ يَسْتَمِعُوْنَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُوْنَ اَحْسَنَهٗۗ اُولٰۤىِٕكَ الَّذِيْنَ هَدٰىهُمُ اللّٰهُ وَاُولٰۤىِٕكَ هُمْ اُولُوا الْاَلْبَابِ ١٨

[13] Altman and Taylor, *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships*:10-11.

[14] Onong Uchjana Effendy, *Ilmu Komunikasi: Teori Dan Praktek* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2003):10.

Artinya: Yang mendengarkan Perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. mereka Itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka Itulah orang-orang yang mempunyai akal. (Az-Zumar:18). Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah telah memberi petunjuk bagi hamba-Nya yang selalu mendengarkan pendapat dan perkataan dari orang lain yang kemudian akan mengikuti apa yang paling baik diantara perkataan dan pendapat. Dengan memiliki sikap keterbukaan diri, manusia akan lebih mudah untuk mendengarkan dan menerima pendapat dari orang lain. Di dalam perspektif komunikasi antarpribadi, pada keterangan ayat tersebut terdapat proses berfikir dengan menggunakan persepsi. Persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Menurut al-Marāghī persepsi manusia tentang hal di atas tadi adalah persepsi yang salah sebab pemberian nikmat terhadap seseorang di dunia pada hakikatnya tidak menunjukkan bahwa ia berhak sepenuhnya atas hal itu.

Melalui observasi awal pada tanggal 6 Agustus 2025 yang telah dilakukan terhadap siswa kelas VII di SMP N 8 Bukittinggi, dilihat bahwa **keterbukaan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap komunikasi antar pribadi siswa**. Siswa yang memiliki tingkat keterbukaan diri tinggi cenderung menunjukkan kemampuan komunikasi yang lebih baik. Mereka mampu mengungkapkan pikiran, perasaan, serta pengalaman pribadi dengan jujur dan terbuka kepada teman sebaya maupun guru. Sebaliknya, siswa dengan tingkat keterbukaan diri rendah cenderung mengalami hambatan dalam berkomunikasi. Berdasarkan indikator *Social Penetration Theory*, terdapat beberapa masalah yang muncul dalam keterbukaan diri siswa kelas VII. Dari aspek ***breadth***, siswa cenderung membatasi topik pembicaraan karena takut informasi pribadinya disebarkan atau ditertawakan oleh teman lain. Dari aspek ***depth***, siswa tampak ragu untuk mengungkapkan informasi yang lebih mendalam karena kurangnya rasa aman terhadap lingkungan pertemanan. Pada aspek ***duration***, rendahnya kepercayaan diri menyebabkan siswa kesulitan mempertahankan percakapan dalam waktu yang lama. Selanjutnya, pada aspek ***frequency***, ketidaksesuaian frekuensi komunikasi atau rasa "tidak nyambung" membuat siswa enggan membuka diri atau berinteraksi lebih jauh. Dari aspek ***valence***, masih terlihat adanya budaya ejek-mengejek yang menyebabkan siswa takut menanggung dampak negatif dari keterbukaan diri. Terakhir, pada aspek ***reciprocity***, siswa enggan untuk berbagi karena khawatir rahasia mereka terbongkar atau tidak dijaga dengan baik oleh teman-temannya.

Sejalan dengan indikator komunikasi antarpribadi dalam SPT, beberapa masalah juga tampak dalam interaksi siswa. Pada indikator **tingkat pengungkapan diri**, siswa sulit terbuka karena takut di-bully, sehingga hubungan pertemanan hanya sampai tahap perkenalan. Pada **kedalaman interaksi emosional**, siswa hanya menceritakan hal-hal ringan, misalnya nilai jelek atau pertengkaran, tanpa berani masuk pada perasaan atau pengalaman yang lebih pribadi. Dari sisi **keluasan topik**, siswa sering merasa tidak nyambung atau kurang nyaman sehingga pembicaraan hanya terbatas pada tugas kelompok. Dalam indikator **responsivitas dan empati,** siswa menunjukkan kurangnya kepedulian, tidak memberikan tanggapan yang baik, bahkan mengejek ketika temannya berbagi cerita. Pada aspek **kepercayaan**, siswa masih takut rahasianya disebarkan sehingga menghambat perkembangan hubungan yang lebih mendalam. Terakhir, pada indikator **komitmen relasional**, hubungan sulit dipertahankan karena siswa tidak menunjukkan usaha untuk melanjutkan interaksi, terutama ketika mendapat respons yang kurang baik seperti sikap mudah marah atau tidak menghargai lawan bicara.

Akibatnya, interaksi sosial mereka menjadi terbatas dan komunikasi yang terjalin bersifat satu arah atau bahkan terputus. Oleh karena itu penulis melihat bagaimana pola hubungan komunikasi yang terjadi pada siswa siswi SMPN 8 Bukittinggi. Penelitian ini juga menunjukan bahwa sebagian besar subyek penelitian memiliki komunikasi antar pribadi yang tergolong sedang. Berdasarkan observasi yang telah di lakukan terindikasi siswa ragu ragu dalam memulai pembicaraan, siswa malu dalam mengemukakan pendapat, siswa lebih senang berkumpul sengan teman sebangkunya dari pada dengan teman yang lain, takut salah, takut menjadi bahan pembullyan, dan takut di cemooh.[15]

Dalam hal ini juga didapatkan data yang serupa berdasarkan hasil wawancara pada guru bimbingan dan konseling di SMPN 8 Bukittinggi menyatakan bahwa hubungannya siswa yang terjadi di sekolah itu bervariasi, khususnya kelas VII. Dikarenakan mereka baru mengenal satu sama di sekolah hubungan komunikasi yang terjadi antar siswa di sekolah sudah mulai cukup baik. Tetapi terindikasi siswa yang memang canggung atau malu saat menjalin komunikasi dengan teman dan guru di sekolah, belum memiliki rasa aman untuk mengungkapkan diri, kurangnya keaktifan di kelas, seringnya ejek-mengejek antar teman membuat siswa enggan berbicara dan lebih sering untuk menutup diri.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa kelas VII di SMPN 8 Bukittinggi yaitu menjelaskan bahwa pola hubungan komunikasi dengan teman kurang terbuka dan sulit untuk diajak berkomunikasi itu disebabkan karena mereka mengatakan masih malu malu dan baru kenal satu sama lain. Ketika diajak berkomunikasi pun jawabannyahanya terbatas dan singkat, namun pada saat-saat tertentu komunikasi terkadang normal. Saat proses pembelajaran dikelas siswa tidak pernah bertanya dan meberikan respon terhdap jawaban guru dan siswa menghindari pembicaraan dengan teman dikelas. Permasalahan ini banyak terjadi pada murid atau siswa pada masa remaja semua itu diawali dengan sulit nya siswa.[16]

Berdasarkan paparan diatas, rendahnya keterbukaan diri siswa, siswa kurang dalam berkomunikasi, saat proses pembelajaran dikelas siswa tidak pernah bertanya dan meberikan respon terhdap jawaban guru dan siswa menghindari pembicaraan dengan teman dikelas. Permasalahan ini banyak terjadi pada murid atau siswa pada masa remaja semua itu diawali dengan sulit nya siswa tersebut untuk membuka diri dan sulit dalam menjalin komunikasi antar pribadi karena itu sebagai guru Bimbingan dan Konseling hal ini menjadi tanggung jawab besar dimana bimbingan dan konseling adalah salah satu layanan pencegahan yang terjadi pada sekolah maupun diri interpersonal sangatlah berkaitan dengan bidang ilmu bimbingan dan konseling. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenail "Pengaruh Keterbukaan Diri Terhadap Komunikasi Antar pribadi siswa di SMPN 8 Bukittinggi".

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan Analisis regresi sederhana. Populasi pada penelitian ini berjumlah 138, dengan sampel penelitian nya 102 orang siswa di kelas VII, Dengan teknik pengambilan sampel *Propotional Random*

[15] "Observasi Awal Tanggal 6 Agustus 2025, Di SMPN 8 Bukittinggi," n.d.
[16] "Observasi Awal Tanggal 6 Agustus 2025, Di SMPN 8 Bukittinggi."

Sampling. Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan angket, untuk mengetahui ketetapan instrument di uji validitas dan uji relibialitas. Sedangkan teknik analisis datanya menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji kolerasi, uji determinasi dan uji regresi sederhana, dengan bantuan program SPSS 26

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Tabel 1. Skor Data Empirik Variabel Penelitian Statistik

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Keterbukaan diri	102	69	64	133	10147	99.48	14.224	202.311
Komunikasi antar pribadi	102	54	56	110	8753	85.81	8.423	70.945
Valid N (listwise)	102							

Dari tabel tersebut, diketahui bahwa skor data empirik variabel Keterbukaan Diri memiliki Mean 99,48, Std. Deviasi 14,224, Variance 202,311, Range 69, Minimum 64, Maximum 133, dan Sum 10147. Sementara itu, skor data empirik Komunikasi Antar Pribadi menunjukkan Mean 85,81, Std. Deviasi 8,423, Variance 70,947, Range 54, Minimum 56, Maximum 110, serta Sum 8753.

Keterbukaan Diri



Gambar 1. Grafik Keterbukaan Diri

Berdasarkan grafik di atas, diidentifikasi bahwa 30% siswa kelas VII memiliki tingkat keterbukaan diri sangat tinggi, 55% tingkat tinggi, 13% tingkat sedang, dan 0% tingkat rendah, sehingga tingkat keterbukaan diri siswa kelas VII didominasi kategori tinggi sebesar 55%. Temuan ini menunjukkan lebih dari setengah responden cenderung mengungkapkan informasi pribadi, pikiran, serta perasaan secara terbuka dalam interaksi sosial, mencerminkan pola komunikasi antar pribadi positif dengan kepercayaan baik seperti pada indikator Breadth (luasnya topik dibahas, item no. 3 tentang nyaman menceritakan berbagai hal termasuk di luar pelajaran kepada teman sekolah), serta lingkungan sosial yang mendukung keterbukaan diri.

Omunkikasi Antar Pribadi



Gambar 2. Grafik Komunikasi Antar Pribadi

Berdasarkan grafik di atas, diidentifikasi bahwa 0,9% siswa kelas VII memiliki tingkat komunikasi antar pribadi sangat tinggi, 53% tingkat tinggi, 44% tingkat sedang, dan 0,9% tingkat rendah, sehingga tingkat komunikasi antar pribadi siswa kelas VII didominasi kategori tinggi sebesar 53%. Persentase ini menunjukkan lebih dari separuh responden memiliki kemampuan baik dalam menjalin interaksi dua arah, membangun hubungan interpersonal efektif, serta menyampaikan dan menerima pesan secara jelas, terlihat dari tingginya indikator komitmen rasional pada item no. 26 tentang menjaga kesediaan dan memperdalam hubungan dengan teman, yang mencerminkan kemampuan mendengarkan baik, kepekaan terhadap perasaan orang lain, serta keterampilan menyampaikan pendapat tanpa menimbulkan konflik.

B. Teknik Analisis Data

1. Analisis Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Tabel 2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		102
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.09208626
Most Extreme Differences	Absolute	.107
	Positive	.069
	Negative	-.107
Test Statistic		.107
Asymp. Sig. (2-tailed)		.006[c]

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.

Dari paparan tabel diatas dapat dilihat nilai sig > 0, 05 yaitu 0, 06 berdasarkan pengambilan keputusan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov data yang peneliti peroleh dari 102

sampel berdistribusi normal. Jadi dapat disimpulkan data yang peneliti peroleh telah memenuhi syarat dan berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Tabel 3. Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
VY * VX	Between Groups	(Combined)	3471.426	41	84.669	1.477	.083
		Linearity	742.085	1	742.085	12.946	.001
		Deviation from Linearity	2729.341	40	68.234	1.190	.267
	Within Groups		3439.250	60	57.321		
	Total		6910.676	101			

Dari tabel diatas diketahui bahwa nilai sig > 0,05 yaitu 0.267 berdasarkan pengambilan keputusan maka antara variabel X (keterbukaan diri) dengan variabel Y (komunikasi antar pribadi) mempunyai hubungan yang linear.

2. Uji Hipotesis

a. Uji Kolerasi

Tabel 4. Uji Kolerasi

Correlations

		keterbukaan diri	komunikasi antar pribaddi
keterbukaan diri	Pearson Correlation	1	.329**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	102	102
komunikasi antar pribaddi	Pearson Correlation	.329**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	102	102

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan table diatas, ternyata di peroleh nilai koefiensi sebesar 0,329 artinya keterbukan diri (variael X) mempunyai hubungan yang **rendah** terhadap komunikasi antar pribadi (variable Y).

b. **Uji Determinan (Uji R SQUARE)**

Tabel 5. Hasil Analisi Koefiensi Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.329[a]	.108	.099	7.942

a. Predictors: (Constant), keterbukaan diri

Berdasarkan table diatas, nilai R sebesar 0,329 yang berarti korelasi antara tingkat keterbukaan diri dengan komunikasi abtar pribadi siswa sebesar 0,329 dengan arah korelasi positif, yang berarti bahwa antara tingkat keterbukaan diri dengan tingkat komunikasi antar pribadi siswa memiliki hubungan yang signifikan. Sedangkan nilai koefiensi determinasi (r square) sebesar 0,108, maka dapat disimpulkan bahwa variabel keterbukaan diri (variabek X) memiliki kontribusi pengaruh terhadap variabel komunikasi antar pribadi (variabel Y) sebesar 10,8%. Sedangkan sisanya sebesar 89,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak di lakukan penelitian.

c. Uji Regresi Sederhana

Tabel 6. Uji Regresi Sederhana

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	66.658	5.576		11.955	.000
	keterbukaan diri	.193	.056	.329	3.482	.001

a. Dependent Variable: komunikasi antar pribaddi

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel diatas koefisien regresi sederhana, nilai signifikan asymtotik beradda pada 0.001 dimana (0,001<0,05). Maka disimpulkan bahwa adanya pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. berdasarkan kolom Unstandardized Coefficient dengan isi sub-kolom B yang memperlihatkan constanta a dan besaran nilai B. kedua koefisien tersebut selanjutnya dijumlahkan dengan rumus persamaan regresi sebagai berikut :

$$Y=(a+bX)\ Y=(66.658+0.193\ X)$$

Konstanta sebesar 66.658 yang artinya jika nilai 0 maka Keterbukaan diri nilainya sebesar 66.658, Komunikasi antar pribadi mengalami kenaikan satu satuan maka motivasi belajar akan meningkat sebesar 0,193 pada konstanta 66.658.

Berdasarkan Tabel diat termynta diperoleh nilai t.hitung > t.tabel (3.482 > 1,685) dari nilai signifikan 0,001 < 0,05, maka dapat disimpulkan HI diterima. Variabel Keterbukaan Diri (X) secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap Komunikasi antar pribadi (Y)

Pembahasan

Pengaruh tersebut di buktikan dengan hasil nilai di peroleh nilai koefiensi determinasi sebesar 0,108, maka dapat disimpulkan bahwa variabel keterbukaan diri (variabek X) memiliki **kontribusi pengaruh** terhadap variabel komunikasi antar pribadi (variabel Y) sebesar 10,8%. Sedangkan sisanya sebesar 89,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak di lakukan penelitian. Serta di buktikan dari hasil kolerasi dimana keterbukaan diri dan komunikasi antar pribadi ini memiliki hubungan sebesar 0,329 yang di tafsirkan **Rendah.**

Ada beberapa faktor yang membuat keterbukaan diri siswa berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah; Altman & Taylor menyatakan bahwa keterbukaan diri dipengaruhi ketepatan menyampaikan informasi, motivasi, waktu tepat, keintensifan dengan lawan bicara, serta kedalaman dan keluasan mengungkap informasi diri. Hasil perhitungan persentase tingkat keterbukaan diri dari nilai rata-rata peraspek menunjukkan faktor paling mempengaruhi adalah timbal balik keterbukaan yang memengaruhi kedekatan dengan lawan bicara, dengan nilai rata-rata 0,267, sehingga keterbukaan diri siswa dipengaruhi kedekatan hubungan komunikasi antar pribadi dengan teman. Kedalaman keterbukaan tergantung situasi dan orang diajak interaksi; interaksi menyenangkan membangkitkan semangat memungkinkan buka diri besar, hubungan dekat mendorong keterbukaan, sementara kurang percaya menyebabkan penutupan diri, dan keintensifan bergantung pada lawan bicara seperti teman dekat, orang tua, teman biasa, atau orang baru kenal yang semuanya memengaruhi pengungkapan diri.

Setiap penambahan 1% nilai keterbukaan diri sebagai Variabel X maka Komunikasi antar pribadi pada siswa sebagai variabel Y akan meingkat sebesar 65.779 dan jika terdapat pengurangan 1% nilai Keterbukaan diri sebagai variabel X maka Komunikasi antar pribadi sebagai variabel Y akan menurun sebesar 65.779. Berdasarkan nilai t hitung (3,616) dan nilai t tabel (1,685) pada taraf signifikan 5%.

Tingkat komunikasi antar pribadi dipengaruhi beberapa faktor; DeVito menyatakan bahwa keterbukaan diri seseorang dipengaruhi aspek keterbukaan diri, empati saat berkomunikasi, dukungan pada lawan bicara, sikap positif, kesamaan dengan lawan bicara, serta yakin dan siap menyampaikan informasi. Komunikasi antar pribadi siswa di sekolah sangat penting membangun hubungan positif, mendukung proses belajar, dan interaksi di lingkungan sekolah. Komunikasi antarpribadi merupakan proses bertahap di mana seseorang membuka diri untuk membangun keakraban dan keintiman, dengan keberhasilan sangat tergantung tingkat keterbukaan, kepercayaan, serta timbal balik antar pihak berinteraksi.

Di dalam penelitian ini di dapat hasil tingkat keterbukaan diri pada kategori tinggi dengan persentase 55%. Dari data tersebut menunjukkan hasil yang baik dan tentunya harus di pertahankan dan di tingkatkan lagi. Selanjutnya hasil dari komunikasi antar pribadi berada pada kategori tinggi dengan persentase 53%. Walaupun banyak di kenal siswa yang duduk di kelas VII adalah masa-masa cenderung masih susah membuka diri dan susah berkomunikasi, namun disini siswa tersebut mampu dengan baik untuk menjalin keterbukaan diri dan komunikasi antar pribadi walaupun belum sepenuhnya.

Temuan ini memperkuat bahwa keterbukaan diri merupakan faktor penting membangun hubungan antar pribadi sehat dan efektif, membantu memperluas “area terbuka” diri yang diketahui sendiri dan orang lain; siswa dengan skor tinggi menunjukkan komunikasi aktif, terbuka, berani sampaikan pendapat tanpa takut, sementara skor rendah cenderung pasif, ragu,

enggan berpartisipasi percakapan atau kerja kelompok. Keterbukaan diri atau self-disclosure adalah proses sadar sukarela mengungkap informasi pribadi seperti pikiran, perasaan, pengalaman, nilai kepada orang lain yang sebelumnya tidak tahu, menjadi inti perkembangan hubungan antarpribadi di mana semakin terbuka semakin dalam hubungan, menunjukkan kepercayaan, penerimaan diri, serta kesediaan bangun hubungan intim bermakna. Dalam kehidupan sekolah, keterbukaan diri jadi modal penting siswa jalani komunikasi antarpribadi sehat, mudah sesuaikan diri dengan lingkungan sosial teman sebaya maupun guru.

Berdasarkan penjelasan di atas, disimpulkan bahwa keterbukaan diri berhubungan dengan komunikasi antar pribadi siswa karena self-disclosure merupakan aspek penting membangun komunikasi efektif; menurut teori penetrasi sosial Altman dan Taylor, hubungan berkembang bertahap dari dangkal hingga intim melalui keterbukaan mengungkap pikiran, perasaan, pengalaman, permasalahan kepada teman atau guru, menumbuhkan pemahaman, kepercayaan, hubungan erat, sementara rendahnya keterbukaan sebabkan jarak emosional hambat komunikasi hangat suportif, sehingga peran signifikan tingkatkan efektivitas komunikasi dan suasana positif harmonis di sekolah. Guru berperan penting bangun keterbukaan dan komunikasi sebagai teladan, komunikator utama; keterbukaan guru ciptakan interaksi hangat percaya, bantu siswa rasa diterima aman ungkap pendapat permasalahan, sejalan teori Altman-Taylor dorong lingkungan belajar positif kolaboratif dukung perkembangan sosial emosional. Dari perspektif Bimbingan Konseling (BK), hasil beri kontribusi layanan pribadi-sosial bantu perkembangan optimal; keterbukaan bagian perkembangan pribadi dibina agar siswa sesuaikan diri positif, guru BK rancang program tingkatkan keterbukaan seperti bimbingan klasikal pelatihan komunikasi, jadikan indikator keberhasilan layanan karena tingkatkan komunikatif siap hadapi situasi sosial matang bertanggung jawab.

KESIMPULAN

Di dalam penelitian ini di dapat hasil tingkat keterbukaan diri pada kategori tinggi dengan persentase 55%. Dari data tersebut menunjukkan hasil yang baik dan tentunya harus di pertahankan dan di tingkatkan lagi. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah individu dalam kelompok penelitian memiliki kecenderungan untuk mengungkapkan informasi pribadi, pikiran, serta perasaan mereka secara relatif terbuka dalam interaksi sosial. Dominasi kategori tinggi ini mengindikasikan adanya pola komunikasi antar pribadi yang positif, di mana mayoritas responden tampaknya merasa nyaman dan aman untuk berbagi aspek-aspek pribadi dengan orang lain. serta adanya lingkungan sosial yang mendukung proses keterbukaan diri.

Hasil dari penelitian ini tingkat komunikasi antar pribadi berada pada kategori tinggi dengan persentase 53%. Walaupun banyak di kenal siswa yang duduk di kelas VII adalah masa-masa cenderung masih susah membuka diri dan susah berkomunikasi, namun disini siswa tersebut mampu dengan baik untuk menjalin keterbukaan diri dan komunikasi antar pribadi walaupun belum sepenuhnya.

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah di lakukan terdapat pengaruh antara keterbukaan diri dengan komunikasi antar pribadi. Pengaruh tersebut di buktikan dengan hasil nilai di peroleh nilai koefiensi determinasi sebesar 0,108, maka dapat disimpulkan bahwa variabel keterbukaan diri (variabek X) memiliki **kontribusi pengaruh** terhadap variabel komunikasi antar

pribadi (variabel Y) sebesar 10,8%. Sedangkan sisanya sebesar 89,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak di lakukan penelitian. Serta di buktikan dari hasil kolerasi dimana keterbukaan diri dan komunikasi antar pribadi ini memiliki hubungan sebesar 0,329 yang di tafsirkan **Rendah**.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin Wulandari, Tine. 2013. "Memahami Pengembangan Hubungan Antar Pribadi Melalui Teori Penetrasi Sosial." Jurnal Bidang Humaniora 11(1): 108.

Ali Nurdin dkk. 2013. Pengantar Ilmu Komunikasi: Buku Perkuliahan Program S-1 Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. Sidoarjo: CV Mitra Media Nusantara.

Altman, I., dan D. A. Taylor. 1973. Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Altman, I., dan D. A. Taylor. 1973. Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships. New York: Holt, Rinehart & Winston, hlm. 8-25, 35, 10-11.

Amir Mukmin Solihin. 2011. "Skripsi. Etika Komunikasi Lisan Menurut AlQuran: Kajian Tafsir Tematik. Jakarta."

DeVito, Joseph A. 2016. The Interpersonal Communication Book. Edisi ke-14. Boston: Pearson, hlm. 52-54.

Effendy, Onong Uchjana. 2003. Ilmu Komunikasi: Teori Dan Praktek. Bandung: Remaja Rosda Karya, hlm. 10.

Lawrence dan Rogers. 1981. Pengertian Komunikasi. Jakarta: Alfabeta, hlm. 47.

Nisa Ullya dkk. 2023. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Terhadap Kemampuan Hubungan Interpersonal Di Panti Asuhan Al-Ghasyiyah Bathin Solapan Duri Riau." Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia 1(02): 99–112.

Observasi Awal Tanggal 6 Agustus 2025, Di SMPN 8 Bukittinggi. t.t.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 28 Tahun 1990. "Tentang Pendidikan Dasar."

Sarlito W. Sarwono. 2001. Psikologi Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada, hlm. 51.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78. Jakarta: Sekretariat Negara