

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan berperan penting dalam membentuk perkembangan individu. Secara umum, pendidikan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan menyiapkan individu melalui penguasaan pengetahuan, pengembangan keterampilan, serta pembentukan nilai dan sikap yang diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat. Di dunia yang terus berkembang, pendidikan adalah alat penting untuk mengatasi tantangan dan mempersiapkan masa depan. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional, pada Bab 1 Pasal 1 ayat (1), dijelaskan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terstruktur untuk menciptakan lingkungan serta proses pembelajaran yang mendorong keaktifan siswa dalam mengoptimalkan bakat mereka. Bakat ini meliputi aspek spiritual dan religius, pengendalian diri, karakter, intelektualitas, moralitas yang baik, serta berbagai kompetensi yang esensial untuk individu, komunitas, bangsa, dan negara.

Penyelenggaraan pendidikan tidak terlepas dari peran sekolah sebagai wadah utama dalam melaksanakan proses belajar mengajar. Uzher Usman (dalam Simanjorang & Naibaho, 2023) menjelaskan Proses belajar-mengajar mencakup berbagai kegiatan yang dilakukan oleh guru dan siswa dalam interaksi dua arah. Kegiatan tersebut berlangsung dalam suasana pendidikan guna mencapai tujuan tertentu.

Pada rentang usia 15-18 tahun adalah fase remaja dimana usia ini merupakan usia anak memasuki sekolah menengah atas, Masa remaja menempati fase yang signifikan dalam siklus kehidupan manusia, karena pada tahap ini terjadi transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Periode tersebut ditandai oleh berbagai perubahan yang mencakup aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional pada individu (Santrock, 2007). Berdasarkan pendapat itu, pada usia tersebut akan terjalin interaksi, antara individu dan teman sebaya selama berada di lingkungan sekolah.

Pada fase ini individu secara bertahap dan alami dibimbing untuk mengurangi ketergantungan terhadap pihak lain, khususnya orang tua dan masa remaja merupakan suatu tahap perkembangan manusia. Masa remaja merupakan fase dimana siswa masih dalam tahapan pengenalan diri. Pada tahap pengenalan diri Salah satu aspek perubahan yang umum dialami oleh remaja adalah berkaitan dengan hubungan sosial mereka. Pada fase ini, remaja seringkali menjalani proses eksplorasi identitas yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial di sekitar mereka. Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat penting di mana proses sosialisasi ini berlangsung. Di sini, para remaja memiliki kesempatan untuk menjalin interaksi dan komunikasi yang berkelanjutan dengan para guru serta teman sebaya mereka.

Sikap sosial anak pertama kali dipengaruhi oleh lingkungan keluarganya, terutama oleh orang tua. Setelah itu, anak mulai berinteraksi dengan lingkungan sosial di sekolah. Proses pembelajaran di sekolah tidak hanya memungkinkan interaksi sosial, tetapi juga memberikan dampak yang signifikan terhadap pembentukan dan perkembangan individu di setiap tahap kehidupannya. Sejalan

dengan pendapat Farihanto (2015) Sosialisasi dilakukan untuk mempertahankan keberlangsungan kehidupan, mulai dari kelahiran hingga akhir hayat.

Keterbukaan diri (self-disclosure) merupakan salah satu strategi untuk membangun interaksi sosial yang efektif. Pengungkapan diri berperan penting dalam meningkatkan pemahaman individu terhadap perilaku diri, mendorong penerimaan diri, memperbaiki kualitas komunikasi, serta memperkuat hubungan interpersonal. Hal ini didukung oleh penelitian (Gainau, 2009) yang menyatakan bahwa pengungkapan diri memainkan peran signifikan dalam membangun interaksi sosial. Individu yang mampu melakukan pengungkapan diri yang sesuai akan mampu memanifestasikan jati diri mereka secara lebih optimal. Sementara itu, individu yang kurang memiliki kemampuan dalam pengungkapan diri biasanya mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Sikap mereka yang tertutup juga menjadi penghalang dalam mengembangkan hubungan interpersonal yang sehat.

Terdapat sejumlah faktor yang memengaruhi kualitas persahabatan, di antaranya keterbukaan diri (self-disclosure). Menurut Devito (2018) hubungan yang berkualitas tidak mungkin terjalin tanpa adanya pengungkapan diri. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian (Stefanie, 2016) kedekatan dalam hubungan sangat bergantung pada keterbukaan individu dalam persahabatan. Self-disclosure adalah bentuk penyampaian informasi pribadi kepada pihak lain.

Permasalahan yang dialami remaja sering kali dipengaruhi oleh ketidakmampuan dalam menyesuaikan perilaku dengan tuntutan lingkungan. Salah satu cara bersosialisasi ialah dengan terbuka mengenai diri kita sendiri,

Sesuai dengan pendapat Calhoun (dalam Gainau, 2012) pengungkapan diri dapat membantu individu melepaskan rasa bersalah yang disertai dengan kecemasan. Semakin lama individu menahan perasaan atau informasi dalam dirinya, semakin besar tekanan emosional yang dialami, serta semakin kuat gejolak yang muncul dalam pikirannya. Individu yang kurang mampu mengungkapkan diri berpotensi mengalami penerimaan sosial yang rendah sehingga memengaruhi pembentukan kepribadiannya.

Keterbukaan diri (*self disclosure*) menjadi salah satu indikator penting dari kedekatan atau keintiman yang terjalin dalam hubungan tersebut. *Self disclosure* didefinisikan Altman dan Taylor (dalam Ifdil & Ardi, 2013) Pengungkapan diri merujuk pada kemampuan individu dalam menyampaikan informasi mengenai dirinya kepada pihak lain dengan tujuan membangun kedekatan dan keakraban. Namun sangat disayangkan bahwa kenyataannya banyak siswa yang belum bisa bahkan tidak bisa untuk terbuka tentang dirinya sendiri kepada sekitarnya. Hal ini di tandai oleh banyak siswa di sekolah yang lebih memilih untuk menyendiri dari pada berkumpul atau berinteraksi, dan juga ada siswa yang sangat aktif dalam hal bersosialisasi padahal mereka berada di satu kelas yang sama.

Hasanah & Afni Safarina (2023) memperoleh data pada tanggal 22 Agustus 2022 dari 50 responden, yang masing-masing 10 orang berasal dari Aceh Tamiang, Aceh Utara, Kota Medan, Langkat, dan Papua. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa responden asal Medan memiliki tingkat self disclosure tertinggi sebesar 23%, disusul oleh Papua sebesar 21%, Aceh Utara 20,6%, Langkat 18%, dan Aceh Tamiang sebesar 17,4%. Data ini mengindikasikan

bahwa individu yang berasal dari Medan cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan informasi pribadi dibandingkan responden dari daerah lainnya.

Menurut (Wheeless et al., 1986) bahwa, ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self-disclosure* yaitu, Kepribadian, Jenis Kelamin, Besaran Kelompok, Perasaan Menyukai, Kepercayaan, Kecemasan, dan Dukungan Sosial. Sumber dukungan sosial meliputi keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, dan lingkungan tempat tinggal individu.

Pada masa remaja, dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting sebagai bagian dari *support system* yang perlu diperkuat, khususnya ketika individu berada di lingkungan sekolah. Teman sebaya merupakan kelompok individu yang berada pada rentang usia atau tingkat kematangan yang relatif setara, sehingga memungkinkan terjadinya saling pengertian serta pemberian dukungan emosional antar individu. Rahmawan (dalam Mulia et al., 2014) menyebutkan bahwa pada masa remaja, teman sebaya berperan penting sebagai sumber utama dukungan sosial karena mampu menumbuhkan perasaan positif serta memberikan dukungan ketika remaja menghadapi berbagai permasalahan.

(Santrock, 2007) menjelaskan teman sebaya ialah individu-individu berada pada rentang usia dan tingkat kematangan yang relatif serupa. Dalam hubungan sosial teman sebaya Pada diri remaja berkembang berbagai aspek positif, seperti terjalannya keakraban, meningkatnya keterbukaan diri, terbentuknya kesetiaan, penguatan harga diri, serta perkembangan perilaku sosial. Seiring dengan meningkatnya kesadaran sosial dan munculnya tekanan sosial dalam kehidupan

sehari-hari, masa remaja dipandang sebagai periode yang rentan terhadap berbagai permasalahan.

Membangun hubungan dengan keberadaan orang lain tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Sebagai makhluk sosial, manusia sangat bergantung pada hubungan dan interaksi untuk pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan mental. Seperti yang disebutkan dalam penelitian Mubhara et al., (2019) bahwa Lingkungan sosial menjadi sarana awal bagi remaja dalam mengenal dunia di luar dirinya, yang diawali melalui interaksi dengan teman sebaya di lingkungan rumah, dilanjutkan dengan pergaulan di sekolah, hingga hubungan dengan teman-teman yang diperoleh dari lingkungan di luar keduanya.

Siswa tidak akan dapat menjalin pertemanan atau persahabatan jika mereka tidak membangun interaksi dengan teman sekelasnya. Untuk mendapatkan teman dan sahabat, pengungkapan diri sangatlah penting. Sebaliknya, pengungkapan diri yang buruk dapat berdampak negatif bagi siswa di kelas. Seperti pernyataan (Oktaviani et al., 2020) Hal ini menyebabkan mereka merasa diabaikan oleh teman-teman di kelas dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lawan jenis. Tingkat keterbukaan diri seseorang sangat dipengaruhi oleh seberapa nyaman mereka merasa saat berinteraksi dengan orang lain. Komunikasi yang terjalin, baik dengan teman dekat maupun dengan keluarga, memainkan peranan penting dalam hal ini.

Teman sebaya hadir untuk saling berbagi pengalaman, menyampaikan pendapat, serta memberikan dukungan timbal balik. Dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya berperan sebagai lingkungan yang memberikan kenyamanan

psikologis dan fisik. Dukungan sosial dapat dipandang sebagai suatu bentuk manfaat yang diperoleh individu dari orang-orang yang dapat dipercaya. Dalam situasi seperti ini, individu akan merasakan perhatian, penghargaan, dan cinta dari orang lain di sekelilingnya (Aditya S & Permatasari, 2021). Maka dari itu, dukungan sosial teman sebaya berperan penting dalam membantu individu merasakan kenyamanan, sehingga memberi pengaruh positif pada keterbukaan diri individu.

Sejalan dengan penelitian (Nashrullah & Widyastuti, 2024), mendapatkan hasil *Self-disclosure* yang rendah berpengaruh negatif secara signifikan terhadap aktivitas sehari-hari individu. Akan tetapi, dukungan sosial yang memadai dapat membantu remaja mengatasi kondisi tersebut serta mendorong kemampuan penyesuaian diri, rasa percaya diri, dan keterbukaan.

Hasil informasi yang diperoleh dari guru Bimbingan Konseling (BK) di SMA Muhammadiyah 01 Medan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat interaksi dan keterbukaan diri antar siswa. Beberapa siswa terlihat aktif bergaul, berbincang, dan membangun komunikasi dengan teman sekelasnya, sementara sebagian lainnya justru cenderung menarik diri, menyendiri saat jam istirahat, dan enggan berbicara, baik kepada teman maupun guru. Peneliti juga mengamati secara langsung bahwa dalam satu kelas yang sama, terdapat siswa yang aktif berinteraksi dan ada pula yang lebih pasif atau tertutup. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun berada dalam lingkungan sosial yang sama, tidak semua siswa memiliki kecenderungan keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang serupa, yang

dapat dipengaruhi oleh tingkat kenyamanan sosial dan dukungan dari teman sebayanya.

Fakta ini juga didukung oleh hasil wawancara yang dilakukan terhadap beberapa siswa di SMA Muhammadiyah 01 Medan. Berdasarkan hasil observasi awal, terlihat bahwa interaksi sosial antar siswa berlangsung cukup baik, ditandai dengan adanya kebiasaan berbincang dan berbagi cerita saat waktu istirahat atau ketika tidak ada guru di kelas. Temuan ini diperkuat oleh wawancara terhadap tiga orang siswa yang menyatakan bahwa interaksi mereka dengan teman sekelas berjalan dengan baik dan mereka merasa cukup terbuka dalam menjalin komunikasi. Namun demikian, terdapat pula siswa yang mengaku tidak terlalu terbuka, baik kepada teman sekelas maupun kepada guru, terutama dalam hal-hal yang bersifat pribadi, karena merasa kurang dekat atau kurang nyaman untuk berbagi.

Dari hasil itu peneliti menemukan permasalahan yaitu, di satu kelas yang sama ternyata tidak semua memiliki tingkat keterbukaan diri yang sama, seperti yang di katakan DA ia mengaku tidak terlalu terbuka dengan teman sekelas karena mengaku tidak terlalu dekat, sedangkan dua temannya yang lain yakni, NP dan BR mengaku terbuka dengan teman-teman sekelas tentang diri mereka sendiri.

Oleh karena itu dengan hasil pra penelitian, perlu dilakukan penelitian lanjutan secara lebih mendalam untuk mengidentifikasi apa penyebab perbedaan tingkat *self disclosure* pada remaja yang sama sama berada di satu lingkungan yang sama. Disamping itu, penelitian ini diharapkan mampu memperluas

pemahaman guru BK mengenai bagaimana mengidentifikasi penyebab kurangnya keterbukaan diri pada siswa-siswi di sekolah sehingga dapat membuka peluang serta memberikan wawasan baru bagi guru BK dalam menetapkan pendekatan yang tepat dan efektif untuk masalah ini.

Dengan mempertimbangkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Self Disclosure Pada Siswa Kelas X Di SMA Muhammadiyah 01 Medan T.A 2025/2026”**

1.2 Identifikasi Masalah

Dari pemaparan latar belakang masalah sebelumnya, maka beberapa identifikasi masalah yang muncul pada penelitian ini, yaitu:

- 1) Ada siswa yang belum mampu menyampaikan informasi pribadi kepada lingkungannya
- 2) Kurangnya dorongan bagi siswa untuk membuka diri kepada orang lain
- 3) Terdapat siswa yang tidak terlalu dekat dengan lingkungan sebayanya

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah, serta mempertimbangkan keterbatasan waktu peneliti, penelitian ini difokuskan pada permasalahan tertentu agar hasil penelitian dapat diperoleh secara optimal.

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah **“Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Disclosure* Pada Siswa Kelas X Di SMA Muhammadiyah 01 Medan T.A 2025/2026”**.

1.4 Rumusan Penelitian

Berdasarkan batasan masalah, maka permasalahan penelitian dirumuskan sebagai berikut, Apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *self disclosure* pada siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 01 Medan?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, adapun tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini ialah Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *self disclosure* pada siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 01 Medan

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan berperan dalam memperkaya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan, terutama pada aspek bimbingan dan konseling serta psikologi pendidikan.
- 2) Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dan bahan informasi untuk pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, terutama mengenai dukungan sosial teman sebaya dan *self-disclosure* siswa di lingkungan sekolah.

1.6.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Sekolah

Merupakan bahan informasi agar lebih meningkatkan perhatian kepada siswa dengan memberikan dukungan sehingga seluruh siswa meningkatkan rasa sosialisasi agar terciptanya keterbukaan diri yang sesuai, dan diharapkan dapat

membantu terciptanya program bimbingan dan konseling yang di butuhkan di sekolah itu.

2) Bagi guru BK

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi bagi guru bimbingan dan konseling SMA Muhammadiyah 01 Medan untuk menciptakan program layanan guna mencegah masalah kurangnya keterbukaan diri pada siswa.

3) Bagi siswa

Melalui penelitian ini, diharapkan keterbukaan diri dapat meningkat dan interaksi yang baik dengan teman sekelas dapat terwujud.

4) Bagi peneliti

Melalui penelitian ini, peneliti memperoleh wawasan baru mengenai keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *self-disclosure*.