

	Jurnal Al-Taujih	p-ISSN : 2502-0625, e-ISSN: 2715-7571
		Volume 11 No. 2 Hal 108 - 113
	Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami	https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/
Received May 20 th 2025; Accepted November 2 th 2025; Published Desember 12 th 2025		

PENGUNGKAPAN DIRI SISWA KORBAN PERCERAIAN ORANG TUA DI SMA ADABIAH 2 PADANG

Farah Audi Fahmi*, Neviyarni S, Yarmis Syukur, Miftahul Fikri

farahaudifahmi99@gmail.com

Universitas Negeri Padang

Abstract : *This study aims to describe the level of self-disclosure in students who are victims of parental divorce at SMA Adabiah 2 Padang. The background of this study is based on the phenomenon of the increasing number of students experiencing parental divorce, which has an impact on their psychological and social dynamics, especially in terms of self-disclosure. This study uses Davito's self-disclosure theory, which includes four main aspects: depth, breadth, frequency, and duration in opening up to others, especially in the context of friendships. The approach to this study is quantitative with a population of 79 students, all of whom are also used as samples (total sampling). Data were collected using a Likert-based psychological scale instrument. The results showed that all aspects of student self-disclosure were classified as low. This study concludes that students who are victims of parental divorce tend to have closed self-disclosure in their social relationships.*

Keywords: *self-disclosure; students; parental divorce.*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat keterbukaan diri pada siswa korban perceraian orang tua di SMA Adabiah 2 Padang. Latar belakang penelitian ini didasari oleh fenomena semakin banyaknya siswa yang mengalami perceraian orang tua yang berdampak pada dinamika psikologis dan sosial mereka terutama dalam hal keterbukaan diri. Penelitian ini menggunakan teori keterbukaan diri Davito yang meliputi empat aspek utama yaitu kedalaman, keluasan, frekuensi, dan durasi dalam membuka diri kepada orang lain terutama dalam konteks pertemanan. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif dengan jumlah populasi 79 siswa yang seluruhnya juga dijadikan sampel (total sampling). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen skala psikologi berbasis likert. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh aspek keterbukaan diri siswa tergolong rendah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa siswa korban perceraian orang tua cenderung memiliki keterbukaan diri yang tertutup dalam hubungan sosialnya.

Kata kunci: pengungkapan diri; mahasiswa; perceraian orang tua.

A. PENDAHULUAN

Fenomena perceraian orang tua telah menjadi isu yang semakin marak di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia. Dampak dari perceraian ini tidak hanya dirasakan oleh pasangan yang bercerai, tetapi juga anak-anak mereka. Shabrina menegaskan bahwa ada kalanya hubungan suami istri dalam suatu

keluarga dapat berakhir pada perceraian yang disebabkan oleh kegagalan suami istri dalam menjalankan peran masing-masing yang selanjutnya hidup secara terpisah. Perceraian dapat muncul karena timbulnya rasa ketidakcocokan antara suami dan istri yang mengakibatkan hubungan dari keduanya diputuskan oleh badan hukum. (Schrodt,

2003) Informasi tentang perceraian sering digambarkan oleh anak sebagai sesuatu yang tidak nyaman, akibat langsung yang timbul dari perceraian adalah *distress* emosional dan masalah perasaan seperti kemarahan, kebencian, serta depresi. Perceraian orangtua berdampak pada remaja yang ditandai dengan rasa minder, malu, sehingga mereka enggan bersosialisasi. Perceraian dalam keluarga manapun merupakan peralihan besar dan penyesuaian utama bagi anak-anak, mereka akan mengalami reaksi emosi dan perilaku karena kehilangan orang tua. Peristiwa perceraian itu menimbulkan akibat terhadap orang tua dan anak. Tercipta sebagai orang tua mereka tidak lagi memperlihatkan tanggung jawab penuh dalam mengasuh anak.

Remaja merupakan individu yang sedang berada dalam proses berkembang. Remaja berkembang ke arah kematangan atau kemandirian Masa remaja adalah masa peralihan atau masa dari anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental.

Pada dasarnya, masa remaja merupakan suatu masa transisi. Masa transisi merupakan masa yang tidak menenangkan, baik bagi remaja sendiri maupun bagi orang tuanya. Masa ini dianggap sangat penting dalam kehidupan seseorang, khususnya dalam pembentukan kepribadian seseorang sehingga setiap individu memerlukan penerimaan diri dan pengungkapan diri supaya mereka dapat berkembang secara optimal. Pengungkapan diri itu termasuk hal yang sangat di butuhkan remaja, karena masa transisi, remaja butuh dibimbing mana yang benar dan salah. Tetapi jika keluarga tidak bisa memberikan hal itu, akan berdampak pada remaja tersebut.

Pengungkapan diri (*self-disclosure*) adalah pemberian informasi mengenai diri kita, kepada orang lain. Salah satu dampak signifikan dari perceraian orang tua terhadap anak adalah masalah pengungkapan diri. Pengungkapan diri adalah proses di mana individu membagikan informasi pribadi, perasaan, dan pengalaman mereka kepada orang lain. Pengungkapan diri yang sehat

sangat penting untuk perkembangan emosional dan sosial anak.

Pengungkapan diri merupakan mekanisme penting dalam pengembangan identitas diri dan kesejahteraan emosional. Dengan mengungkapkan perasaan dan pengalaman mereka, siswa dapat menerima dukungan emosional dari orang lain, memperkuat hubungan interpersonal, dan mengurangi perasaan kesepian. Bagi siswa korban perceraian, kemampuan untuk mengungkapkan diri secara sehat dapat menjadi langkah penting dalam mengatasi trauma dan stres yang mereka alami akibat perceraian orang tua.

Self-disclosure merupakan hal penting bagi remaja baik remaja yang *broken home* maupun yang tidak *broken home*. *Self-disclosure* menjadi hal penting yang harus dimiliki agar remaja mampu menyesuaikan diri dengan realitas yang dihadapi, sehingga dapat menumbuhkan toleransi terhadap peristiwa-peristiwa menyakitkan terkait konflik yang terjadi dalam keluarga.

Keluarga adalah suatu kelompok atau kumpulan manusia yang hidup bersama dengan hubungan darah atau ikatan pernikahan. Keluarga yang terdiri atas ayah, ibu dan anak disebut dengan keluarga utuh. Akan tetapi fakta yang ditemukan di lapangan, bahwa banyak keluarga yang tidak utuh seperti tanpa ayah.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 79 orang siswa. Jumlah tersebut sekaligus ditetapkan sebagai sampel penelitian sehingga teknik penarikan sampel yang digunakan adalah total sampling. Selanjutnya, teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala psikologi dan mengaplikasikan metode skala Likert untuk mengukur variabel yang diteliti.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, tujuan penelitian yang akan

dicapai dan pertanyaan penelitian maka peneliti akan mendeskripsikan tentang hasil penelitian yang telah dilaksanakan. Hasil pengolahan data tentang aspek kedalaman, aspek keluasan, aspek frekuensi dan aspek durasi pada pengungkapan diri (*self-disclosure*) siswa yang menjadi korban perceraian orang tua dapat dilihat pada tabel 1, tabel 2, tabel 3 dan tabel 4.

Tabel 1. Hasil Penyebaran Rata-Rata Data Tentang Kedalaman

No	Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	60-80	1	1,3
2	Sedang	38-59	21	26,6
3	Rendah	16-37	57	72,1
	Jumlah		79	100,0

Berdasarkan data yang ada pada tabel 1, dapat dianalisis deskriptif untuk distribusi skor kedalaman. Skor Kedalaman: data menunjukkan kategori skor kedalaman yang terbagi dalam tiga kelompok: tinggi (Skor 60-80): hanya ada 1 responden yang memiliki skor dalam kategori ini, yang berarti 1,3% dari total responden. Sedang (Skor 38-59): terdapat 21 responden dengan skor pada kategori ini atau sekitar 26,6% dari total responden. Rendah (Skor 16-37): kategori ini memiliki jumlah responden terbanyak, yaitu 57 responden, atau 72,1% dari total responden. Frekuensi dan Persentase: Sebagian besar responden berada pada kategori skor rendah, yang mencakup lebih dari dua pertiga dari total responden. Hanya sedikit responden yang mendapatkan skor tinggi, mencerminkan bahwa sebagian besar berada di bawah rentang nilai tertinggi. Dengan demikian distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas dari responden berada pada kategori kedalaman yang lebih rendah, yang mungkin menunjukkan bahwa kedalaman yang dimaksud dalam survei ini kurang dipahami atau diadopsi oleh sebagian besar subjek. Kategori sedang memiliki proporsi yang moderat, menunjukkan adanya

sekelompok responden dengan skor yang lebih baik meskipun tidak mencapai nilai tertinggi. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan adanya kecenderungan skor yang terkonsentrasi pada kategori rendah, dengan sedikit responden di kategori tinggi dan sedang.

Tabel 2. Hasil Penyebaran Rata-Rata Data Tentang Keluasan

No	Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	60-80	9	11,3
2	Sedang	38-59	7	8,8
3	Rendah	16-37	63	79,9
	Jumlah		79	100,0

Berikut adalah analisis deskriptif untuk data keluasan berdasarkan tabel 2. Distribusi Skor Keluasan: Tinggi (Skor 60–80): Sebanyak 9 responden (11,3%) masuk dalam kategori ini. Sedang (Skor 38–59): Ada 7 responden (8,8%) dalam kategori sedang. Rendah (Skor 16–37): Mayoritas responden, yaitu 63 orang (79,9%), berada di kategori ini. Frekuensi dan Persentase: Sebagian besar responden memiliki tingkat keluasan yang rendah, hampir mencapai 80% dari seluruh responden. Hanya sekitar 11,3% responden yang menunjukkan keluasan yang tinggi, dan hanya 8,8% yang berada pada kategori sedang. Sehingga data ini menunjukkan bahwa tingkat keluasan yang dimiliki mayoritas responden masih tergolong rendah. Hanya sebagian kecil responden yang memiliki keluasan dalam tingkat sedang atau tinggi, menunjukkan kemungkinan adanya kesenjangan pemahaman atau penerapan terhadap aspek keluasan yang diukur. Secara keseluruhan, distribusi data ini memperlihatkan konsentrasi skor pada kategori rendah, dengan sedikit responden yang berhasil mencapai kategori sedang atau tinggi.

Tabel 3. Hasil Penyebaran Rata-Rata Data Tentang Frekuensi

No	Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	60-80	2	2,6
2	Sedang	38-59	22	27,8
3	Rendah	16-37	55	69,6
	Jumlah		79	100,0

Berikut analisis deskriptif untuk data frekuensi berdasarkan tabel 3 diatas. Tinggi (Skor 60–80): terdapat 2 responden (2,6%). Sedang (Skor 38–59): sebanyak 22 responden (27,8%). Rendah (Skor 16–37): sebanyak 55 responden (69,6%). Frekuensi dan Persentase: Mayoritas responden (69,6%) berada pada kategori rendah. Sebanyak 27,8% responden berada di kategori sedang. Hanya 2,6% responden yang mencapai kategori tinggi. Ini bermakna bahwa sebagian besar responden menunjukkan frekuensi yang rendah, menunjukkan bahwa aktivitas, perilaku, atau fenomena yang diukur terkait frekuensinya masih jarang terjadi atau kurang intens. Sementara itu, sangat sedikit responden yang memiliki frekuensi yang tinggi.

Tabel 4. Hasil Penyebaran Rata-Rata Data Tentang Frekuensi

No	Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	60-80	1	1,3
2	Sedang	38-59	20	25,3
3	Rendah	16-37	58	73,4
	Jumlah		79	100,0

Berikut analisis deskriptif untuk data durasi berdasarkan Tabel 4 diatas. Distribusi Skor Durasi: Tinggi (Skor 60–80): hanya 1 responden (1,3%). Sedang (Skor 38–59): sebanyak 20 responden (25,3%). Rendah (Skor 16–37): mayoritas, yaitu 58 responden

(73,4%). Frekuensi dan Persentase: Sebagian besar responden (73,4%) berada pada kategori durasi rendah. Hanya 25,3% yang berada dalam kategori sedang. Sementara itu, responden dengan durasi tinggi sangat sedikit, hanya 1,3%. Oleh karenanya data ini menunjukkan bahwa durasi keterbukaan diri mayoritas responden relatif singkat. Hanya sebagian kecil responden yang berbagi informasi pribadi dalam waktu yang cukup panjang. Durasi keterbukaan yang rendah mengindikasikan bahwa siswa cenderung berbagi informasi secara terbatas dan dalam waktu yang pendek saat berinteraksi dengan orang. Keterbukaan diri (*Self-disclosure*) adalah bagian penting dalam interaksi sosial, termasuk dalam dunia pendidikan. Devinto menguraikan keterbukaan diri dalam empat aspek utama, yakni kedalaman (seberapa pribadi informasi yang dibagikan), keluasan (seberapa banyak aspek hidup yang dibuka), frekuensi (seberapa sering berbagi), dan durasi (seberapa lama berbagi dalam satu sesi).

D. KESIMPULAN

Ada beberapa alasan mengapa siswa korban perceraian orang tua mengalami hambatan dalam *self-disclosure*, khususnya pada aspek kedalaman, keluasan, frekuensi dan durasi : (a) Ketidakstabilan emosional. Perceraian orang tua sering kali menjadi pengalaman traumatis yang menyebabkan guncangan emosional. (b) Akibatnya, anak-anak cenderung menyimpan emosi mereka dan enggan membuka diri karena takut memperburuk kondisi atau karena merasa tidak ada yang bisa memahami mereka. (c) Kehilangan figur pendukung. Sering kali salah satu orang tua menjadi lebih jauh atau bahkan tidak hadir pasca perceraian, sehingga siswa kehilangan tempat aman untuk berbagi. Hal ini menyebabkan mereka menutup diri dan tidak terbiasa berbicara tentang hal-hal yang lebih dalam. (d) Pola asuh yang berubah. Setelah perceraian, dinamika keluarga berubah drastis. Beberapa orang tua menjadi lebih otoriter atau justru terlalu permisif, yang pada akhirnya tidak memberikan ruang psikologis yang sehat bagi

anak untuk melakukan pengungkapan diri. Stigma sosial. Di lingkungan sekolah dan masyarakat, perceraian masih dianggap sebagai hal yang sensitif atau tabu. Siswa takut dihakimi jika mereka berbicara tentang kondisi keluarganya, sehingga memilih untuk menyembunyikan perasaan dan pengalaman pribadi mereka. Tidak terbiasa dengan refleksi diri. Banyak siswa korban perceraian tidak memiliki kemampuan untuk mengenali dan memproses perasaan mereka sendiri, sehingga sulit bagi mereka untuk menyampaikan perasaan yang belum mereka pahami sepenuhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- About, F. E., & Mendelson, J. M. (1998). Determinants of friendship selection and quality: Developmental
- About, F. E., Mendelson, M. J., & Purdy, K. T. (2003). Cross-race peer relations and friendship quality. *International Journal of Behavioral Development*, 27(3), 165–173, dari alamat <https://doi.org/10.1080/01650250244000164>
- Allan, G. (2011). Commentary: Friendships and emotions. *Sociological Research Online*, 16(1), 95, dari alamat <https://doi.org/10.5153/sro.2296>
- Allen, D. (2006). *Talking to strangers*. University Chicago Press.
- Anderson, A. R., & Fowers, B. J. (2019). An exploratory study of friendship characteristics and their relations with hedonic and eudaimonic well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37, 260–280, dari alamat <https://doi.org/10.1177/0265407519861152>
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Balint, M. (1965). Primary love and psycho-analytic technique. [reprint: 2003]. Routledge.
- Batson, C. D., Fultz, J., & Schoenrade, P. A. (1987). Distress and empathy: Two qualitatively distinct vicarious emotions with different motivational consequences. *Journal of Personality*, 55, 19–39.
- Berndt, T. J. (1982). The features and effects of friendship in early adolescence. *Child Development*, 53(6),
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11, 7–10, dari alamat <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
- Blum, L. A. (2010). *Friendship, altruism and morality*. Routledge.
- Borowski, S. K., & Zeman, J. (2018). Emotional competencies relate to co-rumination: Implications for emotion socialization within adolescent friendships. *Social Development*, 27(4), 808–825, dari alamat <https://doi.org/10.1111/sode.12293>
- Bowlby, J. (1968). *Attachment and loss* (Vol. 1: Attachment). Basic Books.
- Bukowski, W. M., Laursen, B., & Rubin, K. H. (Eds.), (2018). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (2nd ed.). Guilford Press.
- Bukowski, W. M., Newcomb, A. F., & Hartup, W. W. (1998). The company they keep: Friendship in childhood and adolescence. In *Cambridge studies in social and emotional development* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- Cooper, J. (1980). *Aristotle on friendship. Essays on Aristotle's ethics*. University of California Press.
- Demir, M. (Ed.), (2015). *Friendship and happiness: Across life-span and cultures*. Springer.
- DeVito, J. A. (1990). *Messages: Building interpersonal communication skills*. New York: Harper & Row.
- DeVito, J. A. (1998). *The interpersonal communication book* (8th ed.). New York: Longman.
- Devito, Joseph. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Professional books
- Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., Schroeder, D. A., & Penner, L. A. (2017). *The social psychology of prosocial behavior*. Pshychology Press.

- Frijda, N. H., Kuipers, P., & ter Schure, E. (1989). Relations among emotion, appraisal, and emotional action readiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(2), 212–228, dari alamat <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.2.212>
- Haidt, J. (2003). The moral emotions. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & H. H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective sciences* (pp. 852–870). Oxford University Press.
- Harris, K., & Vazire, S. (2016). On friendship development and the Big Five personality traits. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(11), 647–667, dari alamat <https://doi.org/10.1111/spc3.12287>
- Hartup, W. W. (1998). Cooperation clouse relationships and cognitive development. In *The company they keep: Friendships in childhood and adolescence. Cambridge studies in social and emotional development* (pp.213–237). Cambridge University Press.
- Hojjat, M., & Moyer, A. (Eds.), (2017). *The psychology of friendship*. Oxford University Press.
- Holmes, M., & Greco, S. (2011). Introduction: Friendship and emotions. *Sociological Research Online*, 16(1), 16, dari alamat <http://www.socresonline.org.uk/16/1/16.html>>
- Kaplan, U. (2017). Moral motivation as a dynamic developmental process: Toward an integrative synthesis.
- Laursen, & K. H. Rubin (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (pp. 371–390). The Guilford Press.
- Luft, J., & Ingham, H. (1955). The johari window. *Human relations training news*, 5(1), 6-7.
- Prayitno & Erman Amti. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno. (2004). *Layanan L1-L9*. Padang: BK FIP UNP.
- Sari, Retro Puspito., Tri Rezeki A & Achmad Mujab M. (2006). Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau Dari Jenis Kelamin dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* vol.3 No2, 11-25.
- Schrodt, P., Baxter, L. A., McBride, M. C., Braithwaite, D. O., & Fine, M. A. (2006). The divorce decree, communication, and the structuration of coparenting relationships in stepfamilies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(5), 741-759.