

**GAMBARAN PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*)
MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



*Mencerdaskan &
Memartabatkan Bangsa*

Oleh:

DINAR MONITA

1715160720

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENDIDIKAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

**GAMBARAN PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*)
MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Dinar Monita

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengungkapan diri (*self disclosure*) mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan responden sebanyak 205 mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *The Jourard Self Disclosure Questionnaire* (JSDQ) yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, 1) Sebanyak 70,24% mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta memiliki kondisi keluasan pengungkapan diri pada kategori sedang, yang berarti cukup mampu terbuka dirinya dalam komunikasi, 2) Sebanyak 24,61% mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta memilih teman perempuan sebagai *target person* utama. Penelitian ini merekomendasikan mahasiswa Bimbingan dan Konseling, agar dapat memperluas dan memperdalam kemampuan melakukan *self disclosure* dan perlu pelayanan Bimbingan dan Konseling untuk memperluas kemampuan dalam melakukan pengungkapan diri (*self disclosure*).

Kata Kunci: Pengungkapan Diri

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Description Self-Disclosure of Students in the Guidance and Counseling Study Program

Dinar Monita

ABSTRACT

The purpose of this study was to find out the description of self-disclosure (self-disclosure) of Guidance and Counseling students at Jakarta State University. The research method used was a survey with 205 students of the Guidance and Counseling study program as respondents. Sampling using purposive sampling technique. The instrument used is The Jourard Self Disclosure Questionnaire (JSDQ) which has been adapted to Indonesian. The results of this study indicate that, 1) As many as 70.24% of students in the Guidance and Counseling study program at the Jakarta State University have a condition of self-closing breadth in the medium category. which means that they are quite capable of opening themselves up in communication, 2) as many as 24.61% of students in the Guidance and Counseling study program at Jakarta State University choose female friends as the main target person. This study recommends Guidance and Counseling students, in order to broaden and deepen their ability to perform self-disclosure and the need for Guidance and Counseling services to expand their ability to perform self-disclosure (self-disclosure).

Keywords: Self-disclosure



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
UJIAN/ SIDANG SKRIPSI**

Judul : Gambaran Pengungkapan Diri (Self Disclosure)
Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling
Universitas Negeri Jakarta

Nama Mahasiswa : Dinar Monita
Nomer Registrasi : 1715160720
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Tanggal Ujian : 27 Juli 2023

Dosen Pembimbing I



Dr. Ahmad Rifqy Ash-Shiddiqy, M.Pd
NIP. 198807312019031008

Dosen Pembimbing II



Dr. Aip Badrujaman, M.Pd
NIP. 197911292008121002

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd (Penanggung Jawab)*		06/09/2023
Dr. Wirda Hanim, M.Psi (Penanggung Jawab)**		29/08/2023
Dr. Wirda Hanim, M.Psi (Ketua Penguji)***		29/08/2023
Dr. Herdi, M.Pd (Anggota)****		29/08/2023
Dra. Michiko Mamesah, M.Psi (Anggota)****		29/08/2023

Catatan :

*: Dekan FIP

** : Wakil Dekan I

***: Ketua Penguji

****: Dosen Penguji Selain Pembimbing dan koordinator Program Studi

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Dinar Monita
No. Registrasi : 1715160720
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Gambaran Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari 2023 – Juli 2023.
2. Penelitian ini bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau menjiplak karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menerima sanksi sebagaimana yang diberlakukan di Universitas Negeri Jakarta apabila saya terbukti melakukan pelanggaran etika akademik.

Jakarta, 26 Juli 2023

Yang membuat pernyataan





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dinar Monita
NIM : 1715160720
Fakultas/Prodi : FIP / Bimbingan dan konseling
Alamat email : monitadinar@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Mahasiswa
Program Studi Bimbingan dan konseling Universitas Negeri
Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 09 September 2023

Penulis

(Dinar Monita)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Segala puji hanya milik Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan dan kasih sayang-Nya kepada peneliti, serta berbagai petunjuk yang diberikan hingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Shalawat serta salam tak lupa senantiasa tercurah kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya, dan semoga kita termasuk umatnya yang setia hingga akhir zaman, aamiin.

Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya penelitian ini karena banyaknya bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti hendak menyampaikan ucapan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan baik secara materi maupun non-materi, serta senantiasa menemani peneliti selama penyusunan penelitian ini.

Pertama, kepada Dr. Ahmad Rifqy Ash-Shiddiqy, M.Pd selaku dosen pembimbing I dan Drs. Djunaedi. M.Pd dosen pembimbing II yang kemudian digantikan oleh Dr. Aip Badrujaman, M.Pd terimakasih karena telah membagi waktu dan tenaganya dalam memberi masukan, semangat, motivasi serta senantiasa sabar dalam membimbing peneliti selama ini. Terima kasih banyak ya Kang, Pak.

Kedua, kepada Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd dan Dr. Wirda Hanum, M.Psi selaku Dekan dan Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberi ijin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.

Ketiga, kepada Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd selaku koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling dan seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing dan memberikan ilmu serta motivasi kepada peneliti selama berkuliah di Universitas Negeri Jakarta.

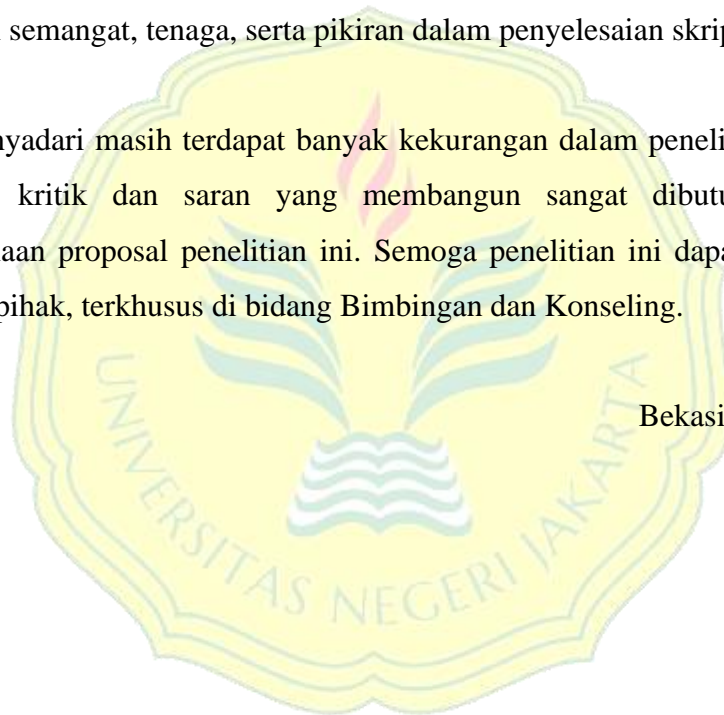
Keempat, terima kasih kepada keluarga, untuk (alm) Bapak, Umi, kakak, adik, keponakan serta kerabat lainnya yang dengan penuh kesabaran telah memberikan

do'a dan dukungan tiada henti kepada peneliti untuk menyelesaikan studi di Universitas Negeri Jakarta.

Kelima, terima kasih kepada teman-teman BK 2016, teman-teman di lintas prodi, maupun fakultas di Universitas Negeri Jakarta yang juga turut membantu dan menyemangati peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

Keenam, terima kasih banyak kepada teman-teman AKPRO yang tak berhenti memberikan semangat, tenaga, serta pikiran dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan dalam penyempurnaan proposal penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, terkhusus di bidang Bimbingan dan Konseling.



Bekasi, 26 Juli 2023

Peneliti,

Dinar Monita

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIAN UJIAN/SIDANG SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	3
D. Perumusan Masalah.....	3
E. Kegunaan Penelitian.....	3
1. Kegunaan Teoritis.....	3
2. Kegunaan Praktis.....	4
BAB II.....	5
KAJIAN TEORITIK DAN KERANGKA BERPIKIR.....	5
A. Kajian Teoritik.....	5
B. Penelitian Relevan.....	11
C. Kerangka Berpikir.....	15
BAB III.....	18
METODOLOGI PENELITIAN.....	18
A. Tujuan Khusus Penelitian.....	18
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
C. Metode Penelitian.....	18

D. Populasi dan Sampel	19
E. Teknik Pengumpulan Data.....	20
F. Kisi-kisi Instrumen.....	22
G. Prosedur atau Langkah Adaptasi Instrumen	23
H. Pengujian Prasyarat Instrumen.....	24
I. Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV	30
DESKRIPSI, ANALISIS DATA, INTERPRETASI HASIL, DAN PEMBAHASAN	30
A. Deskripsi Data.....	30
B. Deskripsi Keseluruhan Data Pengungkapan Diri (<i>Self-Disclosure</i>) Mahasiswa Bimbingan dan Konseling.....	31
BAB V.....	42
SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	42
A. Simpulan	42
B. Implikasi.....	43
C. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN.....	58

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

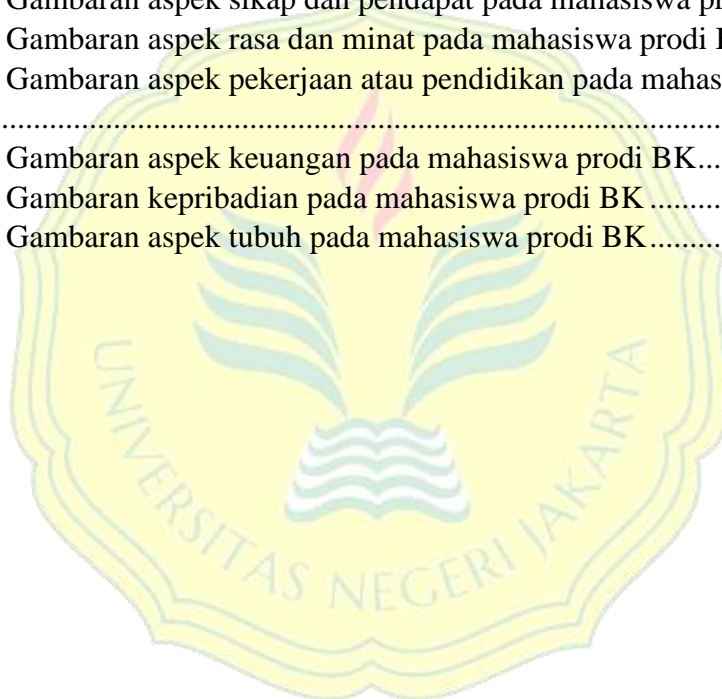
DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta	19
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen Pengungkapan Diri (Self-Disclosure)	22
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Skala Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Questionnaire	25
Tabel 3. 4 Kriteria Reabilitas Instrumen	27
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Self-Disclosure	28
Tabel 3.6 Rumus Kategorisasi Data.....	28
Tabel 4. 1 Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	30
Tabel 4. 2 Sampel Berdasarkan Angkatan	30
Tabel 4. 3 Kategorisasi Keluasan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Mahasiswa Prodi BK UNJ Secara Keseluruhan	31
Tabel 4. 4 Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Mahasiswa Prodi Bk Unj Berdasarkan Jenis Kelamin	32
Tabel 4. 5 Tabel Pengungkapan Diri Mahasiswa Prodi BK Berdasarkan Target Person pada Jenis Kelamin Perempuan	32
Tabel 4. 6 Tabel Pengungkapan Diri Mahasiswa Prodi BK Berdasarkan Target Person pada Jenis Kelamin Laki-laki	33
Tabel 4. 7 Kategori Sikap Dan Pendapat Pada Mahasiswa Prodi BK	35
Tabel 4. 8 Kategori Rasa Dan Minat Pada Mahasiswa Prodi BK.....	35
Tabel 4. 9 Kategori Pekerjaan atau Pendapat pada Mahasiswa Prodi BK.....	36
Tabel 4.10 Kategori Keuangan pada Mahasiswa Prodi BK.....	37
Tabel 4. 11 Kategori Kepribadian pada Mahasiswa Prodi BK.....	38
Tabel 4.12 Kategori Tubuh pada Mahasiswa Prodi BK.....	39

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	15
Gambar 3.1 Kerangka Berpikir.....	15
Gambar 4. 1 Gambaran Pengungkapan Diri (<i>Self Disclosure</i>) Mahasiswa Prodi BK UNJ Berdasarkan Target Person Pada Jenis Kelamin Perempuan	33
4.2 Gambaran Pengungkapan Diri (<i>Self Disclosure</i>) Mahasiswa Prodi BK UNJ Berdasarkan Target Person Pada Jenis Kelamin Laki-laki.....	34
Gambar 4. 3 Gambaran aspek sikap dan pendapat pada mahasiswa prodi BK	35
Gambar 4. 4 Gambaran aspek rasa dan minat pada mahasiswa prodi BK.....	36
Gambar 4. 5 Gambaran aspek pekerjaan atau pendidikan pada mahasiswa prodi BK	37
Gambar 4. 6 Gambaran aspek keuangan pada mahasiswa prodi BK.....	37
Gambar 4. 7 Gambaran kepribadian pada mahasiswa prodi BK	38
Gambar 4. 8 Gambaran aspek tubuh pada mahasiswa prodi BK.....	39



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Jourard Self Disclosure Questionnaire (JSDQ).....	59
Lampiran 2 Adaptasi dan Konstruksi Ahli Instrumen Jourard Self Disclosure Questionnaire (JSDQ)	68
Lampiran 3 Adaptasi dan Konstruksi Ahli Instrumen Jourard Self Disclosure Questionnaire (JSDQ) Revisi 2.....	84
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Instrumen Jourard Self Disclosure Questionnaire (JSDQ)	100
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Jourard Self Disclosure Questionnaire (JSDQ)	104
Lampiran 6 Skor Mentah 59 Item Self Disclosure.....	105
Lampiran 7 Contoh Perhitungan Skor dan Kategorisasi Keluasan Self Disclosure dari 205 Responden Secara Keseluruhan.....	111
Lampiran 8 Contoh Perhitungan Skor dan Kategorisasi Keluasan Self Disclosure dari 205 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	113
Lampiran 9 Contoh Perhitungan Skor dan Kategorisasi Keluasan <i>Self Disclosure</i> dari 205 Responden Berdasarkan <i>Target Person Masing-masing jenis kelamin</i>	119
Lampiran 10 Contoh Perhitungan Skor dan Kategorisasi Keluasan Self Disclosure dari 205 Responden Berdasarkan Aspek.....	121
Lampiran 11 Permohonan Izin Mengadakan Penelitian untuk Penulisan Skripsi	122
Lampiran 12 Surat Keterangan Penelitian	123
Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup.....	124

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*