
EDUKASI PENTINGNYA *SELF DISCLOSURE* REMAJA KEPADA ORANG TUA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET DI KELAS VIII E SMA NEGERI 11 KOTA JAMBI

Hera Wahyuni¹, Resiana Putri², Putri³, Nadia Yusrini⁴, San Putri Istiqomah⁵, Fara Ramadhani⁶, Indah Kharisma⁷

¹²³⁴⁵⁶⁷Universitas Jambi

Email: ¹herawahyuni@unja.ac.id, ²resianaputri17032003@gmail.com, ³azkhaputri952@gmail.com, ⁴nadiayuslini@gmail.com, ⁵sanputri2002@mail.com, ⁶fararamadhani@gmail.com, ⁷indahkharisma1308@gmail.com

Diterima	15	Desember	2023
Disetujui	28	Juni	2023
Dipublish	08	Juni	2023

Abstract

The goal of this activity is to educate the community, particularly teenagers and parents, on the importance of self-disclosure (self-disclosure) in adolescents. This community service activity took place on May 25, 2023, from 10 a.m. to 11 a.m. at State Senior High School 11 in Jambi City. This project took done in class VIII E, with 28 students participating. The strategy adopted in this community activity is leaflet media outreach about the necessity of teenage self-disclosure to parents. Analysis of the pre-test and post-test findings on teenage awareness of the value of self-disclosure (*Self disclosure to Parents*). This exercise makes use of up to 28 question sheets that are tailored to the socializing content. As a result, parents will have a better awareness of the value of self-disclosure, and their children will be more open to their parents. Self-disclosure entails providing numerous forms of information, ranging from little details to the most intimate and personal admissions.

Keywords: Education, Self disclosure, Parents, Leaflet

Abstrak

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat khususnya remaja dan orang tua akan pentingnya keterbukaan diri (self-disclosure) pada remaja. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung pada tanggal 25 Mei 2023, mulai pukul 10.00 hingga 11.00 WIB di SMA Negeri 11 Kota Jambi. Proyek ini dilakukan di kelas VIII E, dengan peserta sebanyak 28 siswa. Strategi yang ditempuh dalam kegiatan komunitas ini adalah sosialisasi melalui media leaflet tentang perlunya keterbukaan diri remaja kepada orang tua. Analisis temuan pre-test dan post-test terhadap kesadaran remaja terhadap nilai keterbukaan diri (*Self disclosure to Parents*). Latihan ini menggunakan hingga 28 lembar pertanyaan yang disesuaikan dengan konten sosialisasi. Hasilnya, orang tua akan memiliki kesadaran yang lebih baik tentang nilai pengungkapan diri, dan anak akan lebih terbuka kepada orang tua. Pengungkapan diri memerlukan penyediaan berbagai bentuk informasi, mulai dari detail kecil hingga pengakuan yang paling intim dan pribadi.

Kata Kunci: Edukasi, Self disclosure, Orang Tua, Leaflet



Pendahuluan

Setiap fase pertumbuhan memiliki ciri khusus yang membedakannya dengan tahapan pertumbuhan lainnya. Hal yang sama berlaku juga pada fase remaja, yaitu. Suatu masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut WHO, remaja mencakup populasi dari umur 10 hingga 19 tahun. Ciri-ciri yang dapat dikenali adalah dengan terjadinya perubahan, baik fisik maupun psikis (Diananda, 2019).

Generasi pada fase remaja (Santie et al., 2020) harus menghadapi perubahan tersebut yang merupakan bagian dari adaptasi. Saat ini, remaja banyak menghadapi perubahan pada dirinya sendiri sehingga mereka harus beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Pada usia ini, kaum muda harus menggunakan keterampilannya sebagai bagian dari interaksi sosial masyarakat. Salah satunya adalah pengembangan komunikasi antar manusia yang merupakan salah satu tugas pembinaan remaja. Penelitian (Kumalasari & Desiningrum, 2017) menunjukkan bahwa tugas pembinaan remaja adalah mengembangkan keterampilan berinteraksi secara individu dan kelompok. Keterampilan yang dimaksud adalah dengan pengungkapan diri (*self disclosure*).

Untuk mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal ini, remaja umumnya dapat menggunakan pengungkapan diri. Pengungkapan diri (*self discoluser*) didefinisikan sebagai tindakan kebebasan memberikan/mencurahkan berbagai informasi kepada orang lain tentang informasi pribadi, perasaan, sikap dan pendapat baik yang bersifat umum maupun bersifat privasi. Individu yang mengenal orang lain cenderung untuk berbagi informasi tentang diri sendiri dalam hal perilaku dan kualitas diri sendiri (Zulkifli, 2018).

Dalam hal *self disclosure*, setidaknya dua orang terlibat dalam pengungkapan diri karena pendengar lain harus menerima dan memahami informasi yang diberikan. Pengungkapan diri (*self disclosure*) terdiri dari berbagi berbagai macam informasi, mulai dari hal yang sepele hingga pengungkapan yang paling tinggi dan paling pribadi. Pengungkapan diri (*self disclosure*) pada umumnya individu lebih memilih kepada siapa, tentang apa, kapan, dan bagaimana, mereka mengungkapkan diri. (Tania, 2016). Hubungan yang erat antara teman, kenalan, keluarga, kerabat atau lainnya dapat menumbuhkan perasaan cinta dan kepercayaan antar individu.

Keluarga yang baik (Mesra, Umaternate, 2021) dapat memberikan kasih sayang, perhatian dan rasa aman kepada anak-anaknya dengan menciptakan suasana yang mendidik dan menciptakan interaksi positif yang terus-menerus agar anak-anak tidak terjebak atau tersesat dalam pergaulan bahkan perasaan yang sedang dialaminya. Oleh karena itu, remaja (Ilata et al., 2022) yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang kurang harmonis dan *Self disclosure* yang rendah besar kemungkinan lebih rentan terhadap perilaku kriminalitas (*delinquency*) dibandingkan dengan remaja yang tumbuh di lingkungan keluarga yang harmonis dan tinggi pengungkapan diri. (Nawafilaty, 2016).

Hal ini dapat dilihat dari berbagai fenomena yang terjadi di Indonesia (Gugule & Mesra, 2022) belakangan ini yaitu banyaknya remaja yang melakukan bunuh diri dengan berbagai cara. Salah satu kasus yang baru-baru ini terjadi berdasarkan sumber dari detikcom (2023) yaitu pelajar yang masih berusia 17 tahun meloncat dari Jembatan Soekarno-Hatta Kota Malang, Sebelum meloncat, remaja itu diduga sempat memotong urat nadinya di atas jembatan. Sebab, di lokasi kejadian ditemukan satu



buah pisau cutter dan juga bercak darah. Hal ini tentunya dapat terjadi dengan berbagai sebab.

Menurut penelitian oleh (Mustamu et al., 2020), remaja sangat sensitif terhadap kesulitan psikologis dan emosional terkait dengan gangguan emosi, kesedihan, perlawanan, dan gangguan perilaku. Perilaku atau tindakan setiap orang dipengaruhi oleh keadaan emosinya dan ide-ide yang muncul sebelum memutuskan untuk melakukan sesuatu.

Dengan adanya fenomena atau kasus yang terjadi tersebut, peranan orang tua (Dolonseda et al., 2022), keluarga, teman, hingga orang-orang sekitar dapat membantu seseorang terlepas dari depresi yang sedang dihadapi. Keluarga dengan tingkat dukungan orang tua yang tinggi dapat memperkuat dan memberikan pengaruh positif dalam mengurangi kenakalan remaja. Lingkungan keluarga yang positif membuatnya lebih mudah untuk menangani tugas-tugas selama perkembangan di fase remaja (Juliyanti & Siswati, 2014).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa *Self disclosure* di kalangan remaja sangat penting agar mereka dapat mencurahkan segala hal dalam dirinya sehingga dapat mengurangi terjadinya hal-hal yang dapat merugikan pribadi dan masyarakat sekitar, menghindari remaja dari pergaulan bebas, dan dapat memberikan arahan, tuntunan, serta rasa nyaman kepada kaum remaja yang sering mengalami gangguan baik fisik, psikis ataupun mental.

Selain itu, pengungkapan diri (*self disclosure*) pada kaum remaja erat kaitannya dengan aksi remaja dalam mengekspresikan dirinya, dengan mengekspresikan diri dan perasaannya ini dapat mengurangi beban dan rasa stres yang sedang dialami oleh kaum remaja. Hal ini tentunya dapat dimulai dari

lingkungan keluarga para remaja. Mengingat pentingnya manfaat keterbukaan diri remaja yang dirasakan oleh orang tua, maka tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat khususnya remaja dan orang tua tentang nilai keterbukaan diri remaja.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat (Mesra & Anton, 2023) ini berlangsung pada tanggal 25 Mei 2023, mulai pukul 10.00 hingga 11.00 WIB di SMA Negeri 11 Kota Jambi. Latihan ini berlangsung di kelas VIII E, dan melibatkan hingga 28 siswa dari kelas tersebut.

Strategi yang ditempuh dalam kegiatan komunitas ini adalah sosialisasi melalui pembagian booklet Pentingnya Keterbukaan Diri Remaja Kepada Orang Tua. Kegiatan dilaksanakan satu kali yaitu pada hari Kamis tanggal 25 Mei 2023 pada saat jadwal kelas kosong. Latihan ini dibagi menjadi empat tahap, yaitu sebagai berikut:

1. Tes awal

Pada tahap ini, semua siswa yang mengikuti kegiatan sosialisasi diberikan kuesioner untuk diisi sebagai pre-test. Pretest terdiri dari tiga pertanyaan langsung tentang *Self disclosure* remaja kepada Orang Tua.

2. Tahap sosialisasi Pentingnya *Self disclosure* Remaja Kepada Orang Tua

Tahap ini adalah tahap awal kegiatan yang dilakukannya sosialisasi terkait Pentingnya *Self disclosure* Remaja Kepada Orang Tua yang dilakukan pada siswa kelas VIII E di SMP 11 Kota Jambi. Materi sosialisasi berisi tentang fungsi dan alasan diharuskannya terbuka kepada orang tua, serta alasan harus terbuka dengan orang tua, efek buruk dari kungunya komunikasi serta tips agar terbuka dengan orang tua.



3. Sesi tanya jawab

Setelah pemaparan materi siswa dan siswi selaku peserta sosialisasi dipersilahkan untuk bertanya dan melakukan diskusi. Pada tahap ini diharapkan peserta mendapatkan pemahaman tentang Pentingnya *Self disclosure* Atau Keterbukaan Diri Pada Orang Tua dan mampu mengaplikasikan pada kehidupan sehari hari.

4. Posttes

Kegembiraan peserta dalam mengikuti kegiatan ini dan tiga pertanyaan yang hampir identik dengan pretest yang membahas Pentingnya Pengungkapan Diri kepada Orang Tua dapat digunakan untuk menentukan seberapa sukses latihan ini.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan edukasi ini meliputi empat kegiatan yaitu tes wal tentang pengetahuan remaja terkait *self disclosure*, pemberian sosialisasi. Kegiatan tanya jawab mengenai pengungkapan diri (*self disclosure*), dan post test tentang pengetahuan remaja tentang pentingnya *Self disclosure* dan cara melakukan *Self disclosure* kepada orang tua. Kegiatan pertama yaitu melakukan evaluasi tes awal menggunakan lembaran kertas untuk menilai sejauh mana pengetahuan remaja mengenai pengungkapan diri (*self disclosure*). Pengisian tes awal di bantu oleh mahasisis bagi siswa yang mengalami kesulitan dalam mengisi tes awal.

Proyek pengajaran ini menggunakan media leaflet yang dipadukan dengan pendekatan diskusi terbimbing. Tujuan dari *self disclosure*, mengapa harus jujur kepada orang tua, dampak negatif dari kurangnya komunikasi, dan saran untuk terbuka dengan orang tua. Pengungkapan diri remaja kepada orang tua yang suportif akan memfasilitasi pertumbuhan mereka di masa depan

(Anggraini, 2013).

Gambar 1. Leaflet Edukasi Pengungkapan Diri (*Self disclosure*)



Sumber: (Dokumentasi Peneliti)

Gambar 2. Leaflet Edukasi Pengungkapan Diri (*Self disclosure*)



Sumber: (Dokumentasi Peneliti)

Leaflet yang diberikan secara hard copy kepada remaja untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pengungkapan diri (*self disclosure*) kepada orang tua. Pada kegiatan ini juga menunjukkan bahwa media edukasi leaflet yang digunakan dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pengungkapan diri (*self disclosure*).

Gambar 3. Evaluasi Tes Awal



Sumber: (Dokumentasi Peneliti)



Gambar 4. Pemberian Materi Edukasi



Sumber: (Dokumentasi Peneliti)

Kegiatan setelah pemberian materi edukasi yaitu sesi tanya jawab dengan remaja terkait dengan pengungkapan diri atau disclosure kepada orang tua. Mahasiswa dan remaja saling mendiskusikan melalui pertanyaan dan pengalaman dalam pengungkapan diri remaja yang pernah mereka lakukan. Pemberian materi edukasi mengenai pengungkapan diri (*self disclosure*) dengan metode brainstorming (curah pendapat) dengan menggunakan media leaflet dapat membantu dalam peningkatan pengetahuan siswa.

Gambar 5. Sesi Tanya Jawab



Sumber: (Dokumentasi Peneliti)

Evaluasi analisis hasil pretest dan post test tentang pengetahuan remaja mengenai pentingnya pengungkapan diri (*Self disclosure* kepada orang tua). Kegiatan ini menggunakan lembar pertanyaan sebanyak 28 lembar yang disesuaikan dengan materi sosialisasi. Hasilnya adalah adanya pemahaman baru mengenai pentingnya pengungkapan diri kepada orang tua, dan mereka akan lebih terbuka kepada orang tua

mereka.

Kesimpulan

Mengingat pentingnya manfaat yang dirasakan dari adanya pengungkapan diri (*self disclosure*) remaja kepada orang tua, maka tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman yang baik kepada masyarakat khususnya kaum remaja dan orang tua tentang pentingnya pengungkapan diri (*self disclosure*) pada kaum remaja. Kegiatan tanya jawab mengenai pengungkapan diri (*self disclosure*), dan post test tentang pengetahuan remaja tentang pentingnya *Self disclosure* dan cara melakukan *Self disclosure* kepada orang tua. Hasilnya adalah adanya pemahaman baru mengenai pentingnya pengungkapan diri kepada orang tua, dan mereka akan lebih terbuka kepada orang tua mereka.

Referensi

- Anggraini, D. I. (2013). Pengaruh Pengungkapan Diri Kepada Keluarga dan Kelompok Sebaya Dalam Memilih Perguruan Tinggi.
- Dolonseda, H. P., Tokio, C. A. V, Kaempe, T. W., & Mesra, R. (2022). *Realitas Pendidikan Dan Kondisi Ekonomi Keluarga Petani Wortel Di Kelurahan Rurukan*. 7(4).
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Gugule, H., & Mesra, R. (2022). Analisis Sosiologis Terhadap Video Viral Tiktok tentang Penegakan Hukum di Indonesia. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Budaya*, 8(3), 1071. <https://doi.org/10.32884/ideas.v8i3.956>
- Ibrahim, M, B. (2023). Malang Darurat Bunuh



- Diri, Psikolog Ingatkan Peran Penting Orang Terdekat. <https://www.detik.com/jatim/berita/d6747634/malang-darurat-bunuh-diripsikolog-ingatkan-peran-penting-orangterdekat>. Diunduh 02 Juni 2023.
- Ilata, A. H., Santie, Y. D. A., Salem, V. E. T., Hidayat, M. F., Mesra, R., & Manado, U. N. (2022). *Lingkungan pergaulan remaja di smp negeri 13 halmahera barat*. 3(2), 110–116. <https://doi.org/10.53682/jpjsre.v3i2.4995>
- Juliyanti, N., & Siswati, S. (2014). Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Pengungkapan Diri Remaja Terhadap Orangtua Pada Siswa Sma Krista Mitra Semarang. *Jurnal EMPATI*, 3(4), 422–431. <https://doi.org/10.14710/empati.2014.7604>
- Kumalasari, A. G., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Guru Dengan Pengungkapan Diri (*Self disclosure*) Pada Remaja. *Jurnal EMPATI*, 5(4), 640–644. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15420>
- Mesra, Umaternate, F. (2021). Application of the Learning Model “Baca Dulu” Break Out Class Daring and Luring as an Effort to Overcome the Various Obstacles of Online Learning During The Covid-19 Pandemic at UNIMA Sociology Education Study Program. *Proceeding ICHELSS 2021*, 639–645. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/hisipi/article/view/22394>
- Mesra, R., & Anton, E. E. (2023). Pelatihan Penggunaan Aplikasi Mendeley dan Turnitin Guna Meningkatkan Kompetensi Guru Dalam Membuat Karya Tulis Ilmiah di SMA Negeri 1 Tondano. *Abdi Masyarakat*, 5(1)
- Mustamu, A. C., Hasim, N. H., & Khasanah, F. (2020). Pola Asuh Orang Tua, Motivasi & Kedisiplinan Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja Papua. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 08(1), 17–25.
- Nawafilaty, T. (2016). Persepsi Terhadap Keharmonisan Keluarga, *Self disclosure* dan Delinquency Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(02). <https://doi.org/10.30996/persona.v4i02.559>
- Santie, Y. D. A., Mesra, R., & Tuerah, P. R. (2020). Management of Character Education (Analysis on Students at Unima Sociology Education Study Program). *3rd International Conference on Social Sciences (ICSS 2020)*, 473(Icss), 184–187. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201014.041>
- Tania, Y. (2016). *Self disclosure* Anak yang Pindah Agama kepada Orang Tua. *Jurnal E-Komunikasi*, 4(1), 1–12. <http://publication.petra.ac.id/index.php/iImu-komunikasi/article/view/4879>
- Zulkifli, A. (2018). Self-Disclosure Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Dan Self-Esteem Pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(2), 179. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i2.21194>

