

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pada masa usia SMA (Sekolah Menengah Atas) dapat dikategorikan dalam masa usia remaja madya dengan rentang usia dari 15-18 tahun. Remaja merupakan usia dimana banyak mengalami perubahan hubungan sosial dan berusaha untuk memahami orang lain, bahwa setiap individu mempunyai keunikan tersendiri satu dengan yang lainnya berbeda dalam hal fisik, sikap maupun pemikiran. Dalam hal proses memahami yang dilakukan, mendorong remaja untuk dapat menjalin hubungan sosial yang lebih akrab. Menurut Havighurst (dalam Yusuf, 2004, hlm. 74-94) salah satu tugas perkembangan pada usia SMA yang harus dijalani yaitu mencapai kematangan dalam hubungan teman sebaya dan mengembangkan kemampuan komunikasi sosial. Tugas perkembangan yang harus dilaksanakan oleh remaja pada tingkat SMA dalam mencapai kematangan hubungan dengan teman sebaya adalah dengan cara membina hubungan persahabatan. Persahabatan merupakan salah satu contoh dari suatu hubungan diadik, yaitu komunikasi yang berlangsung dua arah antara dua orang atau lebih yang mempunyai hubungan yang mantap dan jelas karena adanya praktik komunikatif dan membuka diri satu sama lainnya.

Salah satu jenis hubungan yang dialami oleh remaja adalah persahabatan. Ikatan dalam hubungan persahabatan banyak ditemui atas dasar minat yang sama dan adanya kemiripan satu dengan lainnya. Persahabatan merupakan hubungan yang bersifat timbal balik, seimbang, dan stabil. Remaja dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan pribadi mereka. Mereka juga memperoleh tempat yang memungkinkan untuk berani menyampaikan opini, kelemahan, dan memperoleh bantuan ketika berada dalam masalah.

Para remaja melaporkan bahwa mereka dapat lebih mengungkapkan informasi yang bersifat mendalam dan pribadi kepada teman-teman mereka dari pada para anak yang lebih kecil atau kepada orangtua mereka. Remaja juga menyatakan mereka lebih mengandalkan teman dari pada orangtua untuk memenuhi kebutuhan, untuk Sovi Navisah, 2015

LAYANAN DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MENGEMBANGKAN SELF-DISCLOSURE DALAM PERSAHABATAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kebersamaan, untuk meyakinkan harga diri, dan keakraban. Meningkatnya kedekatan dan pentingnya persahabatan memberikan tantangan kepada remaja untuk menguasai kemampuan sosial yang lebih baik (Buhrmester & Furman, 1987, hlm. 1103).

Remaja memiliki persahabatan yang berkualitas tinggi di bandingkan dengan anak-anak, mereka mengatakan bahwa teman-teman yang baik adalah saling menceritakan segala sesuatu, mengungkapkan pemikiran pribadi dan berbagi perasaan yang mereka miliki. Keterbukaan diri merupakan ciri khas dari sebuah persahabatan, remaja juga mengatakan bahwa teman-teman mereka akan saling membela satu sama lainnya dalam perkelahian untuk menunjukkan rasa kesetiakawanan mereka (Berndt, 2002, hlm. 7).

Semakin tingginya kualitas persahabatan antar remaja menyebabkan remaja dituntut untuk mempelajari sejumlah kemampuan agar dapat menjaga hubungan berjalan dengan baik, termasuk mengetahui bagaimana cara untuk membuka diri sendiri dengan tepat, mampu menyediakan dukungan emosi kepada teman, dan menangani masalah agar tidak merusak keakraban dari persahabatan. Kemampuan ini membutuhkan pengambilan sudut pandang, empati, dan pemecahan masalah sosial bila pada remaja dibandingkan dengan kemampuan yang dibutuhkan pada masa kanak-kanak.

Menurut Bauminger et al, (dalam Christensen, 2011, hlm. 2) persahabatan juga menyediakan individu dengan ikatan emosional yang konsisten dan rasa memiliki untuk diperlukan, menciptakan rasa kebermaknaan dalam suatu hubungan. Memiliki kepercayaan dan terpercaya yang bersedia membantu memberikan hubungan emosional, dan menjadi bagian dari hubungan pribadi yang unik memberikan rasa memiliki. Kedekatan emosional dan rasa memiliki mengindikasikan bagaimana individu memaknai persahabatan.

Keterbukaan diri yang terjadi pada persahabatan dilandasi dengan adanya kepercayaan diantara sahabat, saling percaya bahwa mereka bisa menjaga rahasia tentang masalah pribadi yang di ceritakannya. Semakin tinggi keterbukaan antar sahabat membuat semakin kecil kemungkinan terjadi nya konflik yang terjadi, namun bukan berarti keterbukaan yang sangat tinggi itu baik. Keterbukaan diri (*self-*

disclosure) sangat baik untuk persahabatan namun harus mempunyai batasan privasi sesuatu yang harus diceritakan atau cukup individu tersebut yang mengetahuinya. Menurut Greene et al, (dalam Gibbs, 2006, hlm. 156) keterbukaan diri secara umum memiliki efek yang positif pada pengembangan suatu hubungan, meskipun di akui bahwa seseorang mempunyai siklus antara menjadi terbuka dan tertutup dalam mengungkapkan diri mereka, namun jika seseorang terlalu banyak mengungkapkan diri (terutama informasi yang negatif) dalam hubungan, mungkin akan memiliki efek yang negatif pula.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2014), tentang profil *self-disclosure* peserta didik dan implikasinya terhadap bimbingan dan pribadi sosial. Temuan penelitian menunjukkan *self disclosure* peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Lembang Tahun Ajaran 2015/2016 secara umum berada pada kategori tinggi yaitu 67% dan 33% pada kategori rendah. Peserta didik yang berada pada ketgori tinggi sudah terbuka dan mengungkapkan informasi pribadi kepada teman secara mendalam, mengungkapkan informasi diri mengenai sikap dan opini, selera dan minat, sekolah, keuangan, pribadi, dan fisik, serta hubungan yang terjalin dengan teman sudah sangat akrab, namun masih memerlukan bimbingan. Tingkap pencapaian aspek atau opini *self-disclosure* peserta didik berada pada kategori tinggi, yaitu topik mengenai sekolah, topik mengenai kepribadian, topik sikap dan opini, topik selera dan minat, dan topik fisik, topik seputar keuangan berada pada kategori rendah. Terdapat perbedaan *self-disclosure* antara peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan kelas VII SMP Negeri 1 Lembang Tahun Ajaran 2015/2016, peserta didik perempuan lebih terbuka dan mengungkapkan informasi pribadi kepada teman serta hubungan yang dijalin sudah akrab.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMA Taruna Bakti Bandung melalui wawancara kepada guru bimbingan dan konseling masih terdapat peserta didik yang enggan menceritakan masalah pribadinya kepada guru-guru bimbingan dan konseling, namun ketika sudah terjadinya masalah yang serius peserta didik baru terbuka. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilaksanakan kepada peserta didik, diketahui bahwa mereka tidak mudah menaruh kepercayaan kepada

teman mereka mengenai masalah pribadi yang dihadapi karena merasa takut jika masalah tersebut disebar luaskan kepada teman lainnya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang kurang baik, oleh karena itu perlu adanya upaya untuk mengembangkan *self-disclosure* yang terjadi di dalam persahabatan peserta didik SMA Taruna Bakti Bandung.

Keterbukaan diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hubungan interpersonal, keterbukaan diri adalah sikap untuk membuka diri tentang keadaan dirinya secara terbuka dan apa adanya. Keterbukaan dalam komunikasi menghilangkan kesalahanpahaman dan kecurangan. Keadaan seperti inilah yang akan menciptakan hubungan interpersonal yang baik. Keakrabban hubungan interpersonal ditandai oleh adanya sikap terbuka, saling percaya, sehingga seseorang dapat “secara total mengungkapkan segala sesuatu tanpa resiko” (Suranto Aw, 2011, hlm. 31)

Dalam keterbukaan diri hal yang paling mendasar adalah kepercayaan, biasanya individu akan mulai terbuka jika kepada orang yang sudah lama dikenalnya. Kepercayaan terhadap orang lain yang mendasar ditentukan oleh pengalaman bertahun-tahun. *Self-disclosure* diartikan sebagai tindakan individu dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi terhadap orang lain. Informasi yang bersifat pribadi mencakup aspek atau topik pembicaraan mengenai sikap dan opini, selera atau minat, sekolah, kepribadian, keuangan, fisik (Jourard, 1971a, hlm.8).

Berdasarkan pengertian keterbukaan diri (*self-disclosure*) dari beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa kunci dari suksesnya keterbukaan diri adanya saling percaya satu sama lainnya. Ketika mengenal seseorang selama bertahun-tahun dan mengenal lebih jauh bagaimana karakter dan sifat membuat kita memahami apakah orang tersebut layak untuk bisa menjaga informasi mengenai pribadi yang kita bagi, selain itu individu juga ingin mendapatkan umpan balik dari keterbukaan diri yang dilakukannya dengan cara mendapatkan kepercayaan dan keterbukaan diri dari sahabatnya tersebut.

Self-disclosure sebagai suatu jenis komunikasi yang mengungkapkan informasi tentang diri seperti pikiran, perasaan, pendapat pribadi yang biasanya disembunyikan dikomunikasikan kepada orang lain, dan menyatakan *self-disclosure*

memfasilitasi pengembangan dan pembentukan hubungan interpersonal yang tulus dan bermakna (Devito, 2010, hlm. 59).

Penelitian yang dilakukan oleh Johnson (dalam Gainau, 2008, hlm. 3) menunjukkan bahwa individu yang mampu dalam keterbukaan diri (*self-disclosure*) akan dapat mengungkapkan diri secara tepat, terbukti mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri sendiri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya individu yang kurang mampu dalam keterbukaan diri (*self-disclosure*) terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup. Johnson mengatakan bahwa ciri-ciri *self-disclosure* tersebut, mempengaruhi kesehatan mental seseorang.

Individu yang mampu terbuka akan dapat mudah memahami dirinya sendiri karena mampu menerima pandangan orang lain, sehingga mudah mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Selain itu, kita dapat mudah mengatasi masalah yang dihadapi dengan adanya solusi dan dukungan yang diberikan oleh orang lain, dalam hal ini kita percaya bahwa orang tersebut dapat dipercaya karena sudah mampu terbuka menceritakan masalah pribadi sehingga membuat orang lain pun percaya dan terbuka juga, saling terbuka dan percaya merupakan asal mulanya terbentuk suatu hubungan persahabatan.

Berdasarkan pentingnya keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang dimiliki peserta didik saat ini perlu adanya pengembangan lebih untuk meningkatkan komunikasi interpersonal yang dimiliki, oleh karena itu perlu adanya penelitian empiris yang mampu memberikan solusi tentang pengembangan keterbukaan diri pada peserta didik. Layanan yang akan dibuat untuk mengembangkan *self-disclosure* dalam persahabatan yaitu berupa layanan dasar melalui bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dapat di definisikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi. Oleh karena

itu peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Layanan Dasar Bimbingan dan Konseling untuk Mengembangkan *Self-disclosure* dalam Persahabatan”

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

1.2.1 Identifikasi

Salah satu faktor penentu kekuatan hubungan dalam persahabatan yang dilakukan oleh remaja salah satunya adalah keterbukaan diri (*self-disclosure*). Jika seseorang terlibat dalam persahabatan di mana tidak ada banyak keterbukaan, ia dapat melihat bahwa persahabatan memiliki pandangan yang negatif atau buruk. Salah satu penyebab rusaknya hubungan adalah kurangnya keterbukaan diri dalam komunikasi, namun sayangnya banyak orang berfikir bahwa keterbukaan diri sudah tidak diperlukan lagi pada saat hubungan yang sudah semakin memburuk, dikarenakan bahwa orang lain tidak akan memberikan manfaat dan dukungan jika sudah membuka diri dan mempunyai ketakutan akan merugikan (Devito, 2010, hlm. 280). Fehr (dalam Christensen, 2011, hlm. 4) menyatakan bahwa keterbukaan diri tidak terjadi di setiap persahabatan, namun seorang individu memiliki harapan dalam menciptakan keintiman melalui persahabatan.

Keterbukaan diri merupakan aspek yang penting dalam mengenal orang lain, namun jika orang tersebut tidak mau terbuka akan dirinya, maka ia tidak akan mengenal sahabatnya sebagai pribadi yang utuh. Diketahui bahwa dalam suatu hubungan persahabatan jika tidak adanya keterbukaan diri kemungkinan kurangnya rasa mempercayai, menghargai, kejujuran dan kepedulian. Mengetahui hal ini, masuk akal untuk meneliti pengembangan *self-disclosure* pada persahabatan dengan menggunakan layanan dasar yaitu bimbingan kelompok sehingga individu dapat menggambarkan hubungan persahabatan serta perubahan dinamika persahabatan dengan mengembangkan proses komunikatif dalam menciptakan keterbukaan diri. Dengan perubahan sifat dalam persahabatan, juga memungkinkan individu

memahami, menilai, dan membangun hubungan sosial lain mereka sedikit dengan berbeda.

1.2.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dijabarkan dalam pertanyaan penelitian:

- 1) Bagaimana gambaran umum *self-disclosure* dalam persahabatan peserta didik kelas XI SMA Taruna Bakti Bandung Tahun Ajaran 2015/2016 ?
- 2) Bagaimana rancangan layanan dasar bimbingan dan konseling untuk mengembangkan *self-disclosure* dalam persahabatan peserta didik kelas XI SMA Taruna Bakti Bandung Tahun Ajaran 2015/2016.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran empirik mengenai *self-disclosure* dalam persahabatan peserta didik dan menyusun rancangan pelaksanaan layanan dasar bimbingan dan konseling untuk menengembangkan keterbukaan diri (*self-disclosure*) dalam persahabatan peserta didik kelas XI SMA Taruna Bakti Bandung Tahun Ajaran 2015/2016. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk:

- 1) Memperoleh gambaran umum *self-disclosure* dalam persahabatan peserta didik kelas XI SMA Taruna Bakti Bandung Tahun Ajaran 2015/2016;
- 2) Membuat rancangan layanan dasar bimbingan dan konseling untuk mengembangkan *self-disclosure* dalam persahabatan peserta didik kelas XI SMA Taruna Bakti Bandung Tahun Ajaran 2015/2016.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan mengenai pengembangan keterbukaan diri (*self-disclosure*) dalam persahabatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini berguna bagi:

1) Bagi Peserta Didik SMA

Diharapkan penelitian ini bisa membantu mengembangkan *self-disclosure* pada diri peserta didik dalam menjalin persahabatan.

2) Bagi Guru BK

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan sebagai salah satu acuan untuk memberikan layanan kepada peserta didik dalam mengembangkan keterbukaan diri (*self-disclosure*).

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan kajian yang berhubungan dengan *self-disclosure* pada remaja khususnya dalam persahabatan dan penelitian selanjutnya *self-disclosure* dalam persahabatan remaja akhir dalam konteks pendidikan di universitas.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Penelitian ini disusun berdasarkan sistematika sebagai berikut. Bab I pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah penelitian yang berisikan fenomena yang terjadi dan permasalahan, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II kajian pustaka, terdiri dari pembahasan mengenai teori-teori seperti konsep *self-disclosure*, persahabatan, remaja sebagai peserta didik SMA, dan layanan dasar bimbingan dan konseling. Bab III metodologi penelitian, yang meliputi pendekatan dan metode penelitian, tempat dan partisipan penelitian, definisi operasional variabel penelitian, instrumen penelitian, langkah-langkah penelitian, dan teknik analisis data yang digunakan. Bab IV temuan penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pemaparan deskripsi temuan penelitian dan pembahasan serta rancangan layanan dasar bimbingan dan konseling. Bab V penutup, yang terdiri dari simpulan dan rekomendasi penelitian.