

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini merupakan pendahuluan yang menjelaskan tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta sistematika penulisan.

1.1. Latar Belakang Penelitian

Komunikasi merupakan hal yang penting dalam kehidupan manusia yang menyentuh segala aspek kehidupan manusia. Semua bentuk kegiatan yang dilakukan pasti terjadinya komunikasi yang membentuk suatu hubungan antar pribadi individu maupun kelompok (Effendy, 2003). Komunikasi memiliki peran sangat penting dalam kehidupan, termasuk di bidang Pendidikan guna mencapai tujuan dari Pendidikan secara maksimal. (Setyanto, 2015; Little John dan Foss, 2009: 99). Pada hakikatnya proses belajar-mengajar merupakan kegiatan interaksi dan komunikasi antara guru dan murid dalam tujuan pembelajaran yang sesuai dengan tujuan Pendidikan (Naim, 2011; Yusuf, 1990).

Kegiatan pembelajaran merupakan proses transformasi pesan edukatif berupa materi belajar dari sumber belajar kepada pembelajar. Dalam pembelajaran terjadi proses komunikasi untuk menyampaikan pesan dari pendidik kepada peserta didik dengan tujuan agar pesan dapat diterima dengan baik dan berpengaruh terhadap pemahaman serta perubahan tingkah laku (Miarso, 1984). Hal ini diwujudkan sebagai upaya meningkatkan sumber daya manusia yang tidak dapat terlepas dari peningkatan kualitas pendidikan. Kualitas pendidikan yang dipengaruhi proses belajar dimana sangat bergantung pada efektifitas proses komunikasi yang terjadi dalam pembelajaran tersebut.

Kualitas pembelajaran dipengaruhi oleh keefektifan komunikasi yang terjadi di dalamnya. Komunikasi dikatakan efektif apabila komunikasi yang terjadi menimbulkan arus informasi dua arah, yaitu dengan munculnya *feedback* dari pihak penerima pesan (Elliot *et al.* dalam Ramadhani, 2012: 1). Dalam hal ini peserta didik dituntut untuk mengikuti kegiatan belajar dengan berpartisipasi secara aktif, misalnya bertanya kepada guru atau mengemukakan pendapat di dalam kelas. Dengan adanya *feedback* yang baik dari peserta didik, ini

menunjukkan proses transformasi pesan berupa ilmu pengetahuan dan teknologi dari pendidik kepada peserta didik, dimana peserta didik mampu memahami maksud pesan sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan, sehingga menambah wawasan ilmu pengetahuan dan teknologi serta menimbulkan perubahan tingkah laku menjadi lebih baik. Maka partisipasi peserta didik dalam proses belajar mengajar dapat dijadikan indikator pemahaman peserta didik terhadap materi yang telah disampaikan (Gillani et al. 2010).

Namun komunikasi dalam lingkup akademik bagi sebagian peserta didik sangat berbeda dengan komunikasi yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Pada lingkup akademik, komunikasi yang disampaikan memiliki standar nilai (Naim, 2011). Standar nilai berupa ketentuan benar atau salah terhadap pendapat yang dikemukakan pada saat proses belajar mengajar. Peserta didik menjadi cemas atau takut untuk mengkomunikasikan pandangannya dikarenakan standar nilai (McCroskey, 1977). Peserta didik takut jika pendapat yang dikemukakannya salah, sehingga memilih untuk tidak berpendapat dan cenderung bersikap pasif

Timbulnya berbagai macam permasalahan dalam proses pendidikan khususnya dalam proses belajar mengajar di kelas dapat bermula dari adanya persoalan atau hambatan dalam melakukan komunikasi. Hambatan komunikasi yang timbul dari peserta didik yaitu adanya kecemasan atau kekhawatiran dalam komunikasi pada proses belajar mengajar (McCroskey, 1980; Setyanto, 2015). Permasalahan kecemasan dalam komunikasi antara lain ketika guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengemukakan pendapat, ide, atau gagasannya terkadang peserta didik terlihat takut, gugup, gelisah, bahkan sampai berkeringat dingin. Reaksi terjadi karena peserta didik beranggapan pendapatnya akan salah dan akan diremehkan oleh guru dan teman-temannya

Seorang individu yang mengalami kecemasan komunikasi maka ia akan merasa takut untuk melakukan komunikasi. Hal ini akan membentuk pribadi dan sikap perilaku kerap mengarah kearah yang kurang optimal dalam perkembangannya. Individu akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi dan akan berbicara dalam keadaan terdesak saja. (McCroskey *et al*, 1981; Gede, 2013;488)

Rasa cemas memiliki ciri-ciri yang ditunjukkan oleh seseorang dengan adanya rasa malu, keengganan dalam berkomunikasi, gugup, diam, dan takut memberikan kesan negatif terhadap oranglain (Sargent & Fearon, 2014; Arrini, 2012: 6). McCroskey mengemukakan kecemasan dan kekhawatiran dalam berkomunikasi disebut dengan istilah *communication apprehension* (2006) yang selanjutnya dalam penelitian ini disebut kecemasan komunikasi. *Communication Apprehension* merupakan ketakutan atau kecemasan terkait komunikasi langsung yang akan dan sedang dilakukan dengan orang lain atau dengan banyak orang (McCroskey, 1984: 13).

Masalah kecemasan berkomunikasi ternyata merupakan suatu masalah yang menarik, sehingga banyak peneliti di luar negeri yang melakukan penelitian. Hasil penelitian McCroskey (1979) menunjukkan bahwa 15-20% pelajar di Amerika Serikat menderita hambatan komunikasi. Peneliti yang lain yaitu Hurt (1978) juga melaporkan hasil penelitiannya bahwa 10- 20% mahasiswa di berbagai Perguruan Tinggi Amerika menderita kecemasan berkomunikasi. Burgoon dan Ruffner (1978) yang melakukan penelitiannya di Amerika Serikat mengemukakan bahwa 10-20% populasi di Amerika Serikat mengalami kecemasan berkomunikasi yang sangat tinggi, dan sekitar 20% yang mengalami kecemasan komunikasi yang cukup tinggi.

Fenomena yang terjadi pada peserta didik, masih banyak peserta didik yang memiliki rasa cemas, takut dalam berkomunikasi dalam setting akademik. Berdasarkan temuan peneliti saat melakukan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA N 1 Pedamarankelas Xbertempat di Kabupaten Ogan Komering Ilir Provinsi Sumatera Selatan, menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang mengalami kecemasan komunikasi. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, ada beberapa siswa yang mengalami kecemasan komunikasi yang cukup tinggi dilihat proses belajar mengajar didalam kelas hasil wawancara dari guru mata pelajaran peserta didik ketika proses kegiatan belajar berlangsung terlihat Peserta didik tergesa-gesa ketika persentasi didepan kelas, ketika akan bertanya ragu dan menitipkan pertanyaan kepada teman. Keraguan pada diri peserta didik yang menghalangi usaha peserta didik menuju pencapaian hasil yang direncanakan. Peserta didik yang mengalami kecemasan komunikasi akan mengarah pada *shyness* atau *social*

anxiety yaitu merasa takut untuk tidak diterima oleh kelompoknya (McCroskey, 2006).

Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian Apriyanti (2014) di SMA Pasundan 2 Bandung menunjukkan 8% peserta didik mengalami kecemasan komunikasi pada kategori sangat tinggi, 32% pada kategori tinggi, 43% pada kategori sedang, 14% pada kategori rendah dan 3% pada kategori sangat rendah. Peserta didik yang mengalami kecemasan komunikasi pada kategori sangat tinggi perlu mendapatkan penanganan untuk mengatasi permasalahan kecemasan komunikasi.

Kecemasan komunikasi merupakan permasalahan psikologis. Penanganan permasalahan psikologis di sekolah merupakan tugas yang harus dilakukan oleh konselor. Kecemasan komunikasi yang dialami oleh peserta didik apabila tidak ditangani dapat membentuk pribadi yang pasif, sedangkan dalam proses pembelajaran di kelas peserta didik dituntut untuk berperan aktif. Pasifnya peserta didik dalam berkomunikasi apabila terus dibiarkan akan berpengaruh terhadap hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik. Peserta didik tidak dapat mengkomunikasikan ide, permasalahan ataupun memberi umpan balik terhadap proses pembelajaran.

Layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu peserta didik dalam menangani masalah kecemasan adalah layanan bimbingan pribadi sosial. Menurut Yusuf (2009: 11) bimbingan pribadi sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Kecemasan komunikasi merupakan masalah yang dialami oleh individu yang berkaitan dengan kemampuannya dalam melakukan komunikasi yang efektif dengan orang lain

Teknik *Paradoxical Intention* merupakan salah satu Teknik dari pendekatan eksistensialisme yang di kenalkan Victor Frankl. Teknik ini dilatari oleh pencarian makna hidup yang nyata, melalui perbuatan, emosi atau perasaan (Frankl, 1984). Penelitian lain yang didesain untuk melakukan investigasi mengenai kemungkinan hubungan antara kecemasan yang berulang dengan Teknik *paradoxical intention*, mengungkapkan bahwa orang-orang yang memiliki kecemasan akut yang berulang saat berbicara didepan umum mengalami

penurunan tingkat kecemasan saat diberi perlakuan *paradoxical intention* jika dibandingkan dengan yang tidak diberi perlakuan. Kemudian kecemasan ringan saat berbicara didepan umum mengalami kemajuan yang jauh lebih baik setelah diberikan *paradoxical intention* (Ascher, Schotte & Grayson, 1986; Ascher, 1984).

Berdasarkan fenomena dan penelitian terdahulu perlu dilakukan kajian mengenai reduksi dari aprehensi komunikasi, memiliki dampak negatif yang besar bagi perkembangan remaja. Dalam penelitian ini mencoba mengkaji lebih dalam mengenai efektivitas Teknik *paradoxical intention* untuk mereduksi aprehensi komunikasi khususnya pada remaja dalam penelitian eksperimen kuasi.

1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Peserta didik tidak hanya belajar untuk mencapai prestasi belajar, tetapi juga belajar untuk berinteraksi dan berkomunikasi yang baik dengan teman sebaya, guru-guru dan semua personil di sekolah maupun di luar sekolah. Hal ini dikarenakan hakikat manusia sebagai makhluk sosial, yaitu manusia selalu berinteraksi dan berkomunikasi dengan manusia lainnya dalam memenuhi kebutuhannya.

Komunikasi merupakan sesuatu yang penting dalam kehidupan manusia dan akan selalu dilakukan kapan saja dan di mana saja. Melalui komunikasi yang dilakukan, manusia dapat menyampaikan perasaannya secara langsung kepada individu yang lain (Carnegie, 2015). Mengingat pentingnya komunikasi dalam kehidupan, kemampuan berkomunikasi menjadi kebutuhan utama dalam melakukan interaksi sosial salah satunya dalam lingkungan sekolah. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah merupakan tempat bagi siswa dalam menggali ilmu pengetahuan yang akan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas (Naim, 2011). Selain itu, sekolah juga merupakan tempat bagi siswa untuk belajar berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman sebaya, guru, maupun seluruh personil sekolah.

Siswa SMA merupakan masa remaja. Pada masa ini, kebutuhan sosialisasi sangat tinggi di mana remaja akan berinteraksi, bergaul, dan berkembang bersama teman sebayanya. Oleh karena itu, setiap remaja dituntut untuk dapat melakukan

komunikasi interpersonal dengan baik. Remaja dengan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik akan dapat mengungkapkan perasaan-perasaan dan emosi terkait dengan masalah yang dihadapinya agar tidak menimbulkan konflik. Kebutuhan akan komunikasi interpersonal juga menjadi semakin besar mengingat bahwa keterampilan pengambilan keputusan pada masa remaja masih terbatas.

Peserta didik yang mengalami kecemasan komunikasi akan mengarah pada *shyness* atau *social anxiety* yaitu merasa takut untuk tidak diterima oleh kelompoknya. Remaja yang mengalami *shyness* atau *social anxiety* akan cenderung untuk menghindari orang lain, mudah ketakutan, tidak mudah percaya dengan orang lain, pendiam dan enggan untuk berbicara dengan orang lain, bahkan remaja tidak memiliki inisiatif dalam situasi sosial, bicara pelan, menghindari kontak mata dan kurang dapatberkomunikasi

Kecemasan komunikasi dalam *setting* akademik dapat memengaruhi prestasi dan kinerja serta pembangunan sosial dan psikologis (Cowden, 2010, Carnegie, 2014). Fenomena dilapangan banyak menunjukkan bahwa terdapat siswa yang masih merasa gugup dalam menyapaikan pendapatnya atau menjawab pertanyaan dari guru. Remaja yang memiliki kecemasan komunikasi yang tinggi akan sulit melakukan interaksi sosial dengan orang lain. Pada situasi akademik kecemasan komunikasi yang tinggi akan berpengaruh terhadap proses pembelajaran yang dilakukan remaja di sekolah. Permasalahan kecemasan komunikasi yang tinggi merupakan permasalahan yang perlu mendapatkan bantuan. Perlu tindakan pemulihan yang tepat untuk mereduksi kecemasan komunikasi peserta didik yang tinggi. Kecemasan komunikasi harus diatasi sedini mungkin agar prestasi belajar tidak terganggu serta tidak terbawa ke dunia kerja saat maha-siswa sudah lulus dan menjadi pekerja di suatu institusi.

Layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu peserta didik dalam menangani masalah kecemasan adalah layanan bimbingan pribadi sosial. Menurut Yusuf (2009: 11) bimbingan pribadi sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Solusi yang sebaiknya dilakukan untuk mengatasi atau mengurangi kecemasan berkomunikasi dengan orang lain adalah melalui berbagai upaya individu untuk melibatkan diri secara sosial (Lewis dan

Slade, 1994:109-111). Kecemasan komunikasi merupakan masalah yang dialami oleh individu yang berkaitan dengan kemampuannya dalam melakukan komunikasi yang efektif dengan oranglain.

Teknik *paradoxical intention* merupakan salah satu alternative pilihan dalam permasalahan kecemasan komunikasi. *Paradoxical intention* dapat dipakai untuk mengatasi gangguan-gangguan bersifat psikologis, seperti fobia, kecemasan dan gangguan obsesi kompulsif (Slametiningsih, 2012).Boeree (2008) juga mengatakan bahwa penyakit neurosis masyarakat seperti depresi, kecanduan, dan agresi merupakan perilaku yang erat kaitannya dengan ketidakbermaknaan hidup.

Paradoxical Intention dapat digunakan dengan berbagai menyajikan masalah termasuk juga dalam permasalahan kecemasan. Teknik ini berguna untuk klien yang terlibat dalam pola perilaku berulang yang tampaknya tak sadar atau otomatis dan juga klien yang perilaku bermasalah (Doyle, 1998; M. E. Young, 2013).Menurut Cade (dalam Ataoglu, Sir dan Ozkan, 1998) *Paradoxical intention* sebagai suatu intervensi di mana Teknik ini tampaknya memperburuk masalah daripada mengatasinya. Hal ini tentu saja tidak dimaksudkan untuk memperburuk keadaan konseli, namun hakikat teknik ini adalah untuk membuat konseli menghadapi masalahnya kemudian intensitas masalahnya ditingkatkan tanpa bisa ia dihindari (Frankl, 2004). Dalam teknik ini pasien memang perintahkan untuk melanjutkan dan meningkatkan gejala beserta perilaku yang terkait sampai pada titik kulminasi tertentu ia akan jenuh dan jera untuk mengulangi perilaku tersebut.

L. Solyom, *et al* (1972), melakukan sebuah penelitian berjudul *Paradoxical intention in the Treatment of Obsessive Thoughts: A Pilot Study*, mengemukakan rangkuman dari hasil tindak lanjut 12 penelitian mengenai neurosis obsesi di tujuh negara berbeda. Mereka mengatakan bahwa pikiran-pikiran yang obsesif mungkin lebih buruk dari pada gangguan neurotic lainnya. Kemudian di pilihlah teknik *paradoxical intention* untuk mengatasi pikiran-pikiran obsesif karena dalam dunia psikopatologi obsesi pada klien bersifat paradox, ia mengatakan atau melakukan hal-hal yang tidak ia sukai.

Berangkat dari alasan tersebut maka fokus penelitian dibatasi pada upaya bagaimana teknik *paradoxical intention* dapat mengurangi kecemasan komunikasi siswa. Untuk itu rumusan pertanyaan penelitian ini adalah “apakah teknik

paradoxical intention efektif dalam mereduksi kecemasan komunikasi peserta didik?” Adapun rumusan pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Seperti apa gambaran umum tingkat kecemasan komunikasi peserta didik kelas X SMA N 1 Pedamaran Tahun Ajaran 2017/2018?
2. Apakah teknik *paradoxical intention* dapat mereduksi kecemasan komunikasi peserta didik kelas X SMA N 1 Pedamaran Tahun Ajaran 2017/2018?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan teknik *Paradoxical intention* dalam mereduksi kecemasan komunikasi siswa. Secara khusus tujuan penelitian adalah mengetahui hal-hal berikut :

1. Mendeskripsikan data gambaran umum kecemasan komunikasi peserta didik kelas X SMA N 1 Pedamaran Tahun Ajaran 2017/2018
2. Mengetahui efektivitas teknik *paradoxical intention* untuk mereduksi kecemasan komunikasi peserta didik kelas X SMA N 1 Pedamaran Tahun Ajaran 2017/2018.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan dalam pengembangan teori maupun praktik bimbingan dan konseling:

1.4.1. Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah keilmuan bimbingan dan konseling khususnya dalam bidang layanan konseling untuk membantu guru bimbingan dan konseling mengurangi kecemasan komunikasi siswa.

- a. Memberikan bukti empirik tentang teknik *paradoxical intention* untuk mengurangi kecemasan komunikasi siswa.
- b. Dapat memberikan kontribusi berupa pertimbangan dalam melakukan penelitian lebih lanjut khususnya yang berkaitan dengan

teknik *paradoxical intention* untuk mengurangi aprehensi komunikasi siswa.

1.4.2. Manfaat Secara Praktis:

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan kepada guru bimbingan dan konseling di sekolah, kepala sekolah serta para siswa.

- a. Bagi pembaca, diharapkan dapat memperkaya pengetahuan khususnya tentang teknik *paradoxical intention* untuk mereduksi aprehensi komunikasi siswa.
- b. Bagi Guru di SMA N 1 Pedamaran dapat secara efektif dalam mereduksi kecemasan komunikasi siswa dengan teknik *paradoxical intention* pada siswa di SMA Negeri 1 Pedamaran.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat memberikan gambaran jelas dan bukti nyata tentang penerapan teknik *paradoxical intention* dalam mereduksi kecemasan komunikasi peserta didik pada proses pembelajaran dikelas.

1.5. Struktur Organisasi Tesis

Struktur organisasi tesis meliputi: (1) Bab I pendahuluan, meliputi latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis; (2) Bab II kajian pustaka/ landasan teoritis; (3) Bab III metode penelitian, meliputi desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data; (4) Bab IV Temuan dan pembahasan; dan (5) Bab V simpulan, dan rekomendasi serta pada bagian akhir berisi daftar pustaka dan lampiran – lampiran yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian.