

BAB I PENDAHULUAN

Bab pendahuluan menjelaskan beberapa hal penting sebagai dasar dalam penelitian. Bab ini membahas latar belakang mengenai topik atau isu yang diangkat dalam penelitian, rumusan masalah penelitian yang memuat identifikasi spesifik mengenai permasalahan penelitian berupa tiga pertanyaan, tujuan dilaksanakannya penelitian yang tercermin dari rumusan masalah penelitian, manfaat penelitian yang memberikan gambaran mengenai nilai lebih dari hasil penelitian dan struktur organisasi penelitian yang memuat sistematika penulisan.

1.1. Latar Belakang Penelitian

Manusia adalah makhluk sosial yang selalu berinteraksi dan membutuhkan orang lain dalam kehidupannya (Wahl, Iwarsson, & Verrinder, 2012; Ewick, 2013). Manusia sebagai makhluk sosial memiliki dorongan dan kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain (Adler dalam Corey, 1995: 196), seperti berhubungan dengan anggota keluarga, masyarakat, teman sebaya dan lain sebagainya. Dalam menjalin hubungan sosial yang baik, manusia memerlukan kemampuan untuk menyesuaikan diri (Burdick, et al., 2010; Rajaram & Bordia, 2013). Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial adalah individu yang memiliki keterampilan sosial (Ifdil, 2013). Keterampilan sosial akan membantu seseorang untuk dapat menyesuaikan diri dengan standar harapan masyarakat dalam norma-norma yang berlaku di sekelilingnya (Matson & Ollendick 1998:1). Hal ini berarti, keterampilan sosial sangat dibutuhkan dalam hidup bermasyarakat.

Keterampilan sosial adalah kemampuan individu untuk berkomunikasi secara efektif dengan orang lain baik secara verbal maupun non-verbal (Hargie et al, 1998:1). Individu yang memiliki keterampilan sosial biasanya akan berani berbicara, memberi pertimbangan yang mendalam, memberikan respon yang lebih cepat, memberikan jawaban secara lengkap, mengutarakan bukti-bukti yang dapat meyakinkan orang lain, tidak mudah menyerah, menuntut hubungan timbal balik, serta lebih terbuka dalam mengekspresikan dirinya (Eisler dkk dalam Abate &

Nela Eliza, 2019

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK HOMEROOM UNTUK MENINGKATKAN SELF DISCLOSURE SISWA (Penelitian Quasi Eksperiment terhadap Siswa Kelas VIII SMP N 29 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019)

Universitas Pendidikan Indonesia | repositor perpustakaan.upi.edu

Milan, 1985). Sebaliknya, individu yang memiliki keterampilan sosial yang rendah akan menunjukkan ciri-ciri kurang percaya diri, merasa tidak aman, tidak dapat mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara bebas (Calhoun, 1995). Hal ini berarti bahwa penguasaan keterampilan sosial akan dapat terlihat ketika individu dapat melakukan komunikasi secara efektif. Salah satu indikator penguasaan keterampilan sosial dengan komunikasi yang efektif adalah ketika individu mampu lebih terbuka untuk menyampaikan pikiran, perasaan dan perilakunya seperti gagasan, pengalaman pribadi, harapan, impian, sikap, ambisi dan tujuan hidupnya kepada orang lain atau yang sering disebut *self disclosure*.

Self disclosure merupakan aspek penting dalam komunikasi interpersonal (Pearson, 1983: 105; Chow, Ruhl, & Buhrmester, 2012), karena *self disclosure* adalah bagian atau jenis dari komunikasi interpersonal. Sebagai aspek penting dalam komunikasi, *self disclosure* juga penting bagi remaja. Pada masa ini remaja dihadapkan pada perubahan meliputi fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Perubahan tersebut harus dapat dihadapi remaja, salah satunya dengan menyesuaikan diri. Pada masa ini remaja dihadapkan pada perubahan dalam dirinya, sehingga perlu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi (Santrock, 2003). Selain itu, remaja harus bisa menyesuaikan diri dengan lawan jenis dan juga orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan disekolahnya (Hurlock, 1980:213). Salah satunya dengan cara mengembangkan komunikasi interpersonal yang merupakan salah satu tugas perkembangan remaja. Tugas perkembangan remaja adalah mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal secara individual maupun dalam kelompok (Yusuf, 2015:72). Salah satu bentuk keterampilan komunikasi interpersonal adalah pengungkapan diri atau yang disebut *self disclosure* (Supratiknya, 2003).

Self disclosure merupakan kemampuan dalam mengungkapkan informasi tentang diri pribadi kepada orang lain (DeVito, 1997; Allen & Court, 2009; Tokic´ & Pec´nik, 2010; Chen & Nakazawa, 2012; Rains, et al., 2014; Bevan-Dye & Akpojivi, 2016). Informasi yang diungkapkan berisi tentang pikiran (pendapat), perasaan dan perilaku (DeVito, 2011: 65). *Self disclosure* dapat membantu dalam

keberhasilan interaksi sosial remaja (Hunter, et al., 2011; Ifdil, 2013). Hal ini berarti bahwa remaja perlu menyampaikan perasaan, opini, kebutuhan, kekhawatiran yang dimiliki dalam proses penyesuaian diri ketika berinteraksi sosial. *Self disclosure* dapat meningkatkan persahabatan yang erat bagi remaja (Mc Kenna et.al., 2002; Merkle & Richardson, 2000; Fehr, 2004; Antaki, et al, 2005; Bauminger et.al., 2008; McEwan dan Guerrero, 2010; Christense, 2011; Chen & Nakazawa, 2012). Hubungan yang akrab akan menumbuhkan rasa kasih sayang, dan kepercayaan antar individu (Miyers, 1992; Rose, Carlson, & Waller, 2007). Selain itu, *self disclosure* juga akan membantu individu untuk mengetahui tentang dirinya, membantu dalam mengatasi kesulitannya, menunjukkan adanya komunikasi yang efektif, membuat hubungan semakin bermakna, dan terhindar dari resiko psikologis (DeVito, 2012: 213). Jadi, pengungkapan diri (*self disclosure*) membuat remaja lebih mengetahui kemampuan, kebutuhan, dan perasaannya. Di sisi lain, banyak juga penelitian eksperimen berkesimpulan bahwa *self disclosure* terbukti bermanfaat bagi kesehatan fisik, kesehatan psikologis, dan fungsi keseluruhan (misal, Frattaroli, 2006; Frisina, Borod, & Lepore, 2004; Smyth, 1998). Seperti *self disclosure* dapat melepaskan perasaan bersalah dan cemas (Calhoun dan Acocella, 1990: 402).

Keterampilan *self disclosure* sangat penting bagi siswa (Gainau, 2009; Saam, 2012) dan khususnya bagi siswa yang mengalami kesulitan dalam keterbukaan dirinya karena sangat mempengaruhi hubungan interpersonalnya (Ifdil, 2013). Keterampilan *self disclosure* berpengaruh besar terhadap hubungan sosial karena individu yang memiliki keterampilan *self-disclosure* 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 (Johnson, 1990). Selain itu, beberapa penelitian juga menyatakan bahwa dengan keterampilan *self disclosure* pada remaja, akan membantu dalam pencapaian kesuksesan akademiknya (Cayanus, 2004; Cayanus, Martin, & Goodboy, 2009). Selain itu, karakteristik individu yang membuka diri cenderung memiliki kepribadian terbuka (*extrovert*) yaitu mengungkapkan

pribadinya dengan informasi yang lebih akurat untuk orang lain pada tingkat yang sama (Chen, Pan & Guo, 2016). Namun, apabila remaja tidak memiliki kemampuan *self-disclosure*, maka dia akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain (Gainau, 2009).

Lebih lanjut, dengan semakin banyaknya tantangan pada abad ini, maka dibutuhkan persiapan yang matang untuk menghasilkan individu yang berkarakter, kompeten dan literat untuk menghadapi tantangan tersebut (Harosit, 2017). Terkait tantangan abad 21 seperti perkembangan teknologi yang dibarengi dengan semakin kompleksnya permasalahan masyarakat pada abad 21, sekolah dituntut untuk meningkatkan keterampilan siswa sebagai sumber daya manusia seperti keterampilan berpikir kritis, pemecahan masalah yang fleksibel, dan kemampuan kolaborasi serta komunikasi yang efektif agar dapat sukses dalam pekerjaan dan kehidupan (Griffin, McGaw & Care, 2012). Hal ini diperkuat dengan adanya kurikulum 2013 revisi 2017 yang menekankan supaya dapat mengimplementasikan keterampilan abad 21 (Harosit, 2017). Adapun keterampilan yang seyogyanya harus dimiliki siswa di abad 21 terbagi menjadi empat kelompok penting yaitu *way of thinking*, *way of working*, *tool of working*, dan *living in the word* (Griffin & Care, 2015). Salah satu kecakapan siswa yang penting dan perlu dikembangkan adalah *way of working*, di dalamnya termasuk kemampuan komunikasi dan kerjasama (Griffin, McGaw & Care, 2012; Griffin & Care, 2015). Agar dapat bekerjasama maka diperlukan komunikasi yang efektif seperti dengan bertukar pengetahuan atau pendapat untuk lebih mengoptimalkan pemahaman antar individu (Griffin & Care, 2015).

Salah satu kecakapan komunikasi dalam proses pembelajaran adalah menggunakan kemampuan untuk mengutarakan ide-idenya, baik itu pada saat berdiskusi, di dalam dan di luar kelas, maupun tertuang pada tulisan (Panduan Implementasi Keterampilan Abad 21, 2017). Kenyataan yang terjadi dilapangan, berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru BK di SMP N 29 Bandung bahwa masih banyak ditemukan siswa yang memiliki sifat *introvert* (tertutup), cenderung terlihat diam, penyendiri dan enggan bercerita dengan teman

sekelasnya dan di kelas siswa malu dan takut untuk berpendapat. Ciri-ciri siswa yang malu dan takut mengemukakan pendapat yaitu siswa yang hanya menerima pelajaran meskipun tidak bisa dipahami. Hal ini disebabkan karena siswa tersebut memiliki *self disclosure* yang rendah. Berdasarkan fenomena-fenomena tersebut, maka diperlukan suatu upaya dalam meningkatkan keterampilan *self disclosure* remaja khususnya bagi siswa di sekolah, karena jika dibiarkan berlarut-larut maka siswa akan kesulitan dalam menyesuaikan diri yang akhirnya akan berpengaruh pada prestasi akademik siswa.

1.2. Rumusan Masalah Penelitian

Self disclosure merupakan kemampuan seseorang menyampaikan informasi kepada orang lain yang meliputi pikiran (pendapat), keinginan, perasaan dan perhatian (Barkey & Gaut, 1996). Informasi dalam melakukan *self disclosure* meliputi pikiran, pendapat, dan perasaan individu (Crider, 1983; Laurenceau, Barrett, & Pietromanaco, 1998). Keterampilan *self disclosure* yang dimiliki remaja akan membantu mereka dalam mencapai perkembangan yang optimal dan keberhasilan akademik (Ifdil, 2013). Dari penelitian yang telah dilakukan sampai saat ini menunjukkan bahwa *self disclosure* dapat menghasilkan hasil positif dalam hubungan pribadi (Rains, Brunner, & Oman, 2014), seperti penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self disclosure* dengan penyesuaian diri pada remaja (Barata & Izzati, 2013). Lebih lanjut, Kammrath, McCarthy, Cortes & Friesen (2015) bahwa individu yang terbuka (*extrovert*) akan lebih tegas dari pada individu yang tertutup (*introvert*). Penelitian lain menyatakan bahwa *self disclosure* dapat mendorong lingkungan yang lebih informal dan santai, sehingga menghasilkan kegiatan yang lebih produktif (Allen & Court, 2009).

Selain itu, *self disclosure* juga dapat menjadi pelatih yang membantu siswa ikut berpartisipasi sehingga meningkatkan kualitas diskusi di kelas (Cayanus, 2004). Namun, berdasarkan perkembangan kehidupan individu, masa remaja merupakan masa yang sangat sulit dalam melakukan penyesuaian diri (Gainau, 2009). Padahal pada masa ini, remaja dituntut supaya bisa menyesuaikan diri

dengan baik (Santrock, 2003). Kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan disebabkan oleh kurangnya keterampilan sosial remaja (Hargie et al, 1998:1). Salah satu keterampilan sosial tersebut antara lain kurangnya keterbukaan diri (*self disclosure*) kepada orang lain (Carbery & Buhrmester, 1998). Sehingga, remaja dengan kemampuan *self-disclosure* yang rendah akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain (Gainau, 2009). Misalnya dalam lingkungan sekolah masih banyak dijumpai adanya komunikasi yang kurang efektif antara siswa dengan guru, dan siswa dengan teman-temannya. Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala seperti tidak bisa mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa was-was atau takut jika hendak mengemukakan sesuatu (Johnson, 1990).

Selain itu, individu dengan *self disclosure* rendah akan cenderung lebih tertutup (*introvert*), pendiam, cenderung terlihat diam, penyendiri dan enggan bercerita dengan teman sekelasnya (Kammrath, McCarthy, Cortes & Friesen, 2015). Oleh karena itu, sebagai seorang guru bimbingan dan konseling yang merupakan salah satu tenaga pendidik di sekolah seharusnya melakukan berbagai upaya untuk mengetahui *self disclosre* siswa dan solusi apa yang dibutuhkan untuk meningkatkan *self disclosure* siswa.

Self disclosure menjadi salah satu proses psikologis yang dibutuhkan dalam komunikasi interpersonal, karena untuk meningkatkan *self disclosure* maka dibutuhkan terjadinya suatu proses seperti komunikasi interpersonal (DeVito, 2011). Semakin komunikasi interpersonal dilakukan maka dengan sendirinya tingkat keterbukaan diri akan meningkat perlahan-lahan. Melalui komunikasi dengan orang lain maka akan meningkatkan pengetahuan diri, dan begitu juga sebaliknya (Rakhmat, 2012: 107). Hal tersebut menunjukkan bahwa dengan membuka diri atau memberikan informasi tentang diri secara bijaksana dan tepat maka hal tersebut dapat meningkatkan kualitas komunikasi seseorang.

Menurut Devito (2011: 66) ada beberapa faktor dari *self disclosure*, antar lain ukuran audiens, perasaan menyukai, efek diadik, kompetensi, kepribadian, topik, dan jenis kelamin. Faktor yang cukup relevan dan tergambar dalam

penelitian ini adalah perasaan menyukai dan efek diadik, kedua faktor ini memiliki andil kuat yang akan mempengaruhi dimensi-dimensi *self disclosure*. Selain itu, kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain, menurut adanya rasa saling percaya. Pendapat ini diperkuat dengan pernyataan bahwa individu yang terampil melakukan *self-disclosure* akan memiliki rasa tertarik kepada orang lain, percaya pada diri sendiri, dan percaya pada orang lain (Taylor & Belgrave, 1986). Jadi, ketika perasaan menyukai telah tumbuh dalam hubungan antar individu dan terjadinya hubungan timbal balik antara keduanya, sehingga akan membuat hubungan semakin nyaman dan aman karena sudah saling percaya antara satu dengan yang lain.

Sejalan dengan itu, teknik *homeroom* dalam bimbingan kelompok menyajikan suasana yang menyenangkan, bebas, terbuka, nyaman dan bersifat kekeluargaan. Oleh karena mengedepankan kenyamanan yang dapat membentuk rasa saling percaya di dalamnya, maka peneliti menjadikan teknik *homeroom* sebagai salah satu alternatif yang digunakan untuk membantu siswa meningkatkan *self disclosure*. Teknik *homeroom* secara umum dapat diartikan sebagai teknik menciptakan suasana kekeluargaan yang digunakan untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa baik di dalam kelas maupun di luar kelas pada saat pelajaran atau di luar jam pelajaran untuk membicarakan khususnya bidang belajar, sosial, pribadi, dan karir (Romlah, 2006). Dengan demikian, dalam membantu memecahkan masalah atau bahkan mengembangkan potensi siswa, maka teknik *homeroom* melalui kegiatan kelompok yang dilakukan dengan suasana yang menyenangkan sehingga timbul rasa nyaman dan terbuka.

Beberapa penelitian yang telah membuktikan keefektifan dari teknik *homeroom*, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Tria (2013) bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam bidang akademik di SMK Kartika 2 Surabaya. Nugroho (2014) menyatakan bahwa bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Rakit Kabupaten Banjarnegara. Nafiah & Handayani (2014) layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *homeroom* efektif untuk penurunan perilaku agresif siswa. Dalam penelitian ini bimbingan kelompok teknik *homeroom* dilakukan agar dapat meningkatkan *self disclosure* siswa yaitu supaya siswa bisa lebih percaya pada dirinya, lebih terbuka dan dapat mengemukakan ide, gagasan dan pendapatnya.

Berdasarkan penjabaran diatas, maka salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi rendahnya *self disclosure* pada siswa yaitu melalui bimbingan kelompok teknik *homeroom*.

Pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *homeroom* diharapkan menjadi alternatif kegiatan yang mampu meningkatkan *self disclosure* pada siswa. *Output* yang diharapkan dari pelaksanaan kegiatan ini, yaitu remaja dapat melakukan *self disclosure* dengan tepat dilihat dari jumlah informasi yang diungkapkan (*amount*), sifat dari pengungkapan (*positif/ negative nature*), kedalaman (*depth*), dan waktu pengungkapan (*timing*), *target person* (Pearson, 1983: 108).

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian sebagai berikut:

- 1) Seperti apa kondisi *self disclosure* yang dialami siswa SMP N 29 Bandung?
- 2) Seperti apa rumusan bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self disclosure* siswa SMP N 29 Bandung?
- 3) Apakah bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif untuk meningkatkan *self disclosure* siswa SMP N 29 Bandung?

1.3. Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian ini adalah membuat dan menguji bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan keterampilan *self disclosure* siswa di SMP N 29 Bandung.

Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk menemukan fakta empiris tentang:

- 1) Gambaran tingkat *self disclosure* siswa SMP N 29 Bandung.
- 2) Rumusan bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan keterampilan *self disclosure* siswa SMP N 29 Bandung.

- 3) Efektivitas bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan keterampilan *self disclosure* siswa SMP N 29 Bandung.

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah.

- 1) Secara teoritis, dapat bermanfaat untuk pengembangan keilmuan sejenis dalam mengkaji aspek-aspek penelitian yang sama maupun yang berbeda. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah perkembangan teori yang berkaitan dengan *self disclosure* dan bimbingan kelompok teknik *homeroom*.
- 2) Secara praktis, diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi.
 - a. Bagi pendidik, sebagai bahan acuan terhadap upaya-upaya peningkatan kualitas dan peningkatan keterampilan *self disclosure* melalui bimbingan kelompok teknik *homeroom*. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan pendidik dalam mengoptimalkan kemampuan siswa, bagaimana memahami dan menentukan langkah intervensi penanggulangan masalah *self disclosure* siswa serta meningkatkan pemahaman guru terhadap permasalahan siswa.
 - b. Peneliti selanjutnya, dapat dijadikan rujukan dan referensi dalam melakukan penelitian sejenis yang menyangkut pemberian bimbingan kelompok teknik lainnya untuk meningkatkan keterampilan *self disclosure* siswa.

1.5. Struktur Organisasi Tesis

Berdasarkan buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia (2017) sistematika penulisan laporan penelitian (tesis) disusun sebagai berikut.

Bagian awal, berisi halaman judul, pernyataan keaslian tulisan, halaman pengesahan, motto, dan persembahan, prakata, abstrak, daftar isi, daftar tabel, dan daftar lampiran.

Bab I Pendahuluan, pada bab satu dikemukakan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

Bab II Landasan Teori, membahas teori yang melandasi permasalahan tesis yang merupakan kerangka teoritis yang diterapkan dalam tesis. Pada bab ini berisi tentang konsep dasar *self disclosure*, konsep dasar bimbingan kelompok teknik *homeroom*, dan keterkaitan antara *self disclosure* dengan bimbingan kelompok teknik *homeroom*, serta hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian, bab ini berisi penjabaran mengenai metode penelitian yang digunakan, termasuk definisi operasional variabel, serta komponen seperti lokasi penelitian, subjek penelitian, desain, prosedur penelitian, dan teknik analisis datanya.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, bab empat mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian yang akan menjadi jawaban permasalahan yang diangkat pada penelitian ini.

Bab V Penutup, bab lima berisi simpulan dari hasil penelitian serta rekomendasi yang diberikan oleh peneliti terhadap hasil penelitian.

Bagian akhir berisi daftar pustaka serta lampiran-lampiran yang mendukung.