

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bencana alam merupakan salah satu hal yang dapat datang kapan saja dan terkadang hal tersebut sulit diprediksi kapan datangnya. Secara geologis letak wilayah Indonesia yang dilalui oleh dua jalur pegunungan muda dunia yaitu Pegunungan Mediterania di sebelah barat dan Pegunungan Sirkum Pasifik di sebelah timur menyebabkan Indonesia banyak memiliki gunung api yang aktif dan rawan terjadi bencana. Bencana alam yang sering terjadi di wilayah Indonesia antara lain : tsunami, gempa bumi, dan gunung berapi. Rentetan kejadian bencana alam di Indonesia banyak menyebabkan terjadinya korban jiwa. Seperti tragedi tsunami di Aceh dan Nias pada tahun 2004 yang menelan korban jiwa sebanyak 265.000 orang dan menghancurkan setengah dari infrastruktur di sana, dan bencana Gempa 4,59 Skala Richter diikuti oleh bencana Tsunami di Tasikmalaya dan Ciamis menelan korban jiwa lebih dari 400 orang dan tidak kurang dari 32.228 jiwa mengungsi karena rumah mereka hancur atau rusak (Sind & Abrianyah: 2007).

Bencana alam meletusnya Gunung Merapi yang belum lama ini terjadi pada tahun 2010 mengakibatkan banyak kehilangan risiko psikologis yakni *stress* dan *trauma*. Menurut Green (2004) dengan bencana alam masyarakat banyak kehilangan rumah, harta benda, kelaparan, kesehatan yang menurun, *illiteracy*, dan kehilangan mata pencaharian. Menurut Donelan & Bassuk (2004) akibat dari bencana-bencana menyebabkan setengah dari penduduk dunia menjadi sangat

miskin dan mengalami krisis kemanusiaan yang sangat parah. Menurut Friedman & Schnurr dalam Green (2004) individu-individu yang memiliki pengalaman trauma akan menunjukkan persoalan fisik konstan yang lebih besar, termasuk di antaranya rasa sakit yang kronis, gangguan *gastrointestinal*, sakit kepala, dan serangan jantung.

Dampak yang sangat mungkin terjadi adalah gangguan kejiwaan, karena para korban yang pengungsi terus memikirkan apa yang harus mereka lakukan agar kehidupan mereka kembali menjadi normal seperti semula, akan tetapi mereka hanya dapat memikirkan hal tersebut karena keadaan status gunung merapi yang dapat berubah sewaktu-waktu.

Mereka yang tinggal di pengungsian tidak dapat melakukan aktifitas apapun seperti biasanya karena mereka diharuskan berada di pengungsian yang radiusnya lebih dari 20 km dari gunung merapi sampai waktu yang belum ditentukan, ini membuat para pengungsi hanya bisa melakukan aktifitas kecil di pengungsian yang membuat mereka jenuh karena tidak banyak yang mereka lakukan. Selain kehilangan harta benda dan sanak saudara, mereka juga harus menanggung beban kehilangan mata pencaharian, karena sebagian para korban merapi adalah petani yang lahannya juga terkena dampak abu vulkanik dan menambah beban yang mereka rasakan.

Maka tidak heran jika peristiwa tersebut membuat para pengungsi mengalami kecemasan, depresi, putus asa bahkan ada pula yang menjadi gila atas trauma yang mereka hadapi. Dukungan sosial berupa dari keluarga atau sesama pengungsi sangat membantu mereka untuk bisa menyesuaikan diri terhadap

kondisi yang dialami saat ini. Mereka yang mengalami gangguan proses penyesuaian diri biasanya kurang atau tidak mendapat dukungan dari kerabat atau keluarganya.

Bencana alam merupakan salah satu pemicu terjadinya PTSD (*post traumatic kecemasan disorder*), apalagi bagi korban yang kehilangan harta benda sekaligus dengan orang-orang yang dicintainya meskipun mayoritas orang yang mengalami trauma tidak lantas berlanjut menderita PTSD. Bahkan sebagian besar menderita gangguan kecemasan akut jika stresor menyebabkan kerusakan yang signifikan dalam keberfungsian sosial dan pekerjaan selama kurang dari satu bulan.

Wilson dalam Schiraldi (1999) merangkum bahwa gangguan kecemasan pascatrauma berpengaruh pada kapasitas-kapasitas psikologi, konsep diri, perkembangan dan hubungan seseorang (termasuk kapasitas keintiman, cinta dan seksualitas). Jika tidak ditangani, gangguan kecemasan pascatrauma akan bertambah parah dan memberikan dampak munculnya gangguan pada aspek fisik (*physical fatigue*), emosi (*emotional fatigue*), mental (*mental fatigue*), perilaku (*behavioral fatigue*), dan spiritual (*spiritual fatigue*). Menurut Schiraldi (1999) symptom yang muncul pada aspek kelelahan fisik di antaranya adalah: suhu badan meninggi (*tension*), menggigil (*trembling*), badan terasa lesu (*fatigue*), mual-mual (*tingling*), pening (*nausea*), ketidakmampuan menyelesaikan masalah (*digestive track problem*), sesak napas (*rapid breathing*), panik (*event panic attack*).

Aspek emosi (*emotional fatigue*) di antaranya adalah iritasi (*irritation*), hilangnya gairah hidup (*moodiness*), ketakutan (*fear*), dikendalikan emosi (*exaggerated emotions*), dan merasa rendah diri (*loss of confidence*).

Aspek mental (*mental fatigue*) di antaranya kebingungan (*confussion*), tidak dapat berkonsentrasi (*inability to concentrate*), tidak mampu mengingat dengan baik (*remember*), tidak dapat menyelesaikan masalah (*lack decision making*).

Aspek perilaku (*behaviour fatigue*) di antaranya adalah sulit tidur, kehilangan selera makan, makan berlebihan, banyak merokok, minum alkohol, menghindari, sering menangis, tidak mampu berbicara, tidak bergerak, gelisah, terlalu banyak gerak, mudah marah, ingin bunuh diri, menggerakkan anggota tubuh secara berulang-ulang, rasa malu berlebihan, mengurung diri, menyalahkan orang lain.

Aspek spiritual (*spiritual fatigue*) di antaranya adalah putus asa (*discouragement*), hilang harapan (*hopeless*), menyalahkan Tuhan, berhenti ibadah, tidak berdaya (*despair*), meragukan keyakinan, dan tidak tulus, dll.

Jadi dapat dirumuskan pernyataan diatas bahwa gangguan kecemasan pascatrauma berpengaruh pada aspek perilaku diantaranya tidak mampu berbicara(berkomunikasi).

Komunikasi interpersonal mempunyai dampak yang cukup besar bagi kehidupan siswa. Penelitian Vance Packard (1974) “Bila seseorang mengalami kegagalan dalam melakukan komunikasi interpersonal dengan orang lain ia akan

menjadi agresif, senang berkhayal, 'dingin', sakit fisik dan mental dan mengalami 'flight syndrome' (ingin melarikan diri dari lingkungannya)".

Siswa yang memiliki kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal menurut Tedjasaputra (2005) akan sulit menyesuaikan diri, seringkali marah, cenderung memaksakan kehendak, egois, dan mau menang sendiri sehingga mudah terlibat dalam perselisihan.

Bimbingan dan konseling merupakan upaya bantuan yang diberikan oleh guru pembimbing kepada individu yang menggunakan prosedur, cara dan bahan agar individu mampu mandiri. Seperti dijelaskan oleh Dunbar bahwa "Reaksi efektif, terhadap perubahan terutama ditentukan oleh kemampuan untuk berkomunikasi. Komunikasi adalah cara untuk mengatasi kecemasan yang selalu disertai tekanan" (Dunbar dalam Hurlock, 1998: 192). Hal ini berarti kemampuan komunikasi yang baik dengan orang lain akan mempermudah individu memperoleh pandangan-pandangan sehingga dalam memasuki tahap perkembangan siswa individu akan dapat melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik. Anak yang merasa sulit atau tidak mampu berkomunikasi dengan orang lain lebih banyak berperilaku negatif dari pada anak yang mampu dan mau berkomunikasi (Hurlock, 1998: 192).

Individu merasa senang jika berada diantara teman-temannya dan membicarakan hal-hal yang menarik, karena pertemuan seperti ini merupakan kesempatan untuk mengeluarkan isi hati dan memperoleh pandangan baru terhadap suatu masalah yang dihadapi. Sesuatu yang menjadi ganjalan atau

masalah yang ada dalam individu itu sifatnya unik, masing-masing individu juga bersifat unik, mereka mempunyai karakteristik yang berbeda-beda.

Proses kemandirian individu tidak lepas dari adanya komunikasi dalam proses sosialisasi di lingkungan dimana individu tersebut berada. Komunikasi ini sangat berperan dalam pembentukan kepribadian individu. Dengan komunikasi individu dapat melangsungkan hidupnya baik di lingkungan keluarga, sekolah maupun di masyarakat. Individu yang memiliki perilaku komunikasi interpersonal yang baik akan mudah bersosialisasi dan lancar dalam memperoleh pemahaman. Belajar bersosialisasi dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitar merupakan proses tak henti-hentinya dalam kehidupan individu.

Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat disimpulkan jika komunikasi interpersonal seseorang terhambat maka akan terhambat pula tugas perkembangan individu tersebut, salah satu tugas guru pembimbing adalah mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri individu tersebut.

Tujuan Bimbingan dan Konseling adalah untuk menggali dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh individu. Sehingga masalah komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh korban bencana letusan gunung merapi menjadi salah satu tantangan yang dimiliki Bimbingan dan Konseling. sebab apabila dibiarkan maka kualitas sumber daya manusia (SDM) kita semakin hari semakin memburuk.

Korban bencana gunung merapi ini dialami oleh semua golongan umur manusia yang berada disekitar bencana. Mulai dari bayi sampai orang tua

sekalipun merasakan dampak dari bencana alam ini. Tidak terkecuali siswa juga ikut merasakan dampak dari bencana alam ini.

Siswa merupakan individu yang memiliki karakteristik yang berbeda-beda, dalam proses perkembangannya memerlukan bantuan dalam mengadakan komunikasi interpersonal yang positif di lingkungan keluarga, sekolah maupun di masyarakat. Kurang dapat berkomunikasi akan dapat menghambat pembentukan kepribadian dan aktualisasi diri dalam kehidupan, terutama dalam meraih prestasi di sekolah dan dikhawatirkan dapat menimbulkan masalah-masalah lain yang lebih kompleks lagi.

Berdasarkan hasil implementasi program konseling traumatik UPI di daerah konflik dan bencana alam menunjukkan bahwa bentuk bantuan yang diharapkan oleh siswa, guru, orang tua, dan masyarakat secara umum berupa pemberian informasi, hiburan, ceramah agama, konseling kelompok dan konseling individual. Khusus terhadap anak-anak, pemberian bantuan melalui konseling kelompok dan hiburan berupa bermacam permainan, baik yang telah dipersiapkan oleh Tim Konseling Traumatik UPI maupun kreativitas pendamping ternyata efektif. Sebagai ukuran, selama permainan berlangsung anak-anak dapat tertawa, tersenyum, bekerja sama, berlarian, berangkulan, dan menangis. Kondisi ini jelas berbeda sekali dibandingkan selama konflik berlangsung. Senyum dan tertawa merupakan sesuatu yang mahal pada anak, yang ada hanyalah wajah-wajah yang penuh kepedihan, kemurungan, kecurigaan, dan ketakutan (Depdiknas, 2001).

Dalam bimbingan kelompok terdapat beberapa macam teknik. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik diskusi kelompok. Diskusi merupakan

jantungnya bimbingan kelompok. Dengan diskusi kelompok siswa mampu bekerjasama

Upaya peningkatan perilaku komunikasi interpersonal dapat dilakukan dengan mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok salah satunya dengan cara diskusi kelompok. Kegiatan ini membahas topik-topik umum dimana masing-masing anggota kelompok di dalamnya saling mengemukakan pendapat, memberikan saran maupun ide-ide, menanggapi, saling berkomunikasi menciptakan dinamika kelompok untuk mengembangkan diri yaitu berlatih mengkomunikasikan pendapat-pendapat yang ada pada tiap-tiap anggota dalam membahas suatu topik. serta memecahkan suatu masalah secara bersama dan menemukan solusinya.

Teknik diskusi kelompok diharapkan dapat membantu siswa korban bencana letusan gunung merapi untuk mengungkapkan kecemasan yang dihadapi dimana kecemasan tersebut menimbulkan trauma dalam dirinya sehingga siswa untuk dapat mengatasi kecemasannya tersebut sendiri dengan bantuan peneliti, serta melatih proses komunikasi yang menjadi terhambat akibat tekanan yang siswa korban letusan gunung merapi rasakan.

Oleh karena itu untuk mengantisipasi gejala-gejala tersebut maka dilakukan penelitian yang berkaitan dengan proses komunikasi mereka terutama komunikasi interpersonal terhadap korban bencana letusan Gunung Merapi tersebut, dengan mengembangkan potensi-potensi yang sudah ada pada diri korban, dan melatih proses komunikasi yang terhambat dikarenakan mereka

mengalami pascatrauma dan beberapa tekanan yang mereka rasakan akibat dari bencana letusan Gunung Merapi.

B. Rumusan Masalah

Fenomena yang dipaparkan pada latar belakang diatas menggambarkan pentingnya meningkatkan komunikasi interpersonal terhadap siswa korban letusan gunung merapi di Yogyakarta tahun 2010. Adapun rumusan masalah penelitian ini adalah, “Penggunaan Teknik Diskusi seperti apakah yang efektif untuk mengembangkan komunikasi interpersonal siswa korban letusan gunung merapi?”. Permasalahan tersebut dirumuskan ke dalam pertanyaan-pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran umum gangguan kecemasan pascatraumatik siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011?
2. Bagaimana gambaran kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011?
3. Bagaimana efektivitas diskusi kelompok untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk memperoleh fakta empirik tentang keefektifan model bimbingan kelompok melalui teknik diskusi bagi siswa dengan

pengalaman traumatik. Penelitian ini secara khusus ditujukan untuk memperoleh gambaran empiris tentang:

1. Mengetahui gambaran gangguan kecemasan pascatrauma siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011.
2. Mengetahui gambaran kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011?
3. Mengetahui efektivitas diskusi kelompok untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011?

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan sejumlah manfaat, antara lain:

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bidang bimbingan dan konseling, khususnya mengenai peningkatan perilaku komunikasi interpersonal siswa berpengalaman traumatik melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok.

2. Secara praktis

- a. Siswa berpengalaman traumatik dapat berlatih meningkatkan perilaku komunikasi interpersonal melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi.

- b. Dapat menambah pengetahuan guru pembimbing dalam melaksanakan bimbingan kelompok di sekolah terkait dengan peningkatan perilaku komunikasi interpersonal siswa berpengalaman traumatik.
- c. Dapat dijadikan sebagai bahan masukan guru pembimbing dalam memberikan layanan yang tepat terhadap siswa-siswa yang memiliki perilaku komunikasi interpersonal masih kurang.

E. Asumsi Dasar

Dalam setiap penelitian yang akan dilakukan perlu ditunjang oleh beberapa asumsi atau anggapan dasar agar peneliti memiliki landasan yang kuat, pokok penelitian yang jelas dan variabel yang tegas.

Adapun asumsi yang melandasi penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Diskusi kelompok merupakan suatu proses bimbingan dimana murid-murid akan mendapatkan suatu kesempatan untuk menyumbangkan pikiran masing-masing dalam memecahkan masalah bersama. Dalam diskusi ini tertanam pula tanggung jawab dan harga diri. (Moh. Surya, 1975 : 107)
2. Diskusi kelompok merupakan suatu proses yang teratur yang melibatkan sekelompok orang dalam interaksi tatap muka yang informal dengan berbagai pengalaman atau informasi, pengambilan kesimpulan atau pemecahan masalah. (Moh. Uzer Usman, 2005 : 94)
3. Komunikasi interpersonal sebagai proses penyampaian berita yang dilakukan seseorang dan diterimanya berita tersebut oleh orang lain atau kelompok kecil

dari orang - orang, dengan suatu akibat dan umpan balik yang segera . (De Vito Thoha, 2002 : 166)

4. Siswa yang memiliki kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal akan sulit menyesuaikan diri, sering kali marah, cenderung memaksakan kehendak, egois, dan mau menang sendiri sehingga mudah terlibat dalam perselisihan. (Tedjasaputra, 2005).
5. Anak yang merasa sulit atau tidak mampu berkomunikasi dengan orang lain lebih banyak berperilaku negatif dari pada anak yang mampu dan mau berkomunikasi (Hurlock, 1998: 192)
6. Bila seseorang mengalami kegagalan dalam melakukan komunikasi interpersonal dengan orang lain ia akan menjadi agresif, senang berkhayal, 'dingin', sakit fisik dan mental dan mengalami '*flight syndrome*' (ingin melarikan diri dari lingkungannya). (Vance Packard 1974).

F. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan merupakan penetapan penemuan fakta pada pemecahan masalah dalam situasi sosial dengan pandangan untuk meningkatkan kualitas tindakan yang dilakukan di dalamnya, yang melibatkan kolaborasi dan kerjasama para peneliti, praktikan dan orang awam. (Burns, 1994. Dikutip oleh Suwarsih Madya 2009:9).

Desain intervensi tindakan berupa rancangan siklus penelitian dengan menggunakan model spiral dari Stephen Kemmis dan Mc Tagart (Wiriaatmadja,

2008:66), penggunaan pelaksanaan metode diawal pelaksanaan tindakan ditemukan adanya kekurangan, maka perencanaan dan pelaksanaan tindakan perbaikan sesuai dengan model spiral masih bisa dilanjutkan pada siklus selanjutnya sampai tujuan yang diinginkan tercapai. Penelitian ini menggunakan beberapa siklus atau sampai ditemukan perubahan yang diinginkan pada subjek.

Desain intervensi tindakan atau rancangan siklus model Kemmis dan Targart, dalam Arikunto dasarnya merupakan suatu siklus yang meliputi tahap-tahap:

- 1) Perencanaan (*Planning*),
- 2) Tindakan (*Acting*),
- 3) Refleksi (*Reflecting*), dari terselesaikannya refleksi lalu dilanjutkan perencanaan kembali (*replanning*) dan disusun sebuah modifikasi yang diaktualisasikan dalam rangkaian tindakan dan pengamatan lagi, begitu seterusnya membentuk sebuah siklus.

G. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan Yogyakarta Tahun Ajaran 2010/2011. Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 1993:104). Pada penelitian ini teknik pengambilan sampelnya yaitu dengan cara *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Sampel dari penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Sunan Kalijogo Cangkringan yang teridentifikasi mengalami gangguan kecemasan pasca-trauma. Pelaksanaan pengambilan sampel yang menggunakan teknik ini, mula-mula peneliti harus mengidentifikasi semua karakteristik populasi, baik dengan mengadakan studi pendahuluan terlebih dahulu, maupun dengan cara lain dalam mempelajari berbagai hal yang berhubungan dengan populasi. Setelah itu barulah peneliti menetapkan berdasarkan pertimbangannya, sebagian dari anggota populasi menjadi sampel penelitian. Jadi, teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* didasarkan pada pertimbangan pribadi peneliti sendiri.

Pengambilan sampel dilakukan dengan mengambil sampel satu kelompok (satu kelas). Dilakukannya penyebaran angket gangguan kecemasan pasca-trauma sehingga dapat mengungkap klasifikasi siswa yang berada pada tahap memiliki tingkat gangguan kecemasan pasca-traumatik yang tinggi dan sedang. Siswa pada tahap yang memiliki tingkat gangguan kecemasan pasca-traumatik yang tinggi dan sedang dilakukan tindakan lanjut dengan penyebaran angket komunikasi interpersonal. Selanjutnya siswa pada tahap yang memiliki komunikasi interpersonalnya rendah dilakukannya proses treatment secara berlanjut guna untuk meningkatkan komunikasi interpersonal tersebut.