

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada dasarnya manusia tidak bisa hidup sendiri. Sejak lahir sampai mati mereka cenderung membutuhkan bantuan orang lain. Oleh karena itu individu harus saling mengenal dengan menjalin komunikasi. Manusia secara alamiah adalah individu yang membutuhkan interaksi sosial untuk dapat eksis di lingkungan fisik dan sosialnya. Mereka tidak dapat bertahan hidup secara mandiri di dunia ini. (Gandasari et al., 2022). Menurut Rogers dalam kutipan Komalasari (2011) manusia dianggap, makhluk rasional, sosial, realistis, dan berkembang. Namun menyampaikan informasi tentang dirinya sangat tidak mudah. Manusia cenderung menyimpan apa yang di rasakan kepada seseorang yang belum di kenal. Keinginan untuk tahu mendorong manusia untuk berinteraksi, menjadikan komunikasi sebagai kebutuhan utama yang vital dalam kehidupan bersosial.

Devito (1992) mendefinisikan keterbukaan diri sebagai kapasitas untuk berbagi informasi mengenai diri sendiri dengan orang lain. Hal ini mencakup sikap, perilaku, emosi, keinginan, motivasi, dan pandangan seseorang. Devito (2011) menekankan beberapa aspek keterbukaan diri, termasuk dimensi ukuran, valensi, kecermatan, kejujuran, maksud dan tujuan, serta tingkat keintiman.

Berdasarkan berita yang di muat oleh (Tribun Kaltim.co) yaitu terjadi perkelahian antara SMPN 33 DAN SMPN 44 karena kesalahpahaman (2/12/2021). Di perkuat dengan berita yang di muat oleh (kompasiana.com) yaitu kurangnya pergaulan dan suka menyendiri sehingga berdampak pada anak yaitu sering di bully dan menjadi korban pemalakan yang dilakukan oleh temannya (1/1/2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anik (2019) dilakukan di SMA Negeri 2 Bengkulu Terdapat 3 orang siswa dengan rata-rata tingkat keterbukaan diri sebesar 37,5%. (2) Pada siklus I tingkat keterbukaan diri siswa meningkat menjadi rata-rata sebanyak 6 siswa dengan persentase 75% dan tingkat keterbukaan diri tinggi sebanyak 2 siswa dengan persentase 25%. Pada siklus III tingkat Keterbukaan Diri meningkat menjadi rata-rata 1 siswa dengan tingkat 12,5% dan tertinggi 7 siswa dengan tingkat 87,5%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wahyusetyawan (2020) dilakukan di SMK Asshodihiyah Semarang rata-rata nilai pre-test dari kelompok eksperimen adalah 65,7, sementara rata-rata nilai post-test adalah 68,27. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan dalam tingkat keterbukaan diri siswa SMK Asshodihiyah Semarang, baik sebelum maupun setelah perlakuan. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon menghasilkan Thitung sebesar 36, melebihi Ttabel sebesar 11 dengan taraf signifikansi 5%. Hal ini menyiratkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik pemecahan masalah efektif dalam meningkatkan self disclosure siswa kelas XII SMK Asshodihiyah Semarang.. Selanjutnya Berdasarkan penelitian yang dilakukanh Hanifa (2012) dilakukan di SMA Walisongo pecangaan Jepara Siswa dengan tingkat Keterbukaan Diri rendah sebanyak 5 orang dengan tingkat keterbukaan diri sebesar 62.5 %, siswa dengan tingkat Keterbukaan Diri rata-rata sebanyak 3 oranf dengan tingkat keterbukaan diri sebesar 37,5 %.

Berdasarkan hasil wawancara di SMKN 1 Bojonegoro pada hari selasa tanggal 21 maret 2023 dengan ibu Agustina Widayanti, S.Pd. selaku guru bimbingan konseling yaitu keterbukaan diri di lingkungan sekolah masih tergolong rendah karena kemampuan siswa dalam berkomunikasi masih kurang ciri-ciri siswa yang keterbukaan dirinya rendah seperti, membuat anggota kelompok sendiri (*gank*), memilih teman yang di sukai, Keaktifan siswa dalam mengikuti pelajaran dikelas belum sepenuhnya dapat aktif berpendapat. Upaya guru BK menunjukkan keterbukaan dengan siswa yaitu dengan cara melakukan layanan bimbingan kelompok namun, layanan yang dilakukan guru bk tersebut tidak efektif.

Fenomena terlihat dari seseorang peneliti dalam kutipan (Sari, 2020) menunjukan bahwa sekitar 61, 5% siswa memiliki tingkat keterbukaan diri rendah. Banyak siswa yang menyembunyikan permasalahan yang dihadapinya karena masih kurang percaya pada temannya, bahkan takut permasalahan yang dihadapinya akan terbongkar dan diketahui orang lain, sehingga akan mempengaruhi kondisi kesehatan fisik dan seringnya anak sakit-sakitan dan kondisi mental mereka yang sering mengantuk.

Dari penjelasan di atas terlihat bahwa masih banyak siswa yang belum mengetahui keterbukaan diri yang dimiliki. Tingkat keterbukaan diri yang terjadi pada individu juga berbeda-beda. Keterbukaan diri tersebut akan menimbulkan dampak bagi individu tersebut. Dampak dari keterbukaan diri yang rendah cenderung akan terlihat sebagai orang Kemampuan sosialnya mengalami gangguan, tingkat kepercayaan diri rendah, yang menyebabkan munculnya rasa takut, kecemasan, serta harga diri yang kurang dan keengganan untuk berkomunikasi.. Untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa maka diperlukannya bimbingan dan konseling. Salah satunya adalah bimbingan kelompok. Menurut Romlah (2019) Bimbingan kelompok merujuk pada pemberian bantuan kepada individu di dalam konteks kelompok. Tujuan dari bimbingan kelompok adalah untuk mencegah munculnya masalah dan mengoptimalkan potensi siswa. Fadilah (2019) tujuan Bimbingan kelompok pada umumnya ditujukan untuk memberikan bantuan kepada individu yang menghadapi masalah melalui pendekatan kelompok. Fadilah (2019) menekankan bahwa layanan bimbingan kelompok mengikuti tahapan tertentu yang perlu diperhatikan, termasuk tahap pembentukan, tahap transisi, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Kefektifan bimbingan kelompok telah dibuktikan dengan berbagai penelitian diantaranya, efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Tobing & Annisa (2020). Efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. (Imro'atun, 2017) dan juga efektif untuk meningkatkan *Self Disclosure*. (Pratiwi, 2019)

Metode bimbingan kelompok ada banyak diantaranya diskusi, bermain peran dan ekspositori. Akan tetapi berdasarkan hasil wawancara tentang bimbingan kelompok dengan ibu ibu Agustina Widayanti, S.Pd. sebagai guru BK di sekolah SMKN 1 Bojonegoro memecahkan masalah keterbukaan diri yang dihadapi siswa dengan cara memberi pengarahan tentang konsep diri yang dilakukan secara klasikal setelah itu biasanya guru BK melakukan bimbingan kelompok untuk mengetahui bagaimana cara menemukan konsep diri pada peserta didik secara menyeluruh guru BK melakukan layanan konseling individual dengan peserta didiknya. Selain itu menurut Putri et al. (2020) mengungkapkan bahwa Melalui layanan bimbingan kelompok siswa bisa mengutarakan pikiran yang mengganggu dan perasaan yang tidak nyaman melalui berbagai kegiatan

dalam layanan bimbingan kelompok sehingga pikiran yang terjebak, mancet, atau beku akan dikeluarkan Melalui beragam umpan balik dan respons baru, persepsi dan ide-ide yang tidak sesuai atau terbatas diperbaiki dan diperluas dalam hal integritas, pemikiran, kesadaran, dan penjelasan. Sikap-sikap yang tidak objektif, terbatas, dan tidak terkendali, juga dikoreksi. yang tidak dapat dilawan dan dihilangkan secara efektif, bila perlu gantilah dengan yang baru dan efisien.

Melihat belum efektif layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru, maka perlu pengembangan teknik untuk bimbingan kelompok yang lebih efektif. Salah satu yang dapat digunakan adalah *scaling technique*. Scaling adalah metode yang memungkinkan konselor dan klien untuk mengubah masalah yang kompleks menjadi lebih konkret dan dapat diatasi. Teknik scaling pertama kali diperkenalkan dalam konseling singkat terfokus pada solusi (SFBC), yang dikembangkan oleh deShazer dan berakar dari Terapi Keluarga Strategis. (Mukrimaa et al., 2016)

. Mukrimaa et al., (2016) Karena pikiran, emosi, dan tindakan klien tidak selalu sesuai dengan realitas atau konkret, penggunaan pernyataan scaling memberikan metode untuk berpindah dari konsep yang lebih abstrak ke tujuan yang dapat dicapai. Teknik pertanyaan scaling merupakan alat yang memungkinkan klien untuk lebih fokus pada tindakan yang mereka lakukan dan bagaimana mereka dapat melakukan langkah-langkah menuju perubahan yang diinginkan. Martina & Supandi (2017) Teknik penerapan scaling melibatkan konselor dalam mengajukan pertanyaan kepada klien, meminta mereka memberikan angka dari 1 hingga 10 untuk menunjukkan sejauh mana mereka berada pada suatu titik. Biasanya, konselor menetapkan angka 10 sebagai ujung positif skala, artinya semakin tinggi angka yang dipilih, semakin positif hasil atau pengalaman yang diindikasikan.

Penskalaan dapat digunakan untuk mengidentifikasi tujuan atau membantu klien mencapai kemajuan menuju tujuan yang telah ditetapkan. Klien dapat menetapkan tujuannya dengan mengidentifikasi perilaku konkret yang menandakan bahwa mereka telah mencapai skor 10 dalam penskalaan. Setelah tujuan ditetapkan, teknik penskalaan dapat digunakan untuk membimbing klien

dalam mencapai tujuan tersebut. Setelah klien menentukan posisi mereka dalam penskala (10 menunjukkan pencapaian tujuan), konselor dapat mengajukan pertanyaan untuk menentukan langkah-langkah kecil yang dapat diambil oleh klien untuk mencapai angka target setelah mengukur. (Mukrimaa et al., 2016)

Tujuan dari teknik penskalaan ini adalah untuk membantu terapis/konselor dan konseli mengubah topik masalah yang sebelumnya samar-samar menjadi bentuk konkrit, karena klien tidak sekedar menjelaskan perasaan/pikirannya, tetapi juga menfasirkannya dalam bentuk penilaian. Martina & Supandi (2017). *Scaling* dikenal sebagai konseling singkat yang berfokus pada solusi. (Aisyah et al., 2021) Keefektifitasan *sciling* telah dibuktikan dengan berbagai penelitian diantaranya efektif dalam mengatasi kecemasan pranikah. (Wulandari at al., 2021). Efektif dan dalam Mengatasi Masalah Motivasi Belajar Siswa. (Aisyah et al., 2021). Efektif untuk mengurangi kesepasan pasien. (Martina & Supandi, 2017)

Berdasarkan paparan diatas mengenai keterbukaan diri yang sudah terjadi dikalangan siswa, diharapkan peserta didik mampu mengetahui dampak buruk yang akan terjadi dan siswa dapat belajar dari pengalaman yang nyata, proses yang nantinya akan dilakukan berupa pemberian buku modul mengenai keterbukaan diri dengan teknik *Scaling*, dilanjut dengan diskusi bersama mencari jalan keluar dari permasalahan tersebut dengan layanan bimbingan kelompok, dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik *Scaling* diharap dapat meningkatkan keterbukaan diri siswa. Oleh karena itu penulis tertarik membuat judul skripsi, pengembangan panduan pelatihan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *scaling* untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan penelitian ini adalah bagaimana mengembangkan panduan pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *scaling* untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa.

1.3 Tujuan Pengembangan

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk yaitu pengembangan panduan pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *scaling* untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Di harapkan penelitian ini menghasilkan skripsi mengenai pengembangan panduan pelatihan Teknik *scaling* untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan kepada guru BK dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran bagi siswa untuk meningkatkan keterbukaan diri

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan keterampilan supervisi guru dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok dan dapat membantu meningkatkan keterbukaan diri siswa dengan menggunakan teknik *scaling*

c. Bagi pihak sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai kualitas proses pembelajaran yang berlangsung disekolah.

1.5 Spesifikasi Produk Yang diharapkan

Berdasarkan konteks permasalahan tersebut, diharapkan penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan produk yang berupa modul pelatihan teknik *scaling* untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa terhadap spesifikasi teknis yang berupa intruksi dan buku panduan guru BK yang terdiri dari tiga bagian yaitu: pendahuluan, yang mencakup alasan penasihat, tujuan umum, dan kerangka berfikir konselor. Petunjuk umum tentang pelatihan, dan metode pelaksanaan pelatihan.

1.6 Asumsi dan Batasan Pengembangan

A. Asumsi

Kurangnya keterbukaan diri tidak dapat diabaikan, namun harus ada suatu model praktis untuk meningkatkan implementasi.. ada banyak cara berbeda untuk meningkatkan keterbukaan diri yang optimal dalam perkembangannya, termasuk memberikan teknik *scaling* agar siswa lebih dapat beadaptasi dan mengembangkan potensinya dengan lebih baik. Keterbukaan diri bukanlah

sesuatu yang sudah melekat sejak lahir, tetapi harus dipupuk sejak lahir, dipengaruhi dari lingkungan dan siswa itu sendiri. Oleh karena itu keterbukaan diri ini dapat di praktikan dengan berbagai cara untuk meningkatkannya. Peneliti disini meningkatkannya dengan menggunakan teknik *scaling*. Teknik *scaling* merupakan suatu cara yang efektif untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa siswa. Diharapkan dengan mereplikasi hasil penelitian ini, siswa mampu memahami diri dan kemampuannya.

B. Batasan Pengembangan

- a. Tahap pengembangan ini mengatur tata cara pengembangan dari Sugiyono (2017:298) mencakup 10 tahap pengembangan. Dan keterbatasan penelitian hanya akan menggunakan 6 tahapan untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa, antara lain ; 1) potensi dan masalah, 2) pengumpulan data, 3) desain produk, 4) validasi desain, 5) uji coba pemakaian, 6) revisi produk.
- b. Pengembangan keterbukaan diri di lakukan dengan produk yang hanya bertujuan untuk meningkatkan keterbukaan diri, tanpa memperhatikan faktor lain yang saa pentingnya bagi siswa.

UNUGIRI