

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa perkembangan manusia yang sedang dialami peserta didik SMA, saat berada pada masa remaja peserta didik mengalami perkembangan kognisi sosial (Desmita, 2015). Dalam pengembangan kognisi sosial ini peserta didik mulai berpikir secara abstrak, yang kemudian menyatu dengan pengalaman sosial yang mempengaruhi cara mereka dalam memahami diri sendiri dan orang lain. Berinteraksi dengan orang lain merupakan bentuk usaha peserta didik dalam memahami orang lain sebagai manusia yang terlahir sebagai makhluk sosial yang membutuhkan orang lain (Suranto, 2011). Memahami diri sendiri dan orang lain bukanlah hal yang mudah, untuk memahami orang lain, terlebih dahulu peserta didik harus membangun hubungan interpersonal yang baik. Dalam usaha membangun hubungan interpersonal yang baik dibutuhkan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik pula. Ketika memiliki komunikasi interpersonal yang baik dengan keluarga, teman dan guru akan membantu peserta didik untuk belajar merangkai kalimat dengan tepat serta membina hubungan sosial yang lebih luas, yang akan berpengaruh dalam akademik peserta didik yang berkaitan dengan keaktifan di sekolah baik akademik maupun non akademik. Diharapkan dengan memiliki komunikasi interpersonal yang baik peserta didik mampu untuk memahami orang lain dan memahami diri sendiri serta mengungkapkan dirinya kepada orang lain.

Komunikasi interpersonal merupakan proses jalinan antar individu berupa saling memberi dan menerima informasi secara verbal maupun nonverbal

yang dapat meningkatkan hubungan antar individu (Murtiningsih et al., 2019). Dengan meningkatnya hubungan antar individu akan membantu dalam usaha saling memahami serta menerima diri sendiri dengan menunjukkan diri yang sebenarnya tanpa berusaha menjadi diri “orang lain”. Menjadi “orang lain” merupakan bentuk individu yang memainkan peran agar diterima di lingkungannya. Sering kali individu yang bermain peran tidak menjadi dirinya sendiri, cenderung merasa tidak nyaman, dan tidak bahagia. Dengan mengkomunikasikan dirinya sejujurnya pada orang lain dengan komunikasi interpersonal yang baik akan membantu dalam memahami pribadi masing-masing, sehingga dapat hidup lebih bahagia, dan menerima diri sendiri apa adanya. Komunikasi interpersonal sangat berpengaruh pada hasil belajar peserta didik baik dalam aspek pribadi, sosial, belajar maupun kariernya (Safitri et al., 2017). Pentingnya komunikasi interpersonal dalam aspek individu akan berpengaruh dalam usaha peserta didik menerima diri sendiri dan mengkomunikasikan diri pada orang lain. Dalam aspek sosial komunikasi interpersonal berpengaruh dalam membangun hubungan peserta didik dengan orang tua, guru dan teman dalam mengatasi kesalahpahaman dalam memahami satu sama lain. Dalam aspek belajar komunikasi interpersonal berpengaruh dalam keaktifan peserta didik dalam memberi umpan balik saat proses belajar mengajar. Serta dalam aspek karier komunikasi interpersonal berpengaruh dalam usaha peserta didik untuk mengkomunikasikan perencanaan dan harapannya di masa mendatang.

Kenyataan yang terjadi saat ini masih banyak peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang kurang, yang dapat dilihat dari hasil

observasi peneliti saat melaksanakan PLP 2.2 di SMA Hang Tuah 4 Surabaya dimana saat proses pemberian layanan informasi secara luring peserta didik kurang aktif dalam memberi umpan balik. Mengikuti hasil studi penelitian terdahulu peneliti di SMA Hang Tuah 4 Surabaya, peneliti menetapkan kelas X IPS 1 sebagai populasi penelitian. Kelas X IPS 1 ditetapkan sebagai populasi penelitian masalah komunikasi interpersonal disebabkan peserta didiknya memiliki ciri-ciri dampak komunikasi interpersonal yang rendah yaitu cenderung diam dan kurang aktif di kelas. Kurangnya keaktifan peserta didik dalam memberi umpan balik merupakan salah satu bentuk kurangnya komunikasi interpersonal. Penelitian ini juga didukung oleh beberapa penelitian yang dilakukan sebelumnya. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh (Aprilia et al., 2017) di SMA Korpri Banjarmasin dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training”. Hasil pretest dalam penelitian ini menunjukkan skor rata-rata 198,37 dengan persentase 51%, dalam kata lain hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik memiliki komunikasi interpersonal yang rendah. Komunikasi interpersonal peserta didik yang rendah juga dinyatakan oleh penelitian yang dilakukan oleh (Yohardini et al., 2017) di SMA Al Rifa'ie Gondanglegi dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X SMA Al-Rifa'ie Gondanglegi”. Komunikasi interpersonal peserta didik dalam penelitian ini termasuk dalam kategori rendah berdasarkan hasil pretest yang menunjukkan rata-rata skor 65. Urgensi dari komunikasi interpersonal juga dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan oleh

(Novitasari et al., 2017) di SMA LAB UM dengan judul “Keefektifan Strategi Modeling Partisipan Dalam Bantuan Teman Sebaya (Peer Helping) Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA” Hasil *pretest* kelompok eksperimen menunjukkan bahwa anggota memiliki komunikasi interpersonal yang rendah dengan rentang skor 46—92. Rata-rata hasil *pretest* menunjukkan skor 63,8.

Komunikasi interpersonal sangat menentukan meningkatnya hubungan interpersonal dan komunikasi yang baik di lingkungan sekolah (Ridwan et al., 2016). Jika komunikasi interpersonal pada peserta didik tidak ditingkatkan maka akan menimbulkan dampak yang buruk yang dapat dilihat dari ketidakmampuan peserta didik dalam mengekspresikan perasaannya seperti kurang terbuka pada temannya, sulit mengemukakan pendapat dan perasaannya serta sulit untuk menolak atau mengatakan tidak setuju. Komunikasi interpersonal yang rendah ternyata juga berdampak pada kurangnya kepercayaan diri pada peserta didik sehingga mereka cenderung akan menghindari komunikasi dengan orang lain (Rakhmat, 2005). Tentunya menghindari komunikasi dengan orang lain bukanlah hal yang dapat terus dilakukan oleh peserta didik, suatu waktu pasti mereka akan terdesak untuk harus berkomunikasi dengan orang lain. Dengan peserta didik sering menghindari komunikasi dengan orang lain lambat laun akan berubah menjadi suatu kebiasaan yang buruk. Kebiasaan yang buruk ini akan menyulitkan peserta didik ketika terdesak atau mau tidak mau harus menggunakan kemampuan komunikasi interpersonalnya. Dikarenakan tidak terbiasa menggunakan kemampuan komunikasi interpersonalnya peserta didik akan sulit menghadapi situasi yang mendesak tersebut.

Situasi terdesak merupakan situasi yang memaksakan individu mau tidak mau harus mampu menghadapi situasi tersebut. Ketika mengalami situasi terdesak untuk menggunakan keterampilan komunikasi interpersonalnya peserta didik akan cenderung gugup, malu, cemas, gemetar, dan kaget akan situasi baru bahkan tidak mampu untuk berkata-kata. Oleh karena itu jika keterampilan komunikasi interpersonal tidak dikembangkan maka dapat mengakibatkan kesulitan dalam memulai interaksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan (Lianawati, 2020). Komunikasi interpersonal yang rendah juga akan menyebabkan peserta didik jarang memberikan umpan balik saat proses belajar mengajar. Peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal yang rendah cenderung akan tidak diterima, ditolak dan dikucilkan di lingkungannya, hal ini mengakibatkan peserta didik sulit untuk membangun hubungan interpersonal lebih luas, serta cenderung menghindari pergaulan serta berperilaku agresif (Isti'adah & Arumsari, 2020). Selain itu komunikasi interpersonal yang rendah juga dapat menyebabkan kecemasan komunikasi interpersonal, individu dengan kecemasan komunikasi interpersonal tinggi akan sulit untuk mengelola emosinya sendiri dan mengalami kesulitan dalam mempertahankan harga dirinya (Salazar, 2016).

Peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal yang rendah sering kali mengalami hambatan-hambatan dalam berkomunikasi yang disebabkan oleh banyak faktor. Faktor-faktor yang menyebabkan komunikasi interpersonal yang rendah pada peserta didik dapat berupa rendahnya rasa percaya diri, peka terhadap kritik, senang akan pujian, tidak mengakui kelebihan orang lain, cenderung tidak disukai, suka pesimis, dan takut untuk berkomunikasi (Barseli et

al., 2019). Peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal yang rendah cenderung untuk menutup diri, menghindari untuk berkomunikasi, berpikir bahwa orang lain akan merendahnya, berperilaku agresif baik secara verbal maupun nonverbal, merasa tidak berdaya, selalu mencari alasan untuk tidak berkomunikasi dengan orang lain kecuali jika terdesak. Memiliki komunikasi interpersonal yang rendah tentunya bukan hal yang baik untuk dipertahankan oleh peserta didik, maka perlu untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat membantu peserta didik dalam mewujudkan komunikasi interpersonal yang baik. Menurut DeVito (2011) lima indikator yang mempengaruhi terwujudnya komunikasi interpersonal yang tinggi, yaitu meningkatnya keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), dukungan (*supportiveness*), kepositifan (*positiveness*), dan kesamaan (*equality*). Indikator inilah yang akan menentukan keberhasilan dalam mewujudkan komunikasi interpersonal yang tinggi pada peserta didik (Saputra et al., 2019).

Sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik tentunya dibutuhkan peran seorang konselor, peran konselor sangat diperlukan sebagai penunjang proses belajar dan penyesuaian diri peserta didik, yang dalam melaksanakan tugasnya diperlukan adanya sikap profesional dari konselor (Putra & Jamal, 2020). Dalam membantu peserta didik konselor menggunakan berbagai layanan bimbingan dan konseling baik layanan individu maupun kelompok, yang dalam prosesnya menggunakan pendekatan bimbingan dan konseling. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan layanan konseling kelompok pendekatan gestalt sebagai solusi untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta

didik. Konseling kelompok sendiri merupakan layanan bimbingan dan konseling yang menciptakan kondisi dimana peserta didik dapat memperoleh kesempatan untuk membahas dan memperoleh pengentasan permasalahannya dengan dinamika kelompok. Diharapkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok peserta didik akan saling bertukar informasi, membahas masalah pribadi, bertukar pengalaman, pemahaman dan perasaan satu sama lain serta melatih diri untuk membangun hubungan interpersonal.

Dalam konseling kelompok ini peneliti menggunakan pendekatan gestalt yang dikembangkan oleh Frederick Perls dimana prosesnya didasari dengan memahami konseli dalam hubungan sosialnya (Corey, 2016). Pendekatan gestalt didasarkan pada pandangan bahwa setiap individu yang ingin mencapai kematangan, terlebih dahulu diharuskan mampu untuk menemukan jalan hidupnya sendiri dan mampu memiliki tanggung jawab pribadi. Dalam pendekatan Gestalt setiap individu dalam usaha mengatasi permasalahannya didasari oleh prinsip kesadaran, maka dalam terapi akan difokuskan pada apa dan bagaimana tingkah laku dan pengalaman di sini dan sekarang konseli dengan menyatukan bagian-bagian kepribadian konseli yang terpecah dan tidak diketahui (Husniah & Ulfa, 2020). Maka kesadaran peserta didik pada pendekatan gestalt adalah kesadarannya pada hambatan-hambatan pertumbuhannya, yang dalam pendekatan gestalt peserta didik dibantu untuk mengakui dan menerima penghambat-penghambat tersebut.

Dalam pendekatan gestalt terdapat pemahaman akan kepribadian yang terpisah yaitu pemisahan antara “*topdog*” dan “*underdog*”. Dimana dalam pendekatan gestalt konseli memiliki masalah karena terjadinya pertentangan antara sisi “*topdog*” dan

sisi “*underdog*”. Dalam pendekatan gestalt masalah juga dapat terjadi karena adanya urusan yang tidak selesai yang meliputi perasaan-perasaan yang tidak terungkap seperti kemarahan, sakit hati, rasa berdosa, dendam, kebencian, kecemasan, rasa diabaikan dan sebagainya. Oleh karena itu dalam pendekatan gestalt konseli dibantu untuk mengungkapkan sejujurnya apa yang ia rasakan, yang menghambat dirinya dalam berkomunikasi dengan orang lain. Dalam penggunaan pendekatan Gestalt ini peneliti menggunakan teknik permainan dialog, berkeliling, serta “latihan saya bertanggung jawab”, yang akan membantu peserta didik melatih dirinya untuk mengungkapkan dirinya dalam usaha meningkatkan komunikasi interpersonalnya.

Konseling kelompok pendekatan gestalt ini diharapkan nantinya akan membantu peserta didik untuk sadar akan perasaan dan perilakunya, menerima kenyataan serta mampu bertanggung jawab atas pilihan hidupnya, menerima keadaan saat ini dan sekarang serta mengatasi urusan yang tidak selesai, agar mampu untuk mengatasi masalah ketidakmampuannya dalam berkomunikasi dengan orang lain. Tujuan ini didukung dengan fokus pada apa dan bagaimana tingkah laku serta pengalaman di sini dan sekarang dengan memadukan bagian-bagian dirinya yang terpecah dan tidak diketahui (Husniah & Ulfa, 2020). Dengan konseling kelompok diharapkan peserta didik dapat menyadari dirinya yang sedang menyimpang dengan bantuan dari anggota yang memiliki keresahan yang sama dan saling membantu untuk mengatasi keresahan akan komunikasi interpersonal mereka. Selain itu diharapkan dengan penggunaan pendekatan gestalt konseli dapat mengonfrontasi dirinya sendiri mengenai penghambat-penghambat dirinya dalam berkomunikasi

dengan orang lain yang didasari oleh urusan yang tidak selesai. Dengan disertai dorongan dan motivasi, diharapkan peserta didik dapat hidup dalam masa kini dan sekarang terhadap urusan yang tidak selesai.

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi dengan hanya mengkaji tentang “Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Gestalt Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik” didasarkan oleh indikator keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), dukungan (*supportiveness*), kepositifan (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Penelitian ini dilakukan pada peserta didik kelas X IPS 1 SMA Hang Tuah 4 Surabaya yang memiliki kriteria kurang percaya diri, kurang aktif di sekolah dan kurang memberi umpan balik saat proses belajar mengajar maupun saat proses pemberian layanan bimbingan dan konseling.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini yaitu apakah konseling kelompok pendekatan gestalt efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok pendekatan gestalt untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik.

E. Variabel Penelitian

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling kelompok pendekatan gestalt dan variabel terikatnya adalah komunikasi interpersonal yang secara definisi operasional, variabel penelitian diuraikan sebagai berikut

1. Variabel Bebas

Konseling kelompok pendekatan Gestalt adalah proses bantuan yang diberikan konselor kepada konseli untuk membahas dan memperoleh pengentasan masalahnya melalui dinamika kelompok dengan tujuan konseli dapat mencapai kesadaran akan di sini dan sekarang serta pengalaman saat ini akan penerimaan terhadap kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya serta pengentasan urusan yang tidak selesai agar mampu bertanggung jawab dengan keadaannya saat ini dengan menggunakan teknik permainan dialog, teknik berkeliling dan Latihan “saya bertanggung jawab atas...”. Melalui penggunaan teknik permainan dialog akan membantu konseli dalam mengungkapkan perasaan-perasaan yang ditolaknya yang bisa jadi merupakan penghambat komunikasi interpersonalnya. Melalui teknik berkeliling akan membantu konseli berlatih untuk berani mengambil resiko dalam mengungkapkan apa yang ia rasakan saat berkomunikasi interpersonal. Melalui latihan “saya bertanggung jawab atas...” akan mendorong konseli dalam usaha menumbuhkan sikap tanggung jawab akan penyelesaian masalah komunikasi interpersonalnya.

2. Variabel Terikat

Komunikasi interpersonal merupakan proses sosial dimana manusia saling berinteraksi yang tidak hanya saling menyampaikan dan menerima

pesan baik secara verbal maupun nonverbal, namun juga adanya peningkatan hubungan interpersonal dengan memperoleh efek dan umpan balik yang dapat merubah sifat, pendapat dan perilaku seseorang sesuai hasil komunikasi yang ditandai adanya keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), dukungan (*supportiveness*), kepositifan (*positiveness*), dan kesamaan (*equality*).

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperoleh pengetahuan mengenai ciri-ciri, hambatan maupun gejala komunikasi interpersonal peserta didik yang rendah. Peserta didik juga dapat mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok gestalt untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

2. Bagi Konselor/guru BK

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi konselor/guru BK untuk membantu peserta didik dalam usaha meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik dengan menggunakan konseling kelompok pendekatan gestalt.