

**STRATEGI KONSELING DALAM MEMBANGUN KETERBUKAAN DIRI
REMAJA DI SMK ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI
KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah
program Studi Bimbingan dan Konseling Islam



Oleh:

Dian Haironi
NIM: D20153019

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
JULI 2020**

**STRATEGI KONSELING DALAM MEMBANGUN KETERBUKAAN DIRI
REMAJA DI SMK ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI
KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

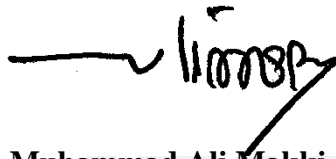
Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah
program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Hari : Kamis
Tanggal: 16 Juli 2020
Tim Penguji

Oleh

Dian Haironi
NIM: D20153019

Disetujui Pembimbing



Muhammad Ali Makki, M.Si
NIP: 19750315 200912 1 004

**STRATEGI KONSELING DALAM MEMBANGUN KETERBUKAAN DIRI
REMAJA DI SMK ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI
KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Fakultas Dakwah

program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Hari : Kamis

Tanggal: 16 Juli 2020

Tim Penguji

Ketua

H. Zainul Fanani, M.Ag.

NIP: 1910727005011001

Sekretaris

Achmad Faesol, M.Si.

NIP: 198402102019031004

Anggota:

1. Prof.Dr. Ahidul Asror, M.Ag

2. Muhammad Ali Makki, M.Si

Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah



Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag

NIP: 197406062000031003

MOTTO

الْمُنْفُونَ هُمْ أَوْلِيكَ بِهٖ وَصَدَقَ بِالصِّدْقِ جَاءَ وَالَّذِي

Artinya: Dan orang yang membawa kebenaran (Muhammad) dan membenarkannya, mereka itulah orang-orang yang bertakwa (Q.S. Az-Zumar: 33).¹



¹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, Departemen Agama RI. (Bandung: Diponegoro, 2008).

PERSEMBAHAN

1. Ayah dan Mama yang ku hormati dan sayangi, merekalah yang telah memberikan kasih sayang, mendidik dan penyemangat serta mendoakan setulus hati untuk kesuksesan ku.
2. Kakek dan Nenek yang selalu memberi semangat dan motivasi untuk terus berjuang dalam meraih cita-cita.
3. Keluarga besar Subairi yang sudah memberikan dukungan terbaik untuk kesuksesan ku.
4. Sahabat-sahabatku yang sudah bersedia mendukung serta saling memberikan semangat.
5. Kawan-kawanku seperjuangan BKII yang selalu menemani proses belajar hingga sampai semester akhir ini.
6. Sahabat hatiku Reza Mukti N yang telah memberi warna baru untuk masa kelam silam.
7. Almamaterku tercinta IAIN Jember.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat, Taufiq, Hidayah serta Inayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dalam bentuk skripsi dengan baik. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada junjungan kita Muhammad SAW, yang telah membawa ummat-Nya dari jurang kegelapan menuju alam yang terang menderang yakni addinul islam wal iman.

Dengan Rahmat Allah SWT, dan ikhtiarnya semaksimal mungkin, penulis berusaha untuk menyajikan skripsi yang berjudul **“STRATEGI KONSELING DALAM MEMBANGUN KETERBUKAAN DIRI REMAJA DI SMK ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI KABUPATEN JEMBER”** yang digunakan untuk persembahan terakhir dan sekaligus untuk memenuhi syarat meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember.

Oleh karena itu, sebagai sebuah eksperimen, sudah tentu unsur subyektifitas dan rendahnya pengetahuan penulis sangat berpengaruh terhadap kualitas karya ini. Kritik dan saran dari segenap pihak akan menjadi hal yang sangat berarti bagi penulis. Penulis yakin tanpa bantuan, motivasi, bimbingan serta petunjuk dari semua pihak tentunya penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan dan Alhamdulillah, akhirnya penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan penuh ketabahan. Oleh karena itu, tidak berlebihan jika disampaikan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Babun Suharto, SE, MM selaku rektor IAIN Jember yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menyusun skripsi ini fakultas Dakwah IAIN Jember yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
2. Dr. Ahidul Asror, M.Ag selaku Dekan fakultas Dakwah.
3. M. Muhib Alwi, MA selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Jember.
4. Muhammad Ali Makki, M.Si selaku dosen pembimbing penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
5. Segenap dosen dan guruku yang telah memberikan ilmunya kepada penulis sebagai bekal dalam hidup.
6. Teman-temanku seperjuangan.
7. Almamaterku tercinta IAIN Jember

Hanya itu yang dapat penulis sampaikan, hanya kepada Allah penulis mohon taufiq dan hidayah-Nya. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan generasi penerus perjuangan agama islam pada umumnya. Amin Yarabbal Alamin.

Jember, 16 Juli 2020

Penulis

IAIN JEMBER

ABSTRAK

Dian Haironi, 2020: *Strategi Konseling Dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember.*

Keterbukaan diri (*Self Disclosure*) adalah bentuk ungkapan perasaan, reaksi atau tanggapan seseorang yang berupa informasi mengenai dirinya yang dilakukan secara terbuka kepada orang lain sehingga saling mengerti dan memahami satu sama lain. Keterbukaan diri terhadap orang lain sangat penting dilakukan untuk melakukan hubungan dan timbal balik untuk saling berbagi informasi dengan efektif.

Fokus masalah yang diteliti dalam skripsi ini adalah : 1) Bagaimana Strategi dalam membangun keterbukaan diri remaja? 2) Apa faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja?

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan strategi yang digunakan guru bimbingan dan konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja serta mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif karena penelitian ini bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember, dengan mewawancarai 2 orang Guru BK dan juga beberapa siswa SMK kelas X SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember.

Hasil penelitian ini menunjukkan strategi yang digunakan dalam membantu remaja dalam membangun keterbukaan diri dengan menggunakan teknik konseling *individual*, bimbingan kelompok dan juga teknik konsultasi. Terdapat empat faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri diantaranya, efek diadik yang mana individu akan terbuka ketika orang lain terbuka, topik pembahasan, kepribadian dan juga perceraian orang tua.

IAIN JEMBER

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Komunikasi dalam kehidupan menjadi jembatan untuk mengantar kita pada berbagai kebutuhan, karena itu komunikasi merupakan bagian dari kehidupan. Dalam keseharian, kita lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkomunikasi daripada aktivitas yang lainnya, dapat dipastikan bahwa kita berkomunikasi hampir di semua aspek kehidupan. Kecenderungan ini dapat dilihat dalam kehidupan sehari-hari yang menunjukkan fakta bahwa semua kegiatan yang dilakukan manusia selalu berhubungan dengan orang lain. Dalam berkomunikasi, manusia pada dasarnya melakukan keterbukaan diri. Namun, keterbukaan diri tersebut mungkin saja baru sampai pada sisi terluar dari dirinya. Ketika situasi komunikasi terbentuk dan perilaku komunikasi berkeinginan mempengaruhi jalannya komunikasi, keterbukaan diri berlangsung. Apabila komunikasi tersebut merupakan komunikasi diantara dua orang yang sudah akrab, maka keterbukaan diri akan berlangsung hingga bisa tersingkapkan bagian-bagian diri yang terdalam. Keterbukaan diri memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari, dengan keterbukaan seseorang dapat menyampaikan informasi tentang dirinya kepada orang lain, mengokohkan keakraban dan membangun kepercayaan.

Keterbukaan diri berarti membagikan informasi kepada orang lain, tentang perasaan yang dialami, dirasakan atau disaksikan. Informasi tersebut dapat berbentuk keyakinan, pendapat, perasaan, pikiran, reaksi-reaksi terhadap sesuatu dan biasanya bersifat pribadi serta tidak mudah diungkapkan ke semua orang. Hal ini perlu adanya rasa saling percaya antara satu dengan yang lainnya. Namun tidak semua orang bisa melakukannya karena berbagai alasan,

yaitu merasa takut rahasianya terbongkar, kurang adanya rasa percaya diri kepada lawan bicara, kurang keberanian, merasa malu dan takut terhadap akibat yang timbul di kemudian hari. Penyesuaian diri dengan lingkungan sosial adalah proses individu menyesuaikan diri dengan masyarakat atau lingkungan sosial, sehingga individu dapat menjalin suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosialnya. Penyesuaian sosial merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu dikembangkan dalam kehidupan individu, baik penyesuaian diri dengan individu lain di dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan luar. Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial. Individu yang terampil melakukan *self disclosure* mempunyai ciri-ciri yakni memiliki rasa tertarik kepada orang lain dari pada mereka yang kurang terbuka, percaya diri sendiri, dan percaya pada orang lain.² Siswa sebagai individu tidak lepas dari masalah dan siswa selaku anggota masyarakat dapat pula mengalami tekanan dan masalah serius yang bersumber dari lingkungan hidupnya, sehingga dapat mempengaruhi sikap dan tingkah lakunya. Di sekolah siswa harus dapat mengembangkan kemampuan intelektual dan juga diarahkan supaya menjadi individu yang mandiri serta memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik.

Komunikasi dapat efektif jika ada keterbukaan antara satu orang dengan orang lain. Siswa dengan keterbukaan diri rendah dalam komunikasi antar teman sebaya akan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan dan akan menghambat perkembangannya, misalnya siswa yang sulit berkomunikasi, kurang dapat mengungkapkan maksud dan keinginan kepada teman, pendiam, dan pemalu. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK di SMK IBU Pakusari Jember ada beberapa

² Maryam B. Gainau, "Keterbukaan Diri Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi *Konseling*", *Jurnal Informatika*, (2009).

indikasi siswa enggan melakukan keterbukaan diri, dari mulai kurangnya komunikasi siswa bersama teman sebayanya, siswa kurang jujur/ membuka diri, dan tidak bersosialisasi bersama siswa kebanyakan/ hanya berkomunikasi dengan orang-orang tertentu saja. Strategi konseling yang digunakan di SMK Islam Bustanul Ulum diantaranya konseling individual, konseling kelompok, dan konsultasi. Ada beberapa siswa yang memiliki sikap tertutup sehingga orang lain tidak mampu memahami dirinya secara efektif, sehingga peneliti ingin mengetahui strategi apa yang digunakan dalam layanan konseling di SMK IBU dan juga faktor-faktor apa yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja. Salah satu wali kelas dari SMK IBU Pakusari mengatakan bahwa ada beberapa permasalahan lain yang membuat siswa kurang terbuka terhadap teman-temannya sehingga siswa sulit untuk membuka diri dengan permasalahan yang mereka miliki.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul **“STRATEGI KONSELING DALAM MEMBANGUN KETERBUKAAN DIRI REMAJA Study Kasus di SMK ISLAM BUSTANUL ULUM (IBU) PAKUSARI JEMBER”**.

B. FOKUS PENELITIAN

Fokus penelitian harus disusun secara singkat, jelas, tegas, spesifik yang dituangkan dalam bentuk kalimat Tanya.³ Berangkat dari latar belakang diatas, serta untuk mempermudah penelitian ini, maka peneliti memfokuskan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember?
2. Apa Faktor-faktor yang mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember?

³ M. Toha Anggoro, *Materi Pokok Metode Penelitian* (Jakarta: Universitas Terbuka, 2011), 122.

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian merupakan gambaran tentang arah yang akan dituju dalam melakukan penelitian. Tujuan penelitian harus mengacu kepada masalah-masalah yang dirumuskan sebelumnya.⁴ Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan dan mendeskripsikan:

1. Untuk mengetahui Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja.

D. MANFAAT PENELITIAN

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Kegunaan dapat berupa kegunaan yang bersifat teoritis dan praktis. Seperti kegunaan bagi penulis, instansi, dan masyarakat secara keseluruhan.⁵

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat menambah *Khazanah* keilmuan dan memperkuat teori-teori konseling, bahwa ilmu konseling merupakan peranan penting dalam membantu memecahkan suatu masalah atau persoalan seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat menambah *Khazanah* keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam sehingga menjadi bekal pengetahuan.

⁴ Tim Penyusun IAIN Jember, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jember: IAIN Jember Press, 2018), 45.

⁵ Ibid.,46.

2) Hasil penelitian ini digunakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) Prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember.

b. Bagi *Civitas Academica* IAIN Jember

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam *Khazanah* keilmuan dan wawasan pengetahuan tentang Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja.
- 2) Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman wawasan tentang Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja. Serta menambah referensi di perpustakaan IAIN Jember.

E. DEFINISI ISTILAH

Berdasarkan fokus masalah penelitian, maka uraian definisi istilah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Strategi Konseling

Istilah strategi berasal dari kata benda *strategos*, merupakan gabungan kata *stratos* (militer) dengan *ago* (pemimpin). Sebagai kata kerja, *stratego* berarti merencanakan (*to plan*) dalam kamus *the American Herriage Dictionary* (1976:1273) dikemukakan bahwa “*strategy is the science or art of military command as applied to overall planning and conduct of large-scale combat operations*”.⁶

Pada awalnya, strategi berarti kegiatan militer dalam menjalankan tugas-tugasnya dilapangan. Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat dikemukakan strategi adalah suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan secara sengaja untuk melakukan kegiatan atau tindakan.

⁶ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 7.

2. Keterbukaan Diri

Keterbukaan diri (*self disclosure*) adalah bentuk ungkapan perasaan, reaksi atau tanggapan seseorang yang berupa informasi mengenai dirinya yang dilakukan secara terbuka kepada orang lain sehingga saling mengerti satu sama lain. Keterbukaan diri memiliki dua sisi, yaitu bersikap terbuka kepada yang lain dan bersikap terbuka bagi yang lain. Kedua proses yang dapat berlangsung secara serentak itu apabila terjadi pada kedua belah pihak akan membuahkan relasi yang terbuka antara individu dan orang lain.⁷

3. Remaja

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja 12 - 24 tahun yang terdiri atas remaja awal (12 -13 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-24 tahun). Dewasa ini kita semua menerima pendapat bahwa dalam kehidupan sehari-hari manusia tidaklah lepas dari hubungan satu dengan yang lain. Ia selalu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga kepribadian individu, kecakapan-kecakapannya, ciri-ciri kegiatan baru yang menjadi kepribadian yang benar-benar apabila keseluruhan sistem *psycho-physik* tersebut berhubungan dengan lingkungannya (Ahmadi, 2009).⁸

F. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Sistematika pembahasan berisi tentang deskripsi alur pembahasan yang akan dijabarkan dalam penelitian. Adapun sistematika yang dimaksud adalah sebagai berikut:

⁷ A. Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi* (Yogyakarta: Kanisius, 1995), 14.

⁸ Ahmadi. A, *Psikologi Sosial* (Jakarta : Rineka Cipta. 2009), 45.

BABI yaitu pendahuluan, memuat latar belakang masalah yang didalamnya berisi uraian secara singkat latar belakang melakukan penelitian, selanjutnya fokus penelitian yang akhirnya memunculkan beberapa tujuan penelitian, manfaat penelitian bagi semua pihak baik bagi pembaca, institusi kampus, lembaga, peneliti, dan masyarakat pada umumnya, definisi istilah yang berisi tentang pengertian istilah-istilah penting yang menjadi titik perhatian peneliti dalam judul penelitian dan terakhir sistematika pembahasan yang berisi tentang deskripsi alur pembahasan skripsi yang dimulai dari bab pendahuluan sampai dengan bab penutup.

BABII yaitu kajian kepustakaan, memuat penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan. Di samping itu, kajian kepustakaan juga memuat tentang kajian teori yang meliputi kerangka teoritik tentang Strategi konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja.

BABIII yaitu metode penelitian yang didalamnya menguraikan secara garis besar metode dan prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini.

BABIV berisi tentang penyajian data dan analisis, dalam bab ini mengemukakan secara rinci bukti-bukti yang diperoleh dan merupakan hasil temuan penelitian, sehingga yang penting untuk dikemukakan adalah gambaran obyek penelitian, penyajian dan analisis, serta pembahasan temuan.

BABV yaitu penutup yang berisi kesimpulan dari pembahasan pada bab-bab sebelumnya, saran-saran, dan diakhiri dengan penutup.

BAB II

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian Terdahulu

Melihat orisinalitas dan posisi penelitian yang akan dilakukan, peneliti menelusuri berbagai hasil penelitian terdahulu yang memiliki hubungan (Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja) berikut penelitian terdahulu yang peneliti amati:

- a. **Maryam B. Gainau** 2012, "*Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling*".

Penelitian yang dilakukan oleh Maryam B. Gainau ini memuat beberapa kesamaan dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan. Pertama yaitu sama-sama mengangkat tema tentang Keterbukaan diri. Kedua, metode penelitian yang dipakai juga menggunakan jenis kualitatif deskriptif. Namun terlepas dari persamaan diatas penelitian ini juga memiliki perbedaan sebagai bentuk orisinalitas penelitian ini. Pertama, fokus permasalahan penelitian terletak pada implikasi konseling sedangkan peneliti fokus pada strategi konseling. Kedua, tempat penelitian di lakukan di SMP sedangkan peneliti bertempat di SMK.⁹

- b. **Ruth Permatasari Novianna** 2012 "*Pengungkapan Diri pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai*".

Penelitian ini dilakukan oleh Ruth Permatasari Noviana yang mana di dalamnya memuat beberapa kesamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti. Pertama dalam penelitian terdahulu memuat tentang Keterbukaan diri remaja kepada lingkungan

⁹ Maryam B. Gainau. "*Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling*". (Skripsi Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri (STAKPN) Papua, 2012).

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Persetujuan Pembimbing	ii
Pengesahan Tim Penguji	iii
Motto	iv
Persembahan	v
Kata Pengantar	vi
Abstrak.....	viii
Daftar Isi.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Definisi Istilah.....	5
F. Sistematika Pembahasan.....	6
BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN	8
A. Penelitian Terdahulu	8
B. Kajian Teori	11
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	30
B. Lokasi Penelitian.....	30

C. Subyek Penelitian.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	31
E. Analisis Data.....	33
F. Keabsahan Data.....	34
G. Tahap-tahap Penelitian.....	34
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS.....	36
A. Gambaran Objek Penelitian.....	36
B. Penyajian Data dan Analisis.....	40
C. Pembahasan Temuan.....	57
BAB V PENUTUP.....	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran-saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64

IAIN JEMBER

DAFTAR TABEL

No	Uraian	
1.1	Penelitian Terdahulu	10
1.2	Ciri-ciri orang yang Terbuka.....	26
1.3	Data Siswa 3 Tahun Terakhir.....	39

DAFTAR GAMBAR

No	Uraian	
1.1	Kerangka Berfikir.....	46
1.2	Lampiran-lampiran	66

IAIN JEMBER

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Komunikasi dalam kehidupan menjadi jembatan untuk mengantar kita pada berbagai kebutuhan, karena itu komunikasi merupakan bagian dari kehidupan. Dalam keseharian, kita lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkomunikasi daripada aktivitas yang lainnya, dapat dipastikan bahwa kita berkomunikasi hampir di semua aspek kehidupan. Kecenderungan ini dapat dilihat dalam kehidupan sehari-hari yang menunjukkan fakta bahwa semua kegiatan yang dilakukan manusia selalu berhubungan dengan orang lain. Dalam berkomunikasi, manusia pada dasarnya melakukan keterbukaan diri. Namun, keterbukaan diri tersebut mungkin saja baru sampai pada sisi terluar dari dirinya. Ketika situasi komunikasi terbentuk dan perilaku komunikasi berkeinginan mempengaruhi jalannya komunikasi, keterbukaan diri berlangsung. Apabila komunikasi tersebut merupakan komunikasi diantara dua orang yang sudah akrab, maka keterbukaan diri akan berlangsung hingga bisa tersingkapkan bagian-bagian diri yang terdalam. Keterbukaan diri memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari, dengan keterbukaan seseorang dapat menyampaikan informasi tentang dirinya kepada orang lain, mengokohkan keakraban dan membangun kepercayaan.

Keterbukaan diri berarti membagikan informasi kepada orang lain, tentang perasaan yang dialami, dirasakan atau disaksikan. Informasi tersebut dapat berbentuk keyakinan, pendapat, perasaan, pikiran, reaksi-reaksi terhadap sesuatu dan biasanya bersifat pribadi serta tidak mudah diungkapkan ke semua orang. Hal ini perlu adanya rasa saling percaya antara satu dengan yang lainnya. Namun tidak semua orang bisa melakukannya karena berbagai alasan, yaitu

merasa takut rahasianya terbongkar, kurang adanya rasa percaya diri kepada lawan bicara, kurang keberanian, merasa malu dan takut terhadap akibat yang timbul di kemudian hari. Penyesuaian diri dengan lingkungan sosial adalah proses individu menyesuaikan diri dengan masyarakat atau lingkungan sosial, sehingga individu dapat menjalin suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosialnya. Penyesuaian sosial merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu dikembangkan dalam kehidupan individu, baik penyesuaian diri dengan individu lain di dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan luar. Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam interaksi sosial. Individu yang terampil melakukan *self disclosure* mempunyai ciri-ciri yakni memiliki rasa tertarik kepada orang lain dari pada mereka yang kurang terbuka, percaya diri sendiri, dan percaya pada orang lain.¹ Siswa sebagai individu tidak lepas dari masalah dan siswa selaku anggota masyarakat dapat pula mengalami tekanan dan masalah serius yang bersumber dari lingkungan hidupnya, sehingga dapat mempengaruhi sikap dan tingkah lakunya. Di sekolah siswa harus dapat mengembangkan kemampuan intelektual dan juga diarahkan supaya menjadi individu yang mandiri serta memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik.

Komunikasi dapat efektif jika ada keterbukaan antara satu orang dengan orang lain. Siswa dengan keterbukaan diri rendah dalam komunikasi antar teman sebaya akan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan dan akan menghambat perkembangannya, misalnya siswa yang sulit berkomunikasi, kurang dapat mengungkapkan maksud dan keinginan kepada teman, pendiam, dan pemalu. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK di SMK IBU Pakusari Jember ada beberapa

¹ Maryam B. Gainau, "Keterbukaan Diri Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi *Konseling*", *Jurnal Informatika*, (2009).

indikasi siswa enggan melakukan keterbukaan diri, dari mulai kurangnya komunikasi siswa bersama teman sebayanya, siswa kurang jujur/ membuka diri, dan tidak bersosialisasi bersama siswa kebanyakan/ hanya berkomunikasi dengan orang-orang tertentu saja. Strategi konseling yang digunakan di SMK Islam Bustanul Ulum diantaranya konseling individual, konseling kelompok, dan konsultasi. Ada beberapa siswa yang memiliki sikap tertutup sehingga orang lain tidak mampu memahami dirinya secara efektif, sehingga peneliti ingin mengetahui strategi apa yang digunakan dalam layanan konseling di SMK IBU dan juga faktor-faktor apa yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja. Salah satu wali kelas dari SMK IBU Pakusari mengatakan bahwa ada beberapa permasalahan lain yang membuat siswa kurang terbuka terhadap teman-temannya sehingga siswa sulit untuk membuka diri dengan permasalahan yang mereka miliki.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul **“STRATEGI KONSELING DALAM MEMBANGUN KETERBUKAAN DIRI REMAJA Study Kasus di SMK ISLAM BUSTANUL ULUM (IBU) PAKUSARI JEMBER”**.

B. FOKUS PENELITIAN

Fokus penelitian harus disusun secara singkat, jelas, tegas, spesifik yang dituangkan dalam bentuk kalimat Tanya.² Berangkat dari latar belakang diatas, serta untuk mempermudah penelitian ini, maka peneliti memfokuskan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember?
2. Apa Faktor-faktor yang mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember?

² M. Toha Anggoro, *Materi Pokok Metode Penelitian* (Jakarta: Universitas Terbuka, 2011), 122.

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian merupakan gambaran tentang arah yang akan dituju dalam melakukan penelitian. Tujuan penelitian harus mengacu kepada masalah-masalah yang dirumuskan sebelumnya.³ Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan dan mendeskripsikan:

1. Untuk mengetahui Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja.

D. MANFAAT PENELITIAN

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Kegunaan dapat berupa kegunaan yang bersifat teoritis dan praktis. Seperti kegunaan bagi penulis, instansi, dan masyarakat secara keseluruhan.⁴

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat menambah *Khazanah* keilmuan dan memperkuat teori-teori konseling, bahwa ilmu konseling merupakan peranan penting dalam membantu memecahkan suatu masalah atau persoalan seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat menambah *Khazanah* keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam sehingga menjadi bekal pengetahuan.

³ Tim Penyusun IAIN Jember, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jember: IAIN Jember Press, 2018), 45.

⁴ Ibid.,46.

2) Hasil penelitian ini digunakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) Prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember.

b. Bagi *Civitas Academica* IAIN Jember

1) Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam *Khazanah* keilmuan dan wawasan pengetahuan tentang Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja.

2) Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman wawasan tentang Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja. Serta menambah referensi di perpustakaan IAIN Jember.

E. DEFINISI ISTILAH

Berdasarkan fokus masalah penelitian, maka uraian definisi istilah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Strategi Konseling

Istilah strategi berasal dari kata benda *strategos*, merupakan gabungan kata *stratos* (militer) dengan *ago* (pemimpin). Sebagai kata kerja, *stratego* berarti merencanakan (*to plan*) dalam kamus *the American Herriage Dictionary* (1976:1273) dikemukakan bahwa “*strategy is the science or art of military command as applied to overall planning and conduct of large-scale combat operations*”.⁵

Pada awalnya, strategi berarti kegiatan militer dalam menjalankan tugas-tugasnya dilapangan. Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat dikemukakan strategi adalah suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan secara sengaja untuk melakukan kegiatan atau tindakan.

⁵ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 7.

2. Keterbukaan Diri

Keterbukaan diri (*self disclosure*) adalah bentuk ungkapan perasaan, reaksi atau tanggapan seseorang yang berupa informasi mengenai dirinya yang dilakukan secara terbuka kepada orang lain sehingga saling mengerti satu sama lain. Keterbukaan diri memiliki dua sisi, yaitu bersikap terbuka kepada yang lain dan bersikap terbuka bagi yang lain. Kedua proses yang dapat berlangsung secara serentak itu apabila terjadi pada kedua belah pihak akan membuahkan relasi yang terbuka antara individu dan orang lain.⁶

3. Remaja

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja 12 - 24 tahun yang terdiri atas remaja awal (12 -13 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-24 tahun). Dewasa ini kita semua menerima pendapat bahwa dalam kehidupan sehari-hari manusia tidaklah lepas dari hubungan satu dengan yang lain. Ia selalu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga kepribadian individu, kecakapan-kecakapannya, ciri-ciri kegiatan baru yang menjadi kepribadian yang benar-benar apabila keseluruhan sistem *psycho-physik* tersebut berhubungan dengan lingkungannya (Ahmadi, 2009).⁷

F. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Sistematika pembahasan berisi tentang deskripsi alur pembahasan yang akan dijabarkan dalam penelitian. Adapun sistematika yang dimaksud adalah sebagai berikut:

⁶ A. Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi* (Yogyakarta: Kanisius,1995), 14.

⁷ Ahmadi. A, *Psikologi Sosial* (Jakarta : Rineka Cipta. 2009), 45.

BABI yaitu pendahuluan, memuat latar belakang masalah yang didalamnya berisi uraian secara singkat latar belakang melakukan penelitian, selanjutnya fokus penelitian yang akhirnya memunculkan beberapa tujuan penelitian, manfaat penelitian bagi semua pihak baik bagi pembaca, institusi kampus, lembaga, peneliti, dan masyarakat pada umumnya, definisi istilah yang berisi tentang pengertian istilah-istilah penting yang menjadi titik perhatian peneliti dalam judul penelitian dan terakhir sistematika pembahasan yang berisi tentang deskripsi alur pembahasan skripsi yang dimulai dari bab pendahuluan sampai dengan bab penutup.

BABII yaitu kajian kepustakaan, memuat penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan. Di samping itu, kajian kepustakaan juga memuat tentang kajian teori yang meliputi kerangka teoritik tentang Strategi konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja.

BABIII yaitu metode penelitian yang didalamnya menguraikan secara garis besar metode dan prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini.

BABIV berisi tentang penyajian data dan analisis, dalam bab ini mengemukakan secara rinci bukti-bukti yang diperoleh dan merupakan hasil temuan penelitian, sehingga yang penting untuk dikemukakan adalah gambaran obyek penelitian, penyajian dan analisis, serta pembahasan temuan.

BABV yaitu penutup yang berisi kesimpulan dari pembahasan pada bab-bab sebelumnya, saran-saran, dan diakhiri dengan penutup.

BAB II

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian Terdahulu

Melihat orisinalitas dan posisi penelitian yang akan dilakukan, peneliti menelusuri berbagai hasil penelitian terdahulu yang memiliki hubungan (Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja) berikut penelitian terdahulu yang peneliti amati:

- a. **Maryam B. Gainau** 2012, "*Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling*".

Penelitian yang dilakukan oleh Maryam B. Gainau ini memuat beberapa kesamaan dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan. Pertama yaitu sama-sama mengangkat tema tentang Keterbukaan diri. Kedua, metode penelitian yang dipakai juga menggunakan jenis kualitatif deskriptif. Namun terlepas dari persamaan diatas penelitian ini juga memiliki perbedaan sebagai bentuk orisinalitas penelitian ini. Pertama, fokus permasalahan penelitian terletak pada implikasi konseling sedangkan peneliti fokus pada strategi konseling. Kedua, tempat penelitian di lakukan di SMP sedangkan peneliti bertempat di SMK.⁹

- b. **Ruth Permatasari Novianna** 2012 "*Pengungkapan Diri pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai*".

Penelitian ini dilakukan oleh Ruth Permatasari Noviana yang mana di dalamnya memuat beberapa kesamaan dan juga perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti. Pertama dalam penelitian terdahulu memuat tentang Keterbukaan diri remaja kepada lingkungan

⁹ Maryam B. Gainau. "*Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling*". (Skripsi Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri (STAKPN) Papua, 2012).

terutama orang tuanya. Kedua, metode penelitian sama-sama menggunakan kualitatif. Ketiga, fokus penelitian sama-sama fokus pada faktor-faktor penyebab remaja tidak mampu membuka diri. Selain persamaan dalam penelitian ini juga memiliki perbedaan yang mana, pertama adalah peneliti melakukan study observasi sementara dalam penelitian terdahulu hanya dalam bentuk wawancara. Kedua, dalam penelitian terdahulu fokus pada remaja yang terdampak perceraian, sedangkan peneliti fokus pada remaja yang memiliki orang tua tiri. Ketiga, penelitian terdahulu fokus pada pengungkapan diri atau keterbukaan diri sedangkan peneliti fokus pada membangun keterbukaan diri remaja dengan konseling islam.¹⁰

- c. **Sania Nur Hanifia**, 2013 *“Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window pada Siswa Kelas XI IS 1 SMA Walisongo”*

Penelitian ini dilakukan oleh Sania Nur Hanifia, ini memuat beberapa kesamaan. Pertama yaitu fokus penelitian pada keterbukaan diri remaja. Kedua, peneliti sama-sama menggunakan teknik Johari Window. Selain persamaan di dalam penelitian ini terdapat beberapa perbedaan. Pertama, dalam penelitian terdahulu menggunakan kegiatan konseling dilakukan dengan bimbingan kelompok, sedangkan peneliti menggunakan konseling individu. Kedua, metode penelitian dalam penelitian terdahulu menggunakan kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan kualitatif.¹¹

¹⁰ Ruth Permatasari Novianna *“Pengungkapan Diri pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai”* (Skripsi Universitas Gunadarma Bekasi, 2012)

¹¹ Sania Nur Hanifia. *“Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window pada Siswa Kelas XI IS 1 SMA Walisongo”* (Skripsi Universitas Negeri Semarang, 2013).

TABEL 1.1
PENELITIAN TERDAHULU

No	Peneliti Terdahulu	Persamaan	Perbedaan
1	Maryam B. Gainau	Penelitian sama-sama mengangkat tentang keterbukaan diri.	Fokus permasalahan yang ada di dalam penelitian berbeda karena terfokus pada implikasi konseling, sedangkan peneliti fokus pada strategi konseling.
		Metode penelitian yang dipakai kualitatif deskriptif	Lokasi penelitian dalam penelitian berbeda, jika penelitian di SMP sedangkan peneliti di SMK.
2	Ruth Permatasari Novianna	Metode penelitian sama-sama menggunakan Kualitatif.	Penelitian dilakukan pada remaja terdampak perceraian sedangkan peneliti fokus membangun keterbukaan diri remaja.
		Fokus penelitian yaitu pada remaja atau keterbukaan diri remaja terhadap lingkungan.	Penelitian terdahulu fokus pada pengungkapan diri remaja sedangkan peneliti fokus pada strategi konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja.
3	Sania Nur Hanifia	Meneliti tentang keterbukaan diri pada remaja.	Dalam penelitian terdahulu menggunakan kegiatan konseling dilakukan dengan bimbingan

			kelompok, sedangkan peneliti menggunakan kegiatan konseling individu.
		peneliti sama-sama menggunakan teknik Johari Window.	Metode penelitian terdahulu menggunakan kuantitatif sedangkan penelitian ini menggunakan kualitatif.

B. Kajian Teori

1. Tinjauan Tentang Konseling

a. Strategi Konseling

Strategi mencakup tujuan kegiatan, siapa yang terlibat dalam kegiatan, isi kegiatan, proses kegiatan, dan sarana penunjang kegiatan. Strategi yang diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling disebut strategi layanan bimbingan dan konseling.

Konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, sosial, belajar dan perencanaan karir, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku.¹²

Strategi bimbingan dan konseling dapat berupa konseling individual, konsultasi, konseling kelompok, bimbingan kelompok, dan pengajaran remedial.¹³ Tahapan-tahapan konseling yang ada pada strategi konseling di antaranya:

¹² Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta, 2004), 14.

¹³ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 8.

1) Konseling Individual

Konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dan seorang konseling (siswa), konseli mengalami kesukaran pribadi yang tidak bisa ia pecahkan sendiri, kemudian ia meminta bantuan konselor yang sebagai petuga yang profesional dalam jabatannya dengan pengetahuan dan keterampilan psikologi. Konseling ditujukan pada individu yang normal, yang menghadapi kesukaran masalah pendidikan, pekerjaan, dan sosial dimana ia tidak dapat memilih dan memutuskan sendiri.¹⁴

Adapun teknik yang digunakan dalam konseling individual yaitu:

a) Tahap awal

- Membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah
- Memperjelas dan mendefinisikan masalah.
- Membuat peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah
- Menegosiasi kontrak

b) Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

- Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah masalah serta kepedulian kepada klien dengan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut.
- Menjaga hubungan konseling selalu terpelihara.
- Proses konseling agar berjalan dengan lancar.

¹⁴ Ibid,8

c) Tahap akhir Konseling

- Menurunkan kecemasan klien
- Adanya perubahan perilaku klien kearah lebih positif, sehat dan dinamik.
- Terjadinya sikap yang positif terhadap masalah yang sedang dihadapinya.

2) Konsultasi

Pengertian konsultasi dalam program bimbingan dipandang sebagai suatu proses penyediaan bantuan teknis untuk guru, orang tua, administrator, dan konselor lainnya dalam mengidentifikasi dan memperbaiki masalah yang membatasi efektivitas peserta didik atau sekolah.¹⁵ Tahap-tahap konsultasi adalah:

- a) Menumbuhkan hubungan berdasarkan komunikasi dan perhatian pada konsulti.
- b) Menentukan diagnosis atau sebuah hipotesis kerja sebagai rencana kegiatan.
- c) Mengembangkan motivasi untuk melaksanakan kegiatan.
- d) Melakukan pemecahan masalah.
- e) Melakukan alternatif lain apabila masalah belum terpecahkan.

3) Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran.

¹⁵ Ibid., 13.

Penyelenggaraan bimbingan kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai, dari langkah sampai dengan evaluasi dan tindak lanjutnya.¹⁶ Langkah-langkah bimbingan kelompok:

a) Langkah awal

Langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para siswa, pengertian, tujuan dan kegunaan bimbingan kelompok. Setelah penjelasan ini, langkah selanjutnya menghasilkan kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok.¹⁷

b) Perencanaan kegiatan

Perencanaan kegiatan bimbingan kelompok meliputi penetapan:

- Materi layanan
- Tujuan yang ingin dicapai
- Sasaran kegiatan
- Bahan atau sumber bahan untuk bimbingan kelompok
- Rencana penilaian
- Waktu dan tempat

c) Pelaksanaan kegiatan

- Mempersiapkan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat atau bahan ajar)
- Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan
- Kegiatan

¹⁶ Ibid.,14.

¹⁷ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 15.

b. Tujuan Konseling

Penentuan tujuan konseling mutlak harus dilakukan untuk memperjelas apakah yang menjadi klien datang pada konselor, apa yang ingin dicapai dalam konseling serta bantuan apa yang harus diberikan oleh konselor kepada klien.¹⁸ Karena peneliti terfokus pada layanan konseling disekolah maka ada 2 tujuan konseling secara umum dan juga khusus.

1) Tujuan Umum

Secara umum tujuan layanan bimbingan dan konseling adalah membantu siswa mengenal bakat, minat, dan kemampuannya, serta memilih, dan menyesuaikan diri dengan kesempatan pendidikan untuk merencanakan karir yang sesuai dengan tuntutan dunia kerja.

2) Tujuan Khusus

Secara Khusus pelanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan meliputi aspek pribadi-sosial, belajar dan karir.¹⁹

c. Jenis Bimbingan dan Konseling

1) Dilihat dari suatu permasalahannya ada tiga jenis bimbingan dan konseling yaitu:

a) Bimbingan Akademik/Belajar

W.S. Winkel SJ menyatakan bahwa bimbingan belajar adalah bimbingan dalam menemukan cara yang tepat untuk mengatasi kesukaran-kesukaran dalam belajar. Adapun yang termasuk masalah-masalah akademik/ belajar, yaitu: pengenalan

¹⁸ Ibid.,63.

¹⁹ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), 44.

kurikulum, pemilihan jurusan/ konsentrasi, cara belajar, penyelesaian tugas-tugas dan latihan, pencarian sumber belajar, perencanaan pendidikan lanjutan, dan lain-lain.

Bimbingan akademik /belajar di lakukan dengan cara mengembangkan atau menciptakan suasana belajar-mengajar yang kondusif agar terhindar dari kesulitan belajar. Para pembimbing membantu individu mengatasi kesulitan belajar, mengembangkan cara belajar yang efektif, membantu individu agar sukses dalam belajar dan mampu menyesuaikan diri terhadap semua tuntutan program/ pendidikan. Dalam bimbingan akademik/ belajar, para pembimbing berupaya memfasilitasi individu dalam mencapai tujuan akademik yang diharapkan.²⁰

b) Bimbingan sosial pribadi

Bimbingan sosial pribadi merupakan bimbingan untuk membantu para peserta didik dalam menyelesaikan masalah-masalah sosial pribadi. Adapun yang tergolong dalam masalah-masalah sosial-pribadi adalah masalah hubungan sesama teman, dosen, pemahaman sifat dan kemampuan diri, penyesuaian diri dengan lingkungan pendidikan dan masyarakat tempat mereka tinggal, serta penyelesaian konflik.

Bimbingan sosial-pribadi diarahkan untuk memantapkan kepribadiannya dan mengembangkan kemampuan peserta didik dalam menangani masalah-masalah yang peserta didik hadapi dan juga mengarahkan pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh peserta didik.

²⁰ Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan* (Bandung: Refika Aditama,2006),15.

Bimbingan ini diberikan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaksi pendidikan yang akrab, mengembangkan sistem pemahaman diri, dan sikap-sikap yang positif, serta keterampilan-keterampilan sosial-pribadi yang tepat.²¹

c) Bimbingan karier

Bimbingan karier yaitu bimbingan untuk membantu individu dalam perencanaan, pengembangan dan penyelesaian masalah-masalah karier, seperti pemahaman terhadap jabatan dan tugas-tugas kerja, pemahaman kondisi dan kemampuan diri, pemahaman kondisi lingkungan, perencanaan dan pengembangan karier, penyesuaian pekerjaan dan penyelesaian masalah-masalah karier yang dihadapi.

Bimbingan karier merupakan upaya bantuan terhadap individu agar dapat mengenal dan memahami dirinya, mengenal dunia kerjanya dan mengembangkan masa depannya yang sesuai dengan bentuk kehidupannya yang diharapkan. Lebih lanjut dengan layanan bimbingan karier, individu mampu menentukan dan mengambil keputusan secara tepat dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya sehingga mampu mewujudkan dirinya secara bermakna.²²

d) Bimbingan Keluarga

Bimbingan keluarga merupakan upaya pemberian bantuan terhadap para individu sebagai pemimpin/anggota keluarga agar mereka mampu menciptakan keluarga yang utuh dan harmonis,

²¹ Bahri Musthofa, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Surabaya: Putra Media Nusantara, 2011), 86.

²² Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan* (Bandung: Refika Aditama, 2006), 16.

memberdayakan diri secara produktif, dapat menciptakan dan menyesuaikan diri dengan norma keluarga, serta berperan/berpartisipasi aktif dalam mencapai kehidupan keluarga yang bahagia.

Bimbingan keluarga membantu individu memahami tugas dan tanggung jawabnya sebagai anggota keluarga sehingga individu siap memahami kehidupan berkeluarga. Serta membantu anggota keluarga dengan berbagai strategi dan teknik berkeluarga yang sukses, harmonis dan bahagia.

- 2) Dilihat pada jumlah orang (individu) yang akan diberikan pelayanan bantuan ada dua yaitu:
 - a) Bimbingan dan konseling individual atau bimbingan dan konseling perseorangan (*individuan counseling atau individual guidance*). Bimbingan ini biasanya dilakukan melalui wawancara konseling atau dapat juga dilakukan diluar wawancara konseling.
 - b) Bimbingan dan konseling kelompok (*group guidance atau group counseling*). Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan dalam konseling kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok berdasarkan deskripsi di atas, layanan konseling kelompok dapat dimaknai sebagai suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai

perkembangan yang optimal.²³

2. Tinjauan Tentang Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

a. Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

Menurut Johnson Keterbukaan diri (*self disclosure*) adalah reaksi atau tanggapan seseorang terhadap sesuatu yang sedang dihadapi serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan atau yang berguna untuk memahami tanggapan dimasa kini. Definisi lain mengenai keterbukaan diri menurut Johnson, membuka diri berarti membagikan perasaan kepada orang lain terhadap sesuatu yang telah dikatakan atau dilakukannya, atau perasaan terhadap kejadian-kejadian yang baru saja disaksikan. Membuka diri tidak sama dengan mengungkapkan detail-detail intim dari masa lalu. Mengungkapkan hal-hal yang sangat pribadi di masa lalu dapat menimbulkan perasaan intim atau keakraban sesaat. Keterbukaan diri memiliki dua sisi, yaitu bersikap terbuka kepada yang lain dan bersikap terbuka bagi yang lain. Kedua proses yang dapat berlangsung secara serentak itu apabila terjadi pada kedua belah pihak akan membuahkan relasi yang terbuka antara individu dan orang lain.²⁴

Devito, menyatakan bahwa keterbukaan diri dapat berupa berbagai topik seperti informasi perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan ide yang sesuai dan terdapat di dalam diri orang yang bersangkutan. Dari hal tersebut kedalaman dari keterbukaan diri seseorang bergantung pada situasi dan orang yang diajak untuk berinteraksi. Jika seseorang yang berinteraksi dengan individu lain menyenangkan dan membuat individu tersebut merasa aman dan dapat membangkitkan semangat maka kemungkinan bagi individu tersebut untuk lebih membuka diri amatlah besar. Sebaliknya pada beberapa orang

²³ Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1999), 255.

²⁴ A. Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi* (Yogyakarta: Kanisius, 1995), 14.

tertentu dapat saja menutup diri karena merasa kurang percaya.²⁵

Berdasarkan pengertian di atas dari beberapa pendapat ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa keterbukaan diri (*self disclosure*) adalah bentuk ungkapan perasaan, reaksi atau tanggapan seseorang yang berupa informasi mengenai dirinya yang dilakukan secara terbuka kepada orang lain sehingga saling mengerti satu sama lain.

1) Aspek-Aspek Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

Menurut Altman & Taylor, bahwa aspek-aspek keterbukaan diri (*self disclosure*) terdiri dari ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, kedalaman dan keluasan.²⁶ Lebih terperinci aspek-aspek keterbukaan diri akan dipaparkan pada bagian di bawah ini:

a) Ketepatan

Ketepatan mengacu pada apakah seorang individu mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan dan untuk peristiwa di mana individu terlibat atau tidak (sekarang dan disini). Keterbukaan diri sering sekali tidak tepat atau tidak sesuai ketika menyimpang dari norma-norma. Keterbukaan diri (*self disclosure*) yang tepat dan sesuai meningkatkan reaksi yang positif dari partisipan atau pendengar. Pernyataan negatif berkaitan sifatnya menyalahkan diri, sedangkan pernyataan positif merupakan pernyataan yang termasuk kategori pujian.

b) Motivasi

Motivasi berkaitan dengan apa yang menjadi dorongan seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain. Dorongan tersebut berasal dari dalam diri maupun dari luar. Dorongan dari

²⁵ Tri Dayakisni, *Psikologi Sosial*, (Malang :Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2006), 104

²⁶ Ifdil, *Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, (jurnal Ilmiah Pendidikan, 2013), 110-117

dalam berkaitan dengan apa yang menjadi keinginan atau tujuan seseorang melakukan keterbukaan diri. Sedangkan dari luar, dipengaruhi lingkungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

c) Waktu

Waktu yang digunakan dengan seseorang akan cenderung meningkatkan kemungkinan terjadinya keterbukaan diri (*self disclosure*). Pemilihan waktu yang tepat sangat penting untuk menentukan apakah seseorang dapat terbuka atau tidak. Dalam keterbukaan diri individu perlu memperhatikan kondisi orang lain.

d) Keintensifan

Keintensifan seseorang dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) tergantung kepada siapa seseorang mengungkapkan diri, apakah teman dekat, orangtua, teman biasa, orang yang baru dikenal.

e) Kedalaman dan Keluasan

Kedalaman dan Keluasan terbagi atas dua dimensi yakni keterbukaan diri yang dangkal dan yang dalam. Keterbukaan diri yang dangkal biasanya diungkapkan kepada orang yang baru dikenal. Kepada orang tersebut biasanya diceritakan aspek-aspek geografis tentang diri misalnya nama, daerah asal dan alamat.

Keterbukaan diri yang dalam, diceritakan kepada orang-orang yang memiliki kedekatan hubungan (*intimacy*). Seseorang dalam menginformasikan dirinya secara mendalam dilakukan kepada orang yang betul-betul dipercaya dan biasanya hanya dilakukan kepada orang yang betul-betul akrab dengan dirinya, misalnya orang tua, teman dekat, teman sejenis dan pacar. Pendek kata, dangkal dalamnya seorang menceritakan dirinya ditentukan oleh yang hendak diajak berbagi cerita. Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain,

semakin terbuka ia kepada orang tersebut. Sedangkan menurut Jourard (Maryam B. Gainau, 2009: 2) ada 6 (enam) aspek keterbukaan diri (*self disclosure*) disebut juga dengan Jourard *self disclosure* meliputi:²⁷

- (1) Sikap atau opini mencakup pendapat/sikap mengenai keagamaan dan pergaulan remaja.
- (2) Selera dan minat mencakup selera dalam pakaian, selera makanan dan minuman, kegemaran akan hobi yang disukai.
- (3) Pekerjaan atau pendidikan mencakup keadaan lingkungan sekolah dan pergaulan sekolah.
- (4) Keuangan mencakup keadaan keuangan seperti sumber keuangan, pengeluaran yang dibutuhkan, cara mengatur keuangan.
- (5) Kepribadian hal-hal yang mencakup keadaan diri, seperti marah, cemas, sedih, serta hal-hal yang berhubungan dengan lawan jenis.
- (6) Fisik mencakup keadaan fisik dan kesehatan fisik.

Berdasarkan paparan di atas mengenai aspek-aspek keterbukaan diri, peneliti lebih cenderung menggunakan aspek keterbukaan diri (*self disclosure*) menurut Altman dan Taylor yaitu; 1) ketepatan; 2) motivasi; 3) waktu; 4) keintensifan; 5) kedalaman dan keluasan.

2) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

Oleh karena itu ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang dapat terbuka. Devito mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri antara lain: efek diadik, besar kelompok, topik, valensi, gender, penerima hubungan dan kepribadian. Adapun penjelasan dari faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri adalah

²⁷ Gainau. B Maryam, *Keterbukaan Diri (Self Disclosure) siswa dalam Perspektif dan Implikasi bagi Konseling*, (E-Jurnal, 2009), 1-18.

sebagai berikut:²⁸

a) Efek diadik

Individu akan melakukan keterbukaan diri bila orang yang bersamanya juga melakukan keterbukaan diri. Hal ini dikarenakan efek diadik membuat seseorang merasa aman dan dapat memperkuat seseorang untuk melakukan keterbukaan diri.

b) Besar Kelompok

Keterbukaan diri dianggap lebih efektif bila berada dalam situasi kelompok kecil dibandingkan kelompok besar, karena dalam kelompok kecil interaksi anggota kelompok lebih mudah dan cepat mendapat respon ataupun umpan balik dari orang lain.

c) Topik

Individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya topik yang bersifat pribadi dan informasi yang kurang baik akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.

d) Gender atau Jenis Kelamin

Keterbukaan diri cenderung dimiliki oleh wanita dari pada pria. Wanita lebih senang lekas membagikan informasi tentang dirinya ataupun orang lain. Sebaliknya pria lebih senang diam atau memendam sendiri permasalahannya dari pada membeberkan kepada orang lain.

e) Kompetensi

Keterbukaan dianggap berhasil apabila seseorang memahami betul terhadap apa yang diinformasikan, baik positif

²⁸ Joseph A. Devito, *Komunikasi Antar Manusia*, (Tangerang: Karisma publishing group 2011), 66-67.

maupun negatifnya karena hal itu sangat menentukan dalam perkembangan selanjutnya.

f) Penerima Hubungan

Keterbukaan diri dianggap berhasil bila ada umpan balik dari pendengar informasi. Pria cenderung lebih terbuka kepada teman-temannya dari pada kepada orang tuanya karena merasa memiliki satu tujuan. Sebaliknya wanita lebih suka terbuka kepada orang tuanya atau teman prianya karena dianggap mampu memberikan perlindungan.

g) Kepribadian

Individu dengan kepribadian ekstrovert dan nyaman dalam berkomunikasi lebih banyak melakukan keterbukaan diri dari pada individu dengan kepribadian introvert dan kurang berani dalam berbicara.

3) Fungsi Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*)

Menurut Derlega dan Grzelak ada 5 (lima) fungsi keterbukaan diri, antara lain :²⁹

a) Ekspresi (*expression*)

Dalam kehidupan kadang kita mengalami hal-hal yang membuat kecewa seperti percintaan, pekerjaan. Untuk membuang semua kekecewaan atau kekesalan itu biasanya kita akan merasa senang bila bercerita kepada teman yang dipercayai. Dengan adanya keterbukaan diri semacam ini seseorang mendapat kesempatan untuk mengekspresikan perasaannya.

b) Penjernihan diri (*self clarification*)

Dengan saling berbagi rasa dan menceritakan perasaan

²⁹ Tri Dayakisni, *Psikologi Sosial*, (Malang :Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2006), 107-108.

serta masalah yang individu hadapi kepada orang lain, individu berharap agar memperoleh penjelasan dan pemahaman dari orang lain akan masalahnya sehingga pikirannya akan menjadi lebih jernih dan dapat melihat inti dari persoalan dengan baik.

c) Keabsahan sosial (*social validation*)

Setelah membicarakan masalah yang dihadapi, biasanya pendengar akan memberikan tanggapan mengenai permasalahan tersebut. Sehingga dengan begitu, individu akan mendapatkan informasi yang bermanfaat tentang kebenaran akan pandangan serta memperoleh dukungan ataupun sebaliknya.

d) Kendali sosial (*social control*)

Seseorang dapat mengemukakan atau menyembunyikan informasi tentang keadaan dirinya yang dimaksudkan untuk mengadakan kontrol sosial, misalnya orang akan mengatakan sesuatu yang dapat menimbulkan kesan baik tentang dirinya.

e) Perkembangan hubungan (*relationship development*)

Saling berbagi rasa dan informasi tentang dirinya kepada orang lain serta saling mempercayai merupakan saran yang paling penting dalam merintis suatu hubungan sehingga akan semakin terjalin keakraban.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa fungsi keterbukaan diri yaitu, 1) Ekspresi, dalam kehidupan individu dapat mengekspresikan perasaannya; 2) Penjernihan diri merupakan penjernihan diri dengan saling berbagi rasa serta menceritakan perasaan dan masalah yang sedang individu hadapi dengan orang lain; 3) Individu akan mendapat informasi tentang kebenaran pandangan individu dan memperoleh dukungan atau

sebaliknya yang sering disebut dengan keabsahan sosial; 4) Kendali sosial yaitu individu dapat mengemukakan atau menyembunyikan informasi tentang dirinya yang dimaksudkan untuk mengadakan kontrol sosial; 5) perkembangan hubungan merupakan perkembangan hubungan dengan saling berbagi rasa dan informasi tentang dirinya pada orang lain serta mempercayai.

4) Ciri-ciri Individu Terbuka

Individu yang memiliki keterbukaan diri memiliki ciri-ciri tertentu. Ciri-ciri orang terbuka dan orang tertutup.³⁰ Seperti yang terlihat di dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1.2
Ciri-ciri Orang yang Terbuka

No	Terbuka	Tertutup
1.	Menilai pesan secara obyektif, dengan menggunakan data dan keajegan logika.	Menilai pesan berdasarkan motif-motif pribadi.
2.	Berorientasi pada isi.	Berdasarkan lebih banyak pada sumber pesan dari pada isi pesan.
3.	Membedakan dengan mudah, melihat nuansa, dan sebagainya.	Berpikir simplitis, artinya berpikir hitam putih (tanpa nuansa).
4.	Mencari informasi dari berbagai sumber.	Mencari informasi tentang kepercayaan orang lain dari sumbernya sendiri, bukan dari sumber kepercayaan orang lain.
5.	Lebih bersifat provisional dan bersedia mengubah kepercayaannya.	Secara kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaannya.
6.	Mencari pengertian pesan yang tidak sesuai dengan rangkaian kepercayaannya.	Menolak mengabaikan, mendistorsi, dan menolak pesan yang tidak konsisten dengan sistem kepercayaannya.

³⁰ Andi Kristanto. *Peningkatan Keterbukaan Diri Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom pada Siswa XI SMA Kanisius Ambarawa*. (Skripsi : Salatiga 2012). 12.

3. Tinjauan Tentang Remaja

a. Remaja

Remaja dalam arti *adolescence* berasal dari kata latin *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan. Kematangan dalam hal ini tidak hanya berarti kematangan fisik tetapi terutama kematangan social psikologis.³¹

Dalam hubungan dengan kematangan yang terahir ini, sulit mencari definisi remaja yang bersifat *universal*. Remaja dalam artian psikologis sangat berkaitan dengan kehidupan dan keadaan masyarakat, seperti masa remaja yang sangat panjang dan hampir ada yang tidak sama sekali.³²

Definisi yang memadai remaja tidaklah mudah, sebab kapan masa remaja berakhir dan kapan anak remaja tumbuh menjadi seorang dewasa tidak dapat ditetapkan secara pasti. Kesulitan untuk memastikan kapan berakhirnya masa *adolesens* ini, di antaranya karena *adolesens* sesungguhnya merupakan suatu ciptaan budaya, yakni suatu konsep yang muncul dalam masyarakat modern sebagai tanggapan terhadap perubahan social yang menyertai perkembangan industri. Hingga ahir abad 18 konsep *adolesens* belum digunakan untuk menunjukkan suatu periode tertentu dari kehidupan manusia.

Terlepas dari kesulitan untuk merumuskan definisi dan menentukan batas akhir masa remaja, namun dewasa ini istilah "*adolesens*," atau remaja telah digunakan secara luas untuk menunjukkan suatu tahap perkembangan antara masa nak-anak dan masa dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan social. Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para

³¹ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008),8.

³² *Ibid.*,9.

ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu: 12-15 tahun = masa remaja awal, 15 — 18 tahun = masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun = masa remaja akhir. Tetapi, Monks, Knoers & Haditono, (2001) membedakan masa remaja atas empat bagian, yaitu: (1) masa pra-remaja atau pra pubertas (10-12 tahun), (2) masa remaja awal atau pubertas (12-15 tahun), (3) masa remaja pertengahan (15-18 tahun) dan (4) masa remaja akhir (18-21). Remaja awal hingga remaja akhir inilah yang disebut dengan masa *adoleses*.³³

Adapun tugas - tugas Perkembangan Remaja:

1) Menerima keadaan fisik

Perubahan fisik pada remaja dapat mempengaruhi perkembangan remaja tersebut sehingga mengakibatkan banyak remaja yang tidak bisa menerima perubahan pada fisiknya. Perubahan fisik yang dialami remaja seperti warna kulit, wajah dan pertumbuhan alat vital. “Keadaan fisik yang dimiliki remaja hampir sebagian besar tidak sesuai dengan harapan mereka. Warna kulit yang menghitam padahal ingin kulit yang putih, wajah yang berjerawat di saat menginginkan kemulusan wajah, postur tubuh yang gemuk tatkala mendambakan tubuh yang atletis agar menarik perhatian orang lain, adalah beberapa kenyataan yang sering dihadapi remaja jika membahas tentang keadaan fisik mereka”.

2) Mencapai kemandirian emosional

Menurut Ratrioso menyatakan “Yang dimaksud kemandirian emosional dari orang tua adalah kemampuan untuk bisa mandiri mengendalikan emosi tanpa campur tangan orang tua, kamu bisa

³³ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (PT Remaja Rosdakarya: Bandung, 2015), 189-190.

menyemangati dirimu sendiri, menahan rasa marah, serta mengeluarkan unek-unek dengan cara yang santun tanpa ketergantungan pada perhatian dari orang tua kamu”.³⁴

3) Menjalin hubungan dengan Lawan Jenisnya

Menurut Hurlock menyatakan “Karena adanya pertentangan dengan lawan jenis yang sering berkembang selama akhir masa kanak-kanak dan masa puber, maka mempelajari hubungan baru dengan lawan jenis berarti harus mulai dari nol dengan tujuan untuk mengetahui hal-hal lawan jenis dan bagaimana harus bergaul dengan mereka”.

4) Mengembangkan perilaku sosial yang bertanggung jawab

Perkembangan social yang bertanggung jawab pada remaja mempengaruhi remaja dalam hubungan sosialnya dengan teman sebaya maupun orang yang lebih tua. Remaja harus mampu bertanggung jawab dalam memecahkan masalah sosial secara baik.³⁵

IAIN JEMBER

³⁴ Ratrioso, Imam, *Remaja Unggul Kamukah Itu?*, (Nobel Edumedia: Jakarta, 2008), 23-24

³⁵ Asrori, mohammad, *Memahami Dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Pontianak: Untan Press, 2008), 165

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan kualitatif adalah suatu langkah prosedur untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik dari sudut perspektif partisipan.¹ Partisipan adalah orang-orang yang diajak berwawancara, observasi diminta memberikan data, pendapat, pemikiran dan persepinya. Penelitian ini mengungkap strategi serta faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri (*self disclosure*) remaja.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian menunjukkan di mana penelitian tersebut hendak dilakukan.² Dalam penelitian ini dilaksanakan di SMK Islam Bustanul Ulum (IBU) yang terletak di daerah perbatasan antara Jl. Himalaya No. 17 Desa Pakusari dan juga Mayang Kabupaten Jember, yang mana sekolah tersebut berdampingan/ dibawah naungan Pesantren.

C. Subyek Penelitian

Penelitian kualitatif ini memiliki kata-kata dan deskripsi tindakan orang-orang yang diamati dan merupakan sumber data utama, karena untuk memperoleh sumber data yang valid dan sesuai dengan tujuan penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka diperlukan penentuan informasi yang tepat dan *representatif* dalam menguraikan masalah yang diteliti. Dalam hal ini peneliti dapat menentukan subyek penelitian memakai teknik *purposive sampling*. Karena teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan informan yang

¹ Lexy J Moleong, *metode penelitian kualitatif*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005), 11.

² Tim penyusun, *pedoman*.48.

dianggap paling tau terkait data yang akan peneliti dapatkan yaitu pengambilan informan sumber data dengan pertimbangan tertentu. Cara peneliti memilih orang tertentu yang dianggap berpengaruh tentang apa yang kita akan teliti dan diharapkan.³ Peneliti memerlukan informan sebagai sumber data, yaitu sebagai berikut:

1. Guru Bimbingan dan Konseling yang melakukan proses konseling di SMK IBU Pakusari Kabupaten Jember.
2. Remaja/ Siswa kelas X di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.⁴ Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi merupakan dasar semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta yang mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Dalam penelitian ini menggunakan metode observasi secara non-partisipatif, artinya pengamat tidak ikut serta dalam kegiatan.

Peneliti hanya berperan mengamati kegiatan, tidak ikut dalam kegiatan. Peneliti mengamati kegiatan dalam proses konseling untuk mendapatkan fakta dilapangan yang di adakan setiap hari Kamis dan Sabtu.

³ Djaman Satori dan Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2013), 47.

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan(Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, 224.

2. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan dimana dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi atau keterangan-keterangan.⁵ Percakapan itu dilakukan oleh kedua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yaitu yang memberi jawaban atau pertanyaan itu yang diajukan.⁶

Pentingnya wawancara dalam penelitian ini seperti yang ditegaskan Sebagaimana dikutip oleh Moleong antara lain : menkonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, perasaan, motivasi, tuntunan, kepedulian dan memperluas informasi yang diperoleh orang lain. Dalam wawancara ini bersifat terbuka dan pelaksanaannya tidak hanya sekali atau dua kali, melainkan berulang-ulang dengan intensitas yang tinggi.⁷

Wawancara ini dilakukan terhadap guru BK yang menangani Siswa kelas X dalam membangun keterbukaan diri, disertai dengan pernyataan dari wali kelas dan juga siswa yang pernah di tangani.

3. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi dapat diartikan sebagai metode penelitian untuk memperoleh keterangan-keterangan atau informasi. Dalam hal ini, dokumentasi bisa berupa foto, catatan lapangan, dll.

Dokumentasi dilakukan hanya beberapa kegiatan saja, seperti halnya kegiatan konseling individu, karena memang ada beberapa pihak yang tidak menyetujui adanya pengambilan gambar sepenuhnya kegiatan Bimbingan dan Konseling tersebut.

⁵ Ibid., 218.

⁶ Lexy J Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), 186.

⁷ Ibid., 135.

E. Analisis Data

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami diri sendiri maupun orang lain.⁸

Milles dan Huberman mengemukakan bahwa aktivitas dalam menganalisis data kualitatif dilakukan dengan cara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas. Aktivitas dalam analisis data yaitu reduksi data, penyajian data dan *verification*/ penarikan kesimpulan.

1. Reduksi Data

Yaitu proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan dan transparansi data yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan atau suatu bentuk yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengkoordinasikan dengan cara yang sedemikian rupa, sehingga kesimpulan akhirnya dapat ditarik kesimpulan atau diverifikasi.

2. Penyajian Data

Setelah dapat direduksi, langkah selanjutnya adalah menyajikan data.

Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat (teks yang bersifat naratif).

3. *Verification*/ Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif dimungkinkan dapat menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sejak awal, kesimpulan ini merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan

⁸ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2013), 144.

dapat berupa deskriptif atau gambaran objek yang sebelumnya masih remang-remang sehingga setelah diteliti menjadi jelas.⁹

F. Keabsahan Data

Metode pengujian data untuk mengukur kredibilitas data dalam penelitian ini menggunakan metode triangulasi data. Metode triangulasi data adalah pemeriksaan data kembali untuk mendapatkan keabsahan data yang diperoleh atau sebagai pembanding. Teknik triangulasi yang biasa digunakan adalah membandingkan dengan sumber atau data lain.¹⁰

G. Tahap-tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian perlu diuraikan untuk memudahkan peneliti menyusun rancangan penelitian yang meliputi kegiatan perencanaan, pelaksanaan, pengumpulan data, analisis data, sampai penulisan laporan.

Tahapan penelitian tersebut antara lain:

1. Tahap pra lapangan meliputi:
 - a. Menyusun rancangan penelitian
 - b. Memilih lapangan penelitian
 - c. Mengurus perizinan
 - d. Menjajaki dan menilai lapangan
 - e. Memilih dan memanfaatkan informan
 - f. Menyiapkan perlengkapan penelitian
 - g. Persoalan etika penelitian
2. Tahap pekerjaan lapangan
 - a. Memahami latar belakang penelitian dan persiapan diri
 - b. Memasuki lapangan
 - c. Berperan serta sambil mengumpulkan data

⁹ Tim penyusun, *Pedoman*, 48.

¹⁰ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), 331.

3. Tahap analisis data

Tahap ini merupakan tahap akhir dari proses penelitian. Pada tahap ini peneliti menganalisis data baik yang diperoleh melalui observasi, wawancara, maupun dokumentasi dengan masyarakat, dimulai dengan menetapkan informan-informan kunci yang memahami betul strategi konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja serta informan-informan yang berkaitan dengan penelitian tersebut.



BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Objek Penelitian

1. Sejarah SMK IBU (Islam Bustanul Ulum) Pakusari

SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari, Jember yang juga dikenal dengan nama SMK IBU, berada di Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember. Berdiri pada tahun 2009, awalnya hanya sebagai kelas kecil bagi siswa pinggiran kota hingga saat ini menjadi Sekolah Favorit di Kalangan Jember Timur. Pada tahun 2013 sekolah ini menjadi sekolah unggulan di wilayah Jember Timur. Pada tahun 2016 ditetapkan sebagai Sekolah Menengah Kejuruan Rujukan Nasional.⁴⁶

SMK IBU memiliki 3 Kompetensi Keahlian yang mana Akuntansi dan Keuangan Lembaga, Multimedia, Bisnis Daring dan Pemasaran. SMK IBU adalah sekolah berbasis agama Islam yang mana berada di bawah naungan Pondok Pesantren. Di SMK IBU menerapkan kegiatan-kegiatan Bimbingan dan Konseling secara aktif di tahun 2016 dengan jumlah guru BK 3 orang untuk menangani siswa-siswa kelas X, 3 orang guru BK untuk menangani siswa-siswa kelas XI, dan 4 orang guru BK untuk menangani siswa-siswa kelas XII.

a. VISI

Terwujudnya generasi berakhlak mulia, cerdas, dan demokratis mengakar pada budaya bangsa serta mampu bersaing di era global.

b. MISI

- 1) Mengadakan kegiatan keagamaan secara rutin dan teratur untuk menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianutnya.

⁴⁶Fauzan Adhiman, *SMK IBU Pakusari Jember*, (www.smkibupakusari.sch.id/). Diakses 20 Agustus 2019).

- 2) Membentuk karakter siswa yang berbudi pekerti luhur sesuai dengan budaya bangsa Indonesia.
- 3) Menyelenggarakan proses pendidikan yang bermutu berorientasi pada pencapaian kompetensi berstandar nasional dan Internasional
- 4) Membentuk siswa kreatif, inovatif, dan cerdas yang mampu berkompetisi di era global.
- 5) Membentuk siswa agar memiliki sikap disiplin, jujur, baik, adil, demokratis, dan bertanggung jawab.
- 6) Mendidik dan melatih siswa agar mampu bersaing di perguruan tinggi terbaik di dalam maupun di luar negeri dan menjadi manusia pembelajar sepanjang hayat.

2. Letak Geografis

Desa pakusari adalah desa yang terletak di kota jember bagian timur yang jaraknya kurang lebih 12 Km dari kota Jember. Dimana sebelah barat berbatasan dengan desa Kertosari, sebelah timur berbatasan dengan desa Mayang dan Jatian, sebelah utara berbatasan dengan sumber pinang, dan batas selatan berbatasan dengan desa Mayang.

Secara administratif SMK Islam Bustanul Ulum terletak di Desa Pakusari Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember dengan wilayah yang di batasi oleh desa- desa tetangga. Di sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Kalisat dan daerah selatan berbatasan dengan Kecamatan Mayang. Di sebelah timur berbatasan dengan Desa Plalangan, dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Glagahwero. SMK Islam Bustanul Ulum juga tidak jauh dengan pom bensin Mayangsekitarb 100 m, karena letaknya pertengahan Desa Gempal dan Pakusari, namun masih termasuk Pakusari.⁴⁷

⁴⁷Dokumentasi SMK IBU Pakusari 11 Agustus 2019.

3. Profil Sekolah

PROFIL SEKOLAH

Nama Sekolah	: SMKS ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI
NSS/NPSN	: 342052423288/20570966
Jenjang Pendidikan Status Sekolah	: SMK : Swasta
Alamat Sekolah	: JL. HIMALAYA NO.17 PAKUSARI
RT / RW	: 1/5
Nama Kepala Sekolah	: MOH. MUFTI ALI, SE
Kode Pos	: 68181
Kelurahan	: Pakusari
Kecamatan	: Kec. Pakusari
Kabupaten/Kota	: Kab. Jember
Provinsi	: Prop. Jawa Timur
Negara	: Indonesia
SK Pendirian Sekolah	: 421.57016.2/I03.05/2009
Tanggal SK Pendirian	: 2009-11-11
Status Kepemilikan	: Yayasan
SK Izin Operasional	: 421.3/4537/413/2012
Tgl SK Izin Operasional	: 2012-11-26
Luas Tanah Milik (m2)	: 20000
Luas Tanah Bukan Milik (m2):	900
Nama Wajib Pajak	: SMK ISLAM BUSTANUL ULUM
NPWP	: 029976859626000
Nomor Telepon	: 0331591880
Nomor Fax	: 0331591880
Email	: smkibupakusari1@gmail.com
Website	: http://www.smkibu.sch.id

TABEL 1.3
DATA SISWA 3 TAHUN TERAKHIR

No. Urut	KOMPETENSI KEAHLIAN	TAHUN AJARAN 2016/2017					
		PENDAFTAR			YANG DITERIMA		
		L	P	JML	L	P	JML
1	2	11	12	13	14	15	16
1	PEMASARAN	175	160	335	149	133	282
2	MULTIMEDIA	85	75	160	66	75	141
JUMLAH		260	235	495	215	208	423

No. Urut	KOMPETENSI KEAHLIAN	TAHUN AJARAN 2017/2018					
		PENDAFTAR			YANG DITERIMA		
		L	P	JML	L	P	JML
1	2	11	12	13	14	15	16
1	PEMASARAN	290	185	475	237	156	393
2	MULTIMEDIA	160	110	270	112	92	204
JUMLAH		450	295	745	349	248	597

No. Urut	KOMPETENSI KEAHLIAN	TAHUN AJARAN 2018/2019					
		PENDAFTAR			YANG DITERIMA		
		L	P	JML	L	P	JML
1	2	11	12	13	14	15	16
1	PEMASARAN	245	243	488	219	161	380
2	MULTIMEDIA	165	132	297	114	93	207
JUMLAH		410	375	785	333	254	587

B. Penyajian Data dan Analisis

Sub bab ini berisi uraian data yang diperoleh dilapangan, kemudian dianalisis sehingga menghasilkan beberapa data temuan. Di antara beberapa temuan tersebut secara garis besar meliputi 2 hal, yakni Strategi Konseling yang di gunakan dan faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja.

Di dalam sub bab ini peneliti melakukan wawancara dengan Guru BK dan juga siswa-siswi SMK Islam Bustanul Ulum dilengkapi dengan data diri Guru BK dan juga siswa-siswi.

1) Data Diri Informan

Nama : Muhammad Fauzan Asyari
 Tempat, tanggal Lahir : Jember, 6 April 1982
 Alamat : Desa Mayang
 Profesi : Guru BK sejak tahun 2013
 Agama : Islam

2) Data Diri Informan

Nama : Ahmad Rofi Hanafi
 Tempat, tanggal Lahir : Jember. 23 Desember 1989
 Alamat : Desa Silo Kecamatan Mayang
 Profesi : Guru BK sejak tahun 2016

3) Data diri siswa

Nama : muhammad Fajar (Jurusan Pemasaran)
 Alamat : Plalangan

4) Data diri siswa

Nama : Imron Rosidi (Jurusan Multimedia)
 Alamat : Ajung-Kalisat

5) Data diri siswa

Nama : Indah Lestari (Jurusan Pemasaran)
 Alamat : Suren-Ledokombo

1. Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja

Strategi konseling yang sering digunakan dalam membangun keterbukaan diri remaja di SMK Islam Bustanul Ulum (IBU), yaitu dengan melakukan Bimbingan Kelompok. Seperti yang telah dijelaskan dari hasil wawancara yang dilakukan kepada Muhammad Fauzan tentang apa saja strategi konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja, berikut pernyataannya,

“Pelaksanaan konseling untuk membantu siswa membangun keterbukaan diri disini itu menggunakan kegiatan bimbingan kelompok mbak, yang mana siswa nanti diberikan kegiatan-kegiatan secara kelompok untuk saling mengenal satu dengan yang lainnya dan membangun kepercayaan satu dan yang lainnya mbak, biasanya di dalam 1 kelompok ada sekitar 10-20 siswa”.⁴⁸

⁴⁸ Wawancara Muhammad Fauzan selaku guru BK, 10 Agustus 2019.

Salah satu strategi konseling dalam membantu membangun keterbukaan diri remaja adalah kegiatan bimbingan kelompok, yang mana di dalam kelompok tersebut terdapat 10-20 siswa. Kegiatan bimbingan kelompok bertujuan untuk membangun keinginan siswa untuk saling berkomunikasi dan kepercayaan terhadap orang lain.

Kepercayaan mutlak diperlukan agar suatu relasi tumbuh dan berkembang, sehingga kita punya cukup keyakinan bahwa orang lain akan bertingkah laku sedemikian rupa sehingga yang timbul adalah akibat-akibat yang menguntungkan.⁴⁹

Seperti halnya yang di paparkan oleh Muhammad Fauzan tentang strategi konseling, Ahmad Rofi juga menjelaskan tentang proses bimbingan kelompok,

“Dalam kegiatan bimbingan kelompok kami biasanya melakukan kegiatan diskusi yang mana dalam kegiatan diskusi ini saya menjelaskan materi yang akan disampaikan pada pertemuan pertama hingga pertemuan akhir. Dari mulai pengertian, tujuan, fungsi dan tata cara pelaksanaannya. Kegiatan pertama dalam bimbingan kelompok adalah fokus kepada memperkenalkan diri sendiri pada siswa lain, selanjutnya yaitu mengenali siswa lain yang ada dalam satu kelompok. Setelah siswa saling mengenal satu dengan yang lain, siswa diberikan materi menerapkan sikap percaya dan sikap terbuka antar kelompok untuk meningkatkan sikap percaya diri”⁵⁰

Proses konseling kelompok yang dilakukan di SMK IBU yang lebih utama adalah perkenalan nama antar kelompok masing-masing. Setelah melakukan perkenalan guru BK menjelaskan pengertian bimbingan dan konseling kelompok, fungsi, tujuan dan tata cara pelaksanaan konseling kelompok kepada anggota kelompok, memberikan pengantar seputar topik pembahasan, memberikan kesempatan kepada anggota untuk mengemukakan pendapat sehingga pelaksanaan bimbingan kelompok berjalan dengan efektif.

⁴⁹ A. Supratiknya. *Komunikasi Antarpribadi*, (Depok : PT Kanisius, 2016), 26.

⁵⁰ Wawancara Ahmad Rofi selaku guru BK, 11 Agustus 2019.

Selain proses bimbingan kelompok, Muhammad Fauzan juga memaparkan tentang alasan menggunakan strategi bimbingan kelompok dalam membantu remaja untuk membangun keterbukaan diri,

“Kalo menurut saya pribadi dengan melakukan bimbingan kelompok siswa jadi lebih komunikatif diluar jam pelajaran mbak, dan bisa memahami lebih mendalam satu persatu teman-temanya di kelas, dan lagi dalam kegiatan bimbingan kelompok ini untuk mampu memudahkan perkembangan siswa dalam bentuk kegiatan-kegiatan yang mendorong kemampuan siswa secara efektif. Selain itu, melakukan bimbingan kelompok kan tidak membosankan mbak dan juga membahas hal-hal yang memang tidak terlalu rahasia. Seperti contohnya memahami film, diskusi panel, dan juga kegiatan-kegiatan gotong royong yang lainnya”.⁵¹

Kegiatan bimbingan kelompok kepada siswa diberikan karena kegiatan ini sangat memudahkan komunikasi antarsiswa sehingga siswa mampu mengembangkan komunikasi dan kemampuannya dengan baik. kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya menggunakan prinsip dan proses dinamika kelompok, seperti dalam kegiatan sosiodrama, diskusi panel dan teknik lainnya yang berkaitan dengan kegiatan kelompok.⁵²

Ahmad Rofi juga menyatakan tentang strategi yang di gunakan terhadap remaja yang tertutup/ menutup diri (*introvert*),

“Mungkin sedikit saja perbedaannya mbak, biasanya kalo anak-anak yang gak bisa menyampaikannya di forum pasti langsung mendatangi saya dan kita lakukan konseling pribadi, jadi kalo dari saya sendiri prosesnya mungkin sama mbak ya cuma biasanya saya padukan antara remaja yang terbuka dengan remaja yang menutup diri, jadi saya tetap menggunakan bimbingan kelompok yang sama hanya saja ada sedikit kolaborasi kelompok, maksudnya antara siswa yang memiliki kepribadian terbuka dan siswa yang menutup diri mampu bertukar informasi, karena bimbingan ini tidak hanya dilakukan kepada pribadi yang tertutup, yang terbuka pun ikut serta karena saya yakin dalam diri mereka pasti ada bagian diri yang tersembunyi (*hidden self*) kalo di teori keterbukaan diri itu kan ada mbak ya, jadi semuanya harus ikut serta, namun kita acak dan biasanya dalam beberapa kali pertemuan kita roling siswa itu mbak tujuannya biar mereka siap membuka diri

⁵¹ Wawancara Muhammad Fauzan selaku guru BK, 11 Agustus 2019.

⁵² A. Supratiknya. *Komunikasi Antarpribadi*, (Depok : PT Kanisius, 2016), 14.

dalam lingkaran besar”.⁵³

Strategi lain untuk membantu remaja dalam membangun keterbukaan diri adalah dengan melakukan kolaborasi kelompok agar pribadi yang *introvert* mampu mengembangkan komunikasi dengan anggota kelompok lainnya. Mengingat bimbingan kelompok tersebut bukan hanya untuk remaja yang menutup diri tapi di khususkan kepada setiap remaja dalam membantu membangun serta meningkatkan keterbukaan diri.

Ahmad Rofi menjelaskan strategi yang di gunakan agar kegiatan konseling lebih efektif, berikut penjelasannya,

“saya biasanya melakukan konseling individu mbak untuk membangun hubungan yang baik dengan siswa juga dan lagi biar kita juga bisa lebih memahami siswa secara pribadi bukan hanya terfokus dengan kegiatan bimbingan kelompok saja, jadi dengan melakukan konseling pribadi ini kan kita bisa lebih detail lagi atau memperjelas permasalahan anak-anak juga mbak, apa memang kepribadian mereka atau ada unsur lain yang membuat siswa menjadi tertutup kan tiap individu pasti berbeda mbak, ada yang memang itu kepribadiannya siswanya yang suka sendiri, ada yang memang punya masalah keluarga, dan biasanya sih keakraban mbak, makanya saya juga terapkan bimbingan kelompok itu biar menambah akrab satu dengan yang lain juga”.⁵⁴

Guru BK memberikan layanan konseling individu agar mampu membangun hubungan baik dengan siswa juga bisa menganalisa permasalahan yang dirasakan siswa. Mengingat permasalahan siswa pasti berbeda dan datang dari keluarga yang berbeda.

Kegiatan konseling individu dilakukan untuk membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah dengan cara berdiskusi dengan klien sehingga klien mampu terbuka dengan konselor atau guru BK.⁵⁵

Muhammad fauzan juga memberikan penjelasan lain selain kegiatan konseling individu dan kelompok,

⁵³ Wawancara Ahmad Rofi selaku guru BK, 11 Agustus 2019.

⁵⁴ Wawancara Ahmad Rofi selaku guru BK, 11 Agustus 2019.

⁵⁵ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 10.

“Konsultasi juga mbak, biasanya anak-anak datang kalau sudah jam istirahat gitu mbak, jadi lebih enak lagi, dengan konseling individu, konsultasi sudah bisa memberikan perubahan pada sikap siswa mbak dilanjutkan dengan bimbingan kelompok yang agendanya memang membuat akrab satu dengan yang lain, jadi siswa punya banyak sarana untuk membuka diri. Apalagi yang namanya cerita itu juga kan bisa sembarangan mbak, saya menanamkan sama anak-anak kalo mau cerita masalah pribadi silahkan datang keruangan saya, saya juga selama ini tidak menyangkut pautkan masalah pribadi siswa dengan masalah disekolah jadi siswa juga jadi gak takut untuk datang keruangan saya, ya istilahnya saya sudah memberikan kepercayaan penuh dan mereka juga sebaliknya, nasehat-nasehat kecil lah saya berikan ya meskipun kita tahu juga itu memang kemungkinan tidak dilakukan tapi saya fokuskan untuk lebih mengayomi siswa saya dengan dengan sebaik mungkin mbak”.⁵⁶

Siswa melakukan konsultasi kepada guru BK, ketika siswa merasapermasalahannya sangat rahasia. Guru BK memberikan nasehat-nasehat kepada siswa yang bermasalah ataupun tidak bermasalah, selain itu guru BK juga memberikan kepercayaan satu sama lain agar siswa lebih terbuka lagi.

Konsultasi merupakan salah satu strategi bimbingan yang penting sebab banyak masalah karena sesuatu hal akan lebih berhasil jika ditangani secara tidak langsung oleh konselor. Konsultasi dalam pengertian umum dipandang sebagai nasihat dari seorang yang profesional. Konsultasi dilakukan dengan tujuan menyempurnakan lingkungan belajar bagi siswa dan menyempurnakan komunikasi.⁵⁷

Peneliti menanyakan tujuan penyelenggaraan bimbingan kelompok di SMK Islam Bustanul Ulum, Muhammad Fauzan menjelaskan,

“tujuan dilakukannya bimbingan kelompok ini mbak untuk menambah keakraban satu dengan yang lain, untuk menjalin keterbukaan antar siswa, terutama agar siswa mampu saling terbuka dan percaya diri di hadapan teman-temannya lain, selain itu juga tujuan yang ingin dicapai kan siswa lebih interaktif lagi disekolah mbak, jadi tidak menutup diri ataupun merasa malu untuk berkomunikasi”.⁵⁸

Kegiatan bimbingan kelompok ini diharapkan menambah keakraban antar siswa lain sehingga siswa mampu berkomunikasi dengan baik di

⁵⁶ Wawancara Muhammad Fauzan selaku guru BK, 11 Agustus 2019

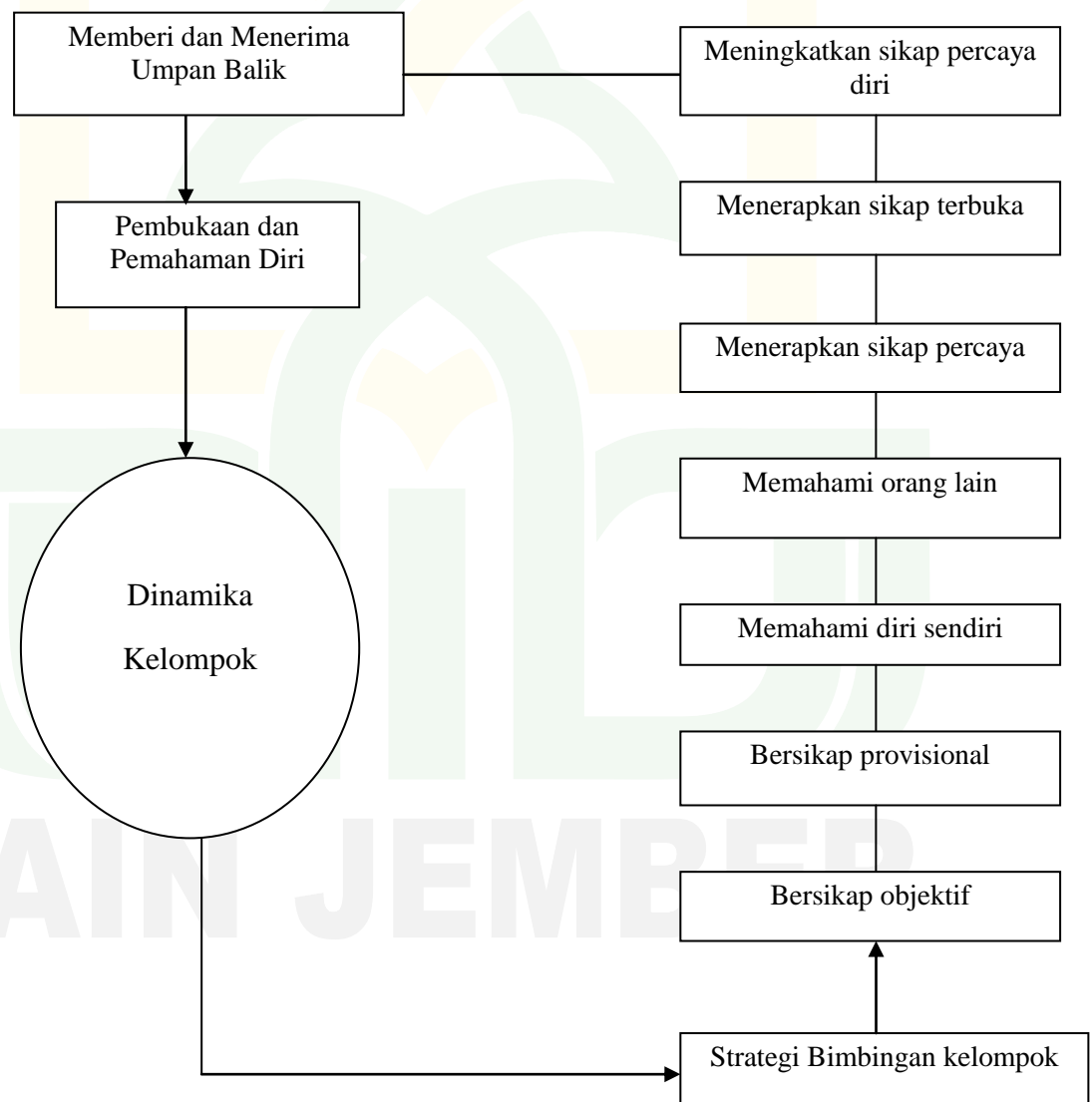
⁵⁷ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 12.

⁵⁸ Wawancara Muhammad Fauzan selaku guru BK, 11 Agustus 2019

lingkungan sekolah, mengingat pentingnya bersosialisasi dengan teman sebaya.

Berikut kerangka berfikir dalam kegiatan bimbingan kelompok untuk membangun keterbukaan diri remaja yang biasa dilakukan di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari yang di lakukan kepada siswa kelas X.

Gambar 1.1
Kerangka Berpikir Bimbingan Kelompok untuk Membangun Keterbukaan diri Remaja.



Sumber : Kegiatan Bimbingan Kelompok di SMK IBU Pakusari.

a. Bersikap objektif

Sikap objektif adalah yaitu suatu sikap yang menilai suatu objek sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya dari objek tersebut. Sikap objektif yaitu melihat sesuatu sebagaimana adanya obyek itu, menjauhkan bias pribadi dan tidak dikuasai oleh pikirannya sendiri. Dengan kata lain mereka dapat mengatakan secara jujur dan menjauhkan kepentingan dirinya sebagai subjek.

b. Bersikap provisional

Bersikap provisional artinya bersikap tentatif dan berpikiran terbuka, serta bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah posisi jika keadaan mengharuskan.

c. Memahami diri sendiri

Jika kita sudah paham akan diri sendiri, kita tidak lagi mengikuti pengaruh orang lain. Tidak perlu memaksakan agar orang lain mengikuti kemauan kita. Memahami diri sendiri berarti mengerti kemauan tubuh. Mana yang bermanfaat bagi tubuh dan mana yang akan merugikan tubuh.

d. Memahami orang lain

Selain kita memahami diri sendiri kita juga bisa memahami orang lain karena pada dasarnya kita membutuhkan orang lain dalam menyesuaikan diri. Dengan memahami orang lain maka kita akan melatih diri kita untuk memahami perasaan orang lain.

e. Menerapkan sikap percaya

Kepercayaan yang dibangun antar manusia bertujuan untuk menghasilkan sebuah kerja sama dan memperoleh hasil yang lebih baik dengan kepercayaan tersebut.

f. Bersikap terbuka

Membuka diri terhadap orang lain (*self disclosure*) itu ibarat mata uang, memiliki dua sisi. Di satu sisi berarti memasuki hubungan yang lebih matang. Di sisi lain, terdapat resiko dicemooh dan dikhianati. Bagaimanapun, *self disclosure* merupakan isyarat berkembangnya hubungan yang sehat yang perlu dikelola.

Ada rambu-rambu dalam pengungkapan diri agar hubungan menjadi efektif, yaitu: 1. Lebih mengungkapkan perasaan daripada fakta. 2. Semakin diperluas dan diperdalam. 3. Fokus pada masa kini, bukan masa lampau. 4. Timbal balik.

Keterbukaan diri memiliki manfaat bagi masing-masing individu maupun bagi hubungan antara kedua pihak. Dengan membuka diri dan membalas keterbukaan diri orang lain, kita dapat meningkatkan komunikasi dan hubungan dengan orang lain.

g. Meningkatkan sikap percaya diri

Percaya diri adalah keyakinan pada kemampuan dan penilaian diri (citra) sendiri, termasuk percaya atas kemampuan dirinya yang diwujudkan dalam lingkungan yang semakin menantang serta percaya pada keputusan dan pendapatnya untuk mengatasi kegagalan secara konstruktif.

Dari data kegiatan SMK IBU Pakusari strategi Konseling dalam membangun keterbukaan diri adalah menggunakan bimbingan kelompok yang mana teknik ini bertujuan membuat individu menjadi membuka diri, yaitu terbuka kepada orang lain dan terbuka bagi yang lain sehingga tercipta hubungan yang baik antar individu. Penerapan strategi bimbingan kelompok akan mengkondisikan antar anggota kelompok saling menelaah, saling mengungkapkan perasaan dan

menyelesaikan masalah yang ada dalam masalah kelompok atau tujuan yang ingin dicapai dalam bimbingan kelompok. Dengan cara latihan mengenali ciri-ciri kepribadian antar individu untuk memperoleh informasi antar kelompok. Kegiatan bimbingan kelompok ini berupa latihan-latihan yang mana pada pertemuan pertama yaitu latihan bersikap objektif berupa latihan persamaan dan perbedaan. Pada pertemuan kedua yaitu latihan bersikap profesional, menggunakan media film dan anggota diminta untuk mengomentari sikap yang seharusnya di lakukan untuk menunjukkan sikap profesionalnya.

Pertemuan ketiga berisi latihan memahami diri sendiri, yaitu latihan memperkenalkan ciri-ciri kepribadian diri sendiri kepada anggota kelompoknya agar saling mengenal satu sama lainnya. Pertemuan keempat yaitu latihan memahami orang lain, berupa latihan menerima cerita, kesan-kesan dan juga kepribadian orang lain. Pertemuan kelima yaitu menerapkan sikap percaya, berupa latihan kepercayaan yang ditanamkan terhadap masing-masing anggota kelompok, membangun kerjasama antar kelompok. Pertemuan keenam yaitu menerapkan sikap terbuka, yang mana latihan menyampaikan pendapat yang dimiliki dengan jujur. Pertemuan ketujuh yaitu menumbuhkan kemampuan menyesuaikan diri, berupa latihan penghargaan terhadap anggota kelompok untuk menambah kepercayaan diri antar anggota. Pertemuan terakhir yaitu mengelola emosi, antar kelompok diminta untuk memahami emosi antar anggota seperti halnya mengucapkan selamat kepada tiap anggota.⁵⁹

Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan dengan tujuan untuk saling memberikan informasi serta

⁵⁹ Data Kegiatan Bimbingan dan Konseling SMK IBU, 2018.

membantu menanamkan sikap terbuka dengan orang lain dan terbuka bagi orang lain. Selain itu juga bimbingan kelompok ini di harapkan mengajak siswa bersama-sama untuk mengenal satu sama lain melalui topik yang telah dibicarakan dan mengembangkan bersama masalah yang sedang dibicarakan dalam kelompok serta ditunjang teknik johari window yaitu latihan mengenali ciri-ciri kepribadian, maka seseorang dapat memperluas bagian diri untuk mengadakan interaksi atau pertukaran informasi dalam bergaul dan mengatasi hambatan-hambatan yang ada dalam diri.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja

Dalam teori Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) ini terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi Keterbukaan Diri yang mana dikemukakan Devito, bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri antara lain : efek diadik, besar kelompok, topik, valensi, gender, penerimaan hubungan dan kepribadian.⁶⁰

Berikut beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja dari hasil penelitian.

a. Efek Diadik

Dari hasil wawancara salah satu faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja ialah efek diadik yang mana individu akan terbuka jika orang yang bersamanya juga melakukan keterbukaan diri.

Seperti pernyataan hasil wawancara kepada Muhammad Fajar mengenai faktor melakukan keterbukaan diri,

“Ya kalo teman saya tertutup kan saya juga gak mungkin banyak cerita sama dia mbak, sebaliknya saya akan menceritakan masalah saya tentang diri saya kalo teman saya juga terbuka sama saya mbak, lagian sungkan yang mau cerita kalo orangnya juga gak minat dengerin cerita saya hehe”.⁶¹

⁶⁰ Joseph A. Devito, *Komunikasi Antar Manusia*, (Tangerang: Karisma publishing group 2011),66-67..

⁶¹ Wawancara Muhammad Fajar, 13 Agustus 2019

Faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri pada remaja juga bisa disebabkan oleh efek diadik yang mana remaja akan menyesuaikan dirinya dengan orang-orang disekitarnya untuk memberi dan menerima informasi tentang dirinya kepada orang lain.⁶²

Muhammad Fajar juga menjelaskan kepada siapa dirinya membuka diri,

“Saya biasanya terbuka sama teman akrab saya mbak, soalnya dia juga kalo ada apa-apa pasti ceritanya sama saya mbak, kita dah saling percaya gitu mbak jadi gak sungkan lagi untuk saling menceritakan masalah kita. Kalo dirumah saya lebih terbuka sama ibuk karena ayah saya kan diluar kota”⁶³

Ketika remaja menanamkan sikap percaya dan mau membuka diri terhadap orang lain, maka orang lain juga akan memberikan kepercayaan untuk saling memberi dan menerima informasi, sebaliknya jika remaja menutup diri dengan orang lain maka orang lain juga akan sulit memberikan kepercayaan dalam memberikan informasi tentang dirinya.

Peneliti juga menanyakan mengenai komunikasi Muhammad Fajar dengan teman sebayanya, berikut pemaparan Muhammad Fajar,

“ngobrol tetep mbak sama semua temen-temen, kan sekedar ngobrol mbak, yang penting bukan obrolan pribadi aja gitu mbak”⁶⁴

Komunikasi yang baik adalah dimana remaja tidak membataasi pergaulan dengan teman sebayanya, agar remaja mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan memiliki ruang lebih untuk berinteraksi dengan teman sebayanya.

⁶² Joseph A. Devito, *Komunikasi Antar Manusia*, (Tangerang: Karisma publishing group 2011),66-67.

⁶³ Wawancara Muhammad Fajar siswa kelas x, 13 Agustus 2019

⁶⁴ Wawancara Muhammad Fajar siswa kelas x, 13 Agustus 2019

Peneliti menanyakan kepada teman sekelas Muhammad Fajar, Arifin menyampaikan,

“Fajar kan teman saya dari SMP mbak, teman maen bola juga, setau saya fajar biasanya kalau saya cerita apa gitu dia gak Cuma jadi pendengar yang baik tapi biasanya ikut cerita juga mbk, teman udah lama soalnya sama saya mbak”.⁶⁵

Saling mengenal satu dengan yang lain membuat individu mampu memberikan informasi-informasi kepada orang lain secara efektif sehingga membangun keterbukaan diri dengan baik antar teman sebaya.

b. Topik

Faktor lain yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja yaitu topik seperti pernyataan dari Imron Rosidi terkait faktor untuk dia melakukan keterbukaan diri,

“kalau saya sih tergantung apa yang diobrolin kak, kalau misal obrolannya masih asik-asik aja ya saya ikut nimbrung, hu apalagi kalo ngobrolin bola hehe, kan saya suka bola kak jadi nyambung gitu. Pokonya saya suka obrolan-obrolan yang nyambung dengan kesukaan saya kak, bukan ngomongin orang kak hhe”.⁶⁶

Seseorang cenderung terbuka jika topik pembicaraan yang ada sesuai dengan keinginan dan kesukaan siswa, membuat komunikasi lebih efektif satu dengan yang lain. Dengan adanya topik maka siswa akan lebih terbuka dan leluasa menceritakan kesukaannya.

Individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya informasi bersifat pribadi akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.⁶⁷

⁶⁵ Wawancara Arifin kelas x, 14 Agustus 2019

⁶⁶ Wawancara Imron Rosidi siswa kelas x, 21 Agustus 2019

⁶⁷ Tri Dayakisni, *Psikolog Sosial*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2006), 107-108.

Imron Rosidi memaparkan kepada siapa dirinya membuka diri, berikut penjelasan Imron Rosidi,

“Kalau saya biasanya suka menceritakan masalah pribadi hanya pada orang-orang terdekat saja mbak, biasanya pada ibu saya, tapi semenjak ibu saya menikah lagi saya jarang komunikasi apalagi untuk bercerita sangat jarang sudah mbak, soalnya ibu saya tinggal dirumah suaminya yang baru. Semenjak kejadian itu saya tidak pernah menceritakan permasalahan saya mbak”.⁶⁸

Siswa akan menceritakan permasalahan pribadi kepada orang yang di anggap dekat dan dia percaya sehingga siswa mampu membuka diri kepada teman sebayanya hanya pada wilayah tertentu saja.

Peneliti melakukan wawancara kepada Imron Rosidi terkait komunikasi dengan teman sebayanya, Imron Rosidi memaparkan,

“ngobrol kalo saya pengen kadang kak, kadang Cuma dengerin aja, lagipula kan cowok masak mau banyak cerita mbak, paling banyaknya maen, kan jadi lebih akrab mbak.”⁶⁹

Melakukan komunikasi dengan teman sebaya memang sangat penting terutama untuk saling berinteraksi dan saling menerima informasi baik laki-laki maupun perempuan. Individu cenderung merahasiakan sebagian yang di anggap tidak perlu untuk di publikasikan terutama permasalahan pribadinya.

c. Kepribadian

Selain efek diadik dan jenis kelamin, faktor lain yang biasanya sangat berpengaruh yaitu kepribadian, dimana seseorang dengan kepribadian *introvert* lebih jarang melakukan keterbukaan diri di banding kepribadian *ekstrovert*.

Peneliti melakukan wawancara kepada Indah Lestari terkait faktor yang mempengaruhi keterbukaan dirinya,

⁶⁸ Wawancara Imron Rosidi siswa kelas x, 21 Agustus 2019

⁶⁹ Wawancara Imron Rosidi siswa kelas x, 21 Agustus 2019

“saya lebih suka menyendiri kak, karena saya merasa lebih leluasa kalau saya sendiri, saya merasa sedikit malu kalau ada di ruang yang ramai, apalagi saya tidak mudah akrab kak orangnya, saya merasa saya lebih senang sendiri dan dekat dengan orang-orang tertentu saja kak”.⁷⁰

Pribadi yang tertutup atau *Introvert* memiliki kecenderungan menarik diri dari kontak sosial dan minatnya lebih mengarah pada pemikiran-pemikiran dan pengalamannya sendiri. Pribadi yang *Introvert* memiliki ciri suka melamun, menghindari kontak sosial, suka melamun, tenang, tidak terlalu emosional, pendiam, penyegan, pemalu, dan introspektif, jarang berperilaku agresif..⁷¹

Indah Lestari juga menjelaskan kepada siapa dirinya melakukan keterbukaan diri,

“Saya biasanya mau berbicara dengan orang-orang yang memang sudah saya percaya sebelumnya kak, biasanya memang saya sangat selektif, kalo dirasa bisa ya saya akan cerita intinya saja, tapi lebih sering cerita sama bapak si kak soalnya menurut saya bapak lebih paham dengan diri saya dari pada ibuk, kalo sama ibuk takut yang mau cerita kak, mau jujur tentang sesuatu pun saya takut kak apalagi kan saya di pesantren, saya mau bilang gak betah saja sama ibuk itu sulit mbak Cuma saya cerita ke bapak kak kalo saya gak betah”.⁷²

Memilih orang-orang tertentu sebagai tempat untuk menceritakan masalah pribadi itu memang bisa dilakukan oleh tiap individu karena tiap individu memiliki kepribadian dan kepercayaan yang berbeda-beda terhadap orang lain. Remaja yang (*introvert*) tertutup biasanya menceritakan permasalahannya kepada orang-orang terdekat seperti halnya kepada orang tua, saudara atau kerabat dekat.

Remaja yang tertutup lebih banyak menyimpan rahasianya sendiri dari pada menceritakannya kepada orang lain, karena seperti yang kita tahu pribadi introvert lebih suka melakukan kegiatannya

⁷⁰ Wawancara Indah Lestari siswa kelas x, 24 Agustus 2019

⁷¹ Pratiwijayanti, *Perbedaan Organizational Citizenship Behavior antara Pegawai dengan Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert*. (Medan: Universitas Sumatera Utara, 2009). Skripsi Bidang Psikologi Industri dan Organisasi.

⁷² Wawancara Indah lestari, 24 Agustus 2019

sendiri.

Indah Lestari juga memaparkan bagaimana komunikasi dengan teman sebayanya.

“Saya jarang berbicara dikelas kak, karena saya lebih suka sendirian kalau memang tidak penting saya diam baca buku gitu kadang, ada sih teman akrab saya satu orang dikelas kak itu juga karena satu kamar di pondok makanya saya sering ngobrol sama dia kak, kalo sama yang lain saya jarang bahkan kesulitan untuk berkomunikasi, gak tau yang mau mengawali obrolan kak paling ya Cuma bisa senyum aja kak, tapi sekarang sih sudah mulai ada perubahan sedikit kak kan saya ikut bimbingan kelompok itu jadi komunikasi sedikit lebih luas meski hanya satu kelompok saja, rasa canggungnya berkurang karena sering melakukan kegiatan bersama, seru kak”⁷³

Siswa dengan kepribadian *introvert* melakukan aktivitas sendiri dan tidak suka keramaian, remaja yang *introvert* menghabiskan waktu bersama teman yang sudah dipercaya dan sudah akrab. Berbeda dengan siswa dengan tipe kepribadian *ekstrovert* yang cenderung periang, sering berbicara, lebih terbuka dan lebih dapat bersosialisasi sehingga tipe kepribadian *ekstrovert* lebih banyak teman karena mereka pandai bergaul dengan teman sebayanya.⁷⁴

Peneliti melakukan wawancara kepada teman akrab Indah Lestari, Winda menyatakan,

“Indah teman sekamar saya kak, jadi biasanya indah sering ngobrolnya sama saya, karena akrabnya juga sama saya kak. Indah jarang sih cerita masalah pribadi kak, biasanya Cuma bergurau biasa di pondok kak, apalagi indah sering di mushollah jadi jarang ngumpul sama yang lain, baca buku gitu biasanya kak”⁷⁵

Siswa *introvert* akan membuka diri hanya kepada orang tertentu saja terutama sahabat karibnya, namun tidak dalam semua hal, terkadang memang siswa yang *introvert* hanya menyukai obrolan

⁷³ Wawancara indah Lestari, 24 Agustus 2019

⁷⁴ Pratiwijayanti, *Perbedaan Organizational Citizenship Behavior antara Pegawai dengan Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert*. (Medan: Universitas Sumatera Utara, 2009). Skripsi Bidang Psikologi Industri dan Organisasi.

⁷⁵ Wawancara Winda, 15 Agustus 2019

singkat dengan siapapun.

d. Perceraian Orang Tua

Setelah dilakukan wawancara terhadap beberapa remaja ternyata ada faktor lain yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja, yaitu perceraian orang. Perceraian memang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dan juga kegagalan seorang anak apalagi hadirnya orang baru juga menjadikan individu enggan untuk melakukan keterbukaan diri seperti biasanya.

Imron Rosidi menjelaskan tentang faktor lain dia dalam melakukan keterbukaan diri,

“Orang tua saya kan bercerai mbak jadi saya sungkan yang mau ngeluh seperti dulu mbak, jadi saya biasanya lebih banyak diam dan bermain saja bersama teman-teman mbak. Saya semakin sungkan sejak adanya orang tua tiri saya mbak, ibu lebih mementingkan kepentingan yang lain mbak dari pada kepentingan saya. Komunikasi saya berkurang dengan orang tua saya semenjak orang tua saya bercerai mbak. Kayak gak ada semangat lagi gitu mbak, gak ada yang bisa memahami kondisi saya setelah kejadian itu, saya gak bisa percaya sama orang lain mbak, lagi pula malu kalo teman-teman saya tau dengan kondisi keluarga saya mbak. Apalagi saya dirumah sering kali selisih faham dengan ayah tiri saya mbak”.⁷⁶

Perceraian orang tua merupakan problema yang cukup besar bagi anak-anaknya terutama bagi anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah, suasana rumah tangga memberi pengaruh terhadap perkembangan dan juga perilaku anak dalam lingkungan sekitarnya, sehingga perceraian orang tua menjadi pengaruh bagi individu dalam melakukan keterbukaan diri.

Peneliti menanyakan pada Imron Rosidi terkait komunikasi dengan orang tuanya,

“ya kadang ngobrol kadang gak sih mbak, saya juga jarang dirumah mbak, sungkin sama bapak tiri juga mbak. ya mungkin karena baru kenal juga mbk, paling dirumah kalo mau makan mandi aja hehe sisanya maen mbak”.⁷⁷

⁷⁶ Wawancara Imron Rosidi siswa kelas x, 21 Agustus 2019.

⁷⁷ Wawancara Imron Rosidi siswa kelas x, 21 Agustus 2019.

Siswa menjadi tertutup karena adanya orang baru didalam keluarga karena siswa sulit juga melakukan penerimaan hubungan dengan orang yang baru dikenal. Komunikasi antara anak dan orang tua menjadi terbatas karena kurangnya pemahaman satu dengan yang lainnya.

C. Pembahasan Temuan

Ditemukan hasil penelitian dengan analisis data, maka dapat dilanjutkan dengan pembahasan temuan. Pembahasan temuan merupakan pemaparan tentang hasil-hasil penelitian. Pembahasan ini dapat memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai hasil antara teori-teori yang ada, dengan hasil yang di dapat oleh peneliti, diantaranya adalah :

1. Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja

Dari hasil wawancara kepada guru BK di SMK Islam Bustanul Ulum terkait strategi konseling yang digunakan untuk membantu siswa dalam membangun keterbukaan diri ialah memberikan pelayanan konseling individu, bimbingan kelompok dan juga konsultasi. Konseling individu dilakukan dengan tujuan agar siswa dapat mengenal diri sendiri, menerima diri sendiri secara realistis dalam proses penyesuaian dengan lingkungannya. Dengan dilakukannya konseling individu diharapkan konseling dapat mengubah sikap, keputusan diri sendiri ia dapat lebih baik menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan memberikan kesejahteraan pada diri sendiri dan masyarakat sekitarnya. Adapun tahapan konseling individual ada 3 tahapan, yang mana tahap awal yaitu membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah terkait karir, pendidikan dan pribadi. Kedua adalah memperjelas atau mendefinisikan masalah yang ada pada konseli (siswa) sampai pada tahap akhir dimana proses konseling ditandai dengan menurunnya kecemasan klien dan lebih

bersikap positif.

Bimbingan kelompok diawali dengan melakukan perencanaan kegiatan yang mana meliputi materi apa yang akan diberikan saat layanan bimbingan dilakukan, tujuannya, sasarannya, waktu dan tempat. Setelah melakukan perencanaan lalu melakukan tahap kegiatan yang mana berisi diskusi atau tanya jawab antara anggota kelompok dengan kegiatan selingan. Tahap selanjutnya adalah evaluasi kegiatan agar bisa mengetahui sejauh mana peserta fokus terhadap kegiatan bimbingan kelompok tersebut. Tahap selanjutnya analisis dan tindak lanjut dimana pada tahap analisis ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut kemajuan penyelenggaraan bimbingan kelompok.

Tujuan dilakukannya diskusi kelompok adalah :⁷⁸

1. siswa memperoleh informasi yang berharga dari teman diskusi dan pembimbing diskusi. Pengalaman baik atau buruk dari teman banyak membantu perkembangan pribadi siswa.
2. Membangkitkan motivasi dan semangat siswa untuk melakukan sesuatu tugas.
3. Mengembangkan kemampuan siswa berfikir kritis, mampu melakukan analisis dan sintesis atas data atau informasi yang diterimanya.
4. Mengembangkan keterampilan serta membangun keberanian siswa untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah.
5. Membiasakan kerja sama antar siswa.

Bentuk diskusi bermacam-macam tergantung dari aspek mana kita melihatnya. Sebelumnya membina kegiatan diskusi kelompok, pembimbing perlu mengenal bentuk diskusi yang akan dibininya.⁷⁹

⁷⁸ Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), 220-221.

⁷⁹ Ibid., 222.

Dengan melakukan pelatihan-pelatihan tersebut menjadikan siswa mampu memberi dan menerima umpan balik selama proses bimbingan dan konseling berlangsung, siswa juga mampu membuka diri dengan orang lain yang siswa kenal. Guru BK SMK Islam Bustanul Ulum memberikan pelayanan konsultasi kepada siswa saat ada waktu luang untuk menambah motivasi siswa agar lebih terbuka dan mampu bersosialisasi secara efektif. Program bimbingan lain yaitu konsultasi yang mana bertujuan mengembangkan dan menyempurnakan lingkungan belajar bagi siswa dan guru, menyempurnakan komunikasi dengan mengembangkan informasi diantara orang yang penting. Menciptakan lingkungan yang bermanfaat bagi kegiatan pembelajaran.⁸⁰

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja

Dari hasil temuan di lapangan salah satu faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja adalah:

- a. Efek Diadik.
- b. Topik.
- c. Kepribadian.
- d. Perceraian orang tua

Faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja diantaranya adalah efek diadik yang mana individu melakukan keterbukaan diri kepada orang lain ketika orang lain juga melakukan keterbukaan kepada individu tersebut. Seperti yang kita ketahui melakukan keterbukaan diri mampu mengembangkan keterampilan dalam berkomunikasi, oleh karena itu, penting bagi kita menjadi terampil berkomunikasi.⁸¹ Selain faktor diadik remaja biasanya melakukan keterbukaan diri ketika dalam satu kelompok

⁸⁰ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2017), 13.

⁸¹ A Supraktiknya, *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antarpribadi*, (Depok: PT. Kanisius, 2016), 9.

atau dalam ruang lingkup tersebut memiliki topik pembicaraan yang tidak berkaitan dengan masalah pribadi. Faktor lain yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja adalah perasaan menyukai, biasanya individu melakukan keterbukaan diri kepada orang-orang yang disukai dan dicintai saja.⁸²

Topik yang biasanya disukai oleh remaja yaitu seputar informasi yang berkaitan dengan hal-hal yang disukai oleh remaja lainnya, contohnya tentang permainan yang disukai, hobi dan juga kebiasaan yang disukai remaja, karena remaja menganggap ada beberapa informasi tentang dirinya yang tidak harus diketahui orang lain atau bersifat rahasia. Tipe kepribadian antar individu pastinya berbeda, yaitu ada individu yang memiliki tipe kepribadian *ekstrovert* dan ada individu yang memiliki kepribadian *introvert*, yang mana tipe pribadi yang ekstrovert lebih mudah dalam melakukan komunikasi dengan lingkungannya terutama dengan teman sebayanya, tipe kepribadian *ekstrovert* mampu bersosialisasi dengan baik, berbeda dengan tipe kepribadian *introvert* yang mana individu lebih suka menyendiri dan melakukan aktivitas yang disukai sendiri sehingga pribadi *introvert* lebih membatasi pergaulan dengan orang-orang disekitarnya, pribadi *introvert* memiliki sikap lebih pemalu di bandingkan dengan kepribadian *ekstrovert*. Remaja yang memiliki kepribadian tertutup juga sangat jarang melakukan keterbukaan diri karena memang pribadi yang *introvert* cenderung lebih menyukai kesendirian dibanding keramaian. Remaja dengan kepribadian *introvert* cenderung berbagi informasi kepada orang-orang tertentu saja karena baginya semua yang ada pada dirinya bersifat rahasia.

Selain tiga faktor tersebut, ada beberapa temuan yang tidak

⁸² Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), 66.

disebutkan di dalam teori *self disclosure* terkait latar belakang remaja menjadi tertutup ialah faktor keluarga yang mana remaja yang mengalami perceraian menjadi sulit menerima hubungan dengan baik sehingga mempengaruhi komunikasi antar individu lainnya. Awalnya remaja adalah pribadi yang sangat aktif namun saat orang tuanya bercerai dan ibu dari remaja tersebut menikah lagi membuat remaja tidak mau melakukan keterbukaan diri terhadap orang tuanya, bukan hanya pada orang tuanya namun remaja juga menjadi sangat pendiam di lingkungan sekolahnya karena remaja merasa tidak ada yang bisa dia percaya lagi.

Ada beberapa pedoman untuk melakukan keterbukaan diri, setiap orang harus mengambil keputusan individual menyangkut keterbukaan diri. Motivasi keterbukaan diri, melakukan keterbukaan diri haruslah di dorong oleh rasa berkepentingan terhadap hubungan, terhadap orang lain yang terlibat. individu harus memberikan lawan bicaranya kesempatan untuk melakukan keterbukaan tentang dirinya sendiri. Selain pedoman melakukan keterbukaan diri, ada juga pedoman untuk menanggapi keterbukaan diri yang dilakukan orang lain, yang pertama adalah memanfaatkan keterampilan mendengarkan yang efektif dan aktif sehingga terjalin komunikasi dua arah. Menjaga kerahasiaan, dimana individu bisa merahasiakan ungkapan perasaan yang disampaikan orang lain dengan baik.⁸³

⁸³ Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), 71-72.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berikut ini kesimpulan dari keseluruhan pembahasan yang terkait langsung dengan fokus dan tujuan penelitian. Kesimpulan merangkum keseluruhan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya.

1. Strategi Konseling untuk Membangun Keterbukaan Diri Remaja

Strategi konseling yang digunakan oleh Guru BK SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari adalah konseling kelompok yang mana menggunakan strategi konseling individual, bimbingan kelompok dan konsultasi. Kegiatan bimbingan kelompok ini bertujuan untuk membantu remaja dalam membangun keterbukaan dirinya agar remaja mampu untuk membuka diri terhadap lingkungannya, sehingga remaja mampu menerima dan memberikan informasi tentang dirinya dan orang lain disekitarnya.

Di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari terdiri 2 Guru BK yang ditugaskan untuk menangani siswa kelas X dalam membantu siswa untuk membangun keterbukaan diri agar siswa mampu berbaur dengan teman sebayanya dan juga orang-orang disekitarnya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan Diri Remaja

Faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri remaja adalah efek diadik yang mana remaja mau terbuka kepada orang yang terbuka terhadap dirinya, topik pembahasan dimana remaja melakukan keterbukaan diri sesuai dengan topik yang disukai oleh remaja.

Kepribadian remaja juga mempengaruhi keterbukaan diri remaja karena remaja yang memiliki kepribadian *introvert* lebih suka melakukan apapun sendiri dan lebih suka menutup diri dari pada berkelompok., dan yang

terakhir adalah perceraian orang tua.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

- a. Bagi orangtua/ wali murid agar lebih memberikan kebebasan kepada untuk mengutarakan perasaan remaja agar remaja mampu melakukan keterbukaan diri terhadap orang-orang terdekat dan mampu beradaptasi dengan baik.
- b. Bagi siswa / remaja hendaknya lebih membuka diri terhadap orang lain agar mampu menerima informasi dengan baik demi berjalankannya komunikasi antar teman sebaya.

2. Bagi Program Studi

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan dan menambah maju terhadap Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi koleksi kajian dan referensi tambahan terhadap Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

3. Bagi Mahasiswa/ Calon Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan strategi konseling untuk membangun keterbukaan diri remaja agar penelitiannya dapat lebih sempurna dan lebih lengkap lagi.

IAIN JEMBER

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad A. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Anggoro, M. Toha. 2011. *Materi Pokok Metode Penelitian*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Corey, Gerald. 2007. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikologi*. Bandung : Refika Aditama.
- Dayakisni , Tri. 2006. *Psikologi Sosial*. Malang : Universitas Muhammdiyah Malang Press.
- Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Devito, Joseph.A. 2011. *Komunikasi Antar Manusia*. Tangerang: Karisma Publishing Group.
- Lubis, Lumongga Namora. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Prakrik*. Jakarta : Kencana.
- Muhammad, Asrori. 2008. *Memahami Dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Pontianak: UntanPress.
- Moleong, Lexy J. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Nurihsan,Achmad Juntika. 2017. *Strategi Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Pt. Refika Aditama.
- Prayitno dan Amti, Erman. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarlito, Wirawan Sarwono. 2008. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Supratiknya.A. 2016. *Komunikasi Antar Pribadi*. Depok: PT Kanisius.
- Tim Penyusun, 2018. *Pedoman Karya Ilmiah*. Jember: IAIN Jember Press.
- Yusuf, Syamsu, dan Nurihsan, Juntika. 2014. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Jurnal dan Skripsi

Asrori, Mohammad. 2008. *Memahami Dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Pontianak: UntanPress.

Gainau, Maryam B. 2009. *Keterbukaan Diri Siswa dalam perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling*. Jurnal Informatika.

Hanafia, Sania Nur. 2013. *Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komuniiasi Antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Windov pada Siswa Kelas XI IS I SMA*. Skripsi : Semarang.

Ifdil. 2013. *Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. Jurnal Ilmiah Pendidikan.

Imam, Ratrioso. 2008. *Remaja Unggul Kamukah itu?*. Jakarta : Nobel Edumedia.

Noviana Ruth Permatasari, 2012. *“Pengungkapan Diri pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai”* Skripsi Universitas Gunadarma Bekasi.



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dian Haironi

NIM : D20153019

Prodi/jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam/ Pemberdayaan Masyarakat
Islam

Fakultas : Dakwah

Institusi : IAIN Jember

Dengan ini menyatakan bahwa isi skripsi ini adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya.

Jember, 16 Juli 2020

Saya yang menyatakan,



A 6000 Rupiah stamp from IAIN Jember. The stamp features the text "KETERANGAN IAIN JEMBER" at the top, a Garuda emblem, and the number "6000" in large digits. Below the number, it says "ENAM RIBU RUPIAH". The stamp is signed with a black ink signature.

Dian Haironi

NIM.D20153019

Matrik Penelitian

JUDUL	VARIABEL	SUB VARIABEL	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	FOKUS PENELITIAN
Strategi Konseling dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja Di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember	1. Strategi Konseling	<ul style="list-style-type: none"> a. Konseling Individu b. Konseling Kelompok c. Konsultasi 	<ul style="list-style-type: none"> a. Menyiapkan perencanaan hidup yang praktis, pragmatis dan berguna b. Berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang 	<ul style="list-style-type: none"> c. Guru Bimbingan dan Konseling d. Guru Bimbingan dan Konseling serta Wali Kelas e. Dokumentasi 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Pendekatan Penelitian : Kualitatif 2. Jenis Penelitian : Deskriptif 3. Metode Pengumpulan Data : <ul style="list-style-type: none"> a. Observasi b. Wawancara c. Dokumentasi d. Trianggulasi 4. Analisis Data : Deskriptif Kualitatif 5. Keabsahan Data : Trianggulasi <p style="text-align: right;">Sumber</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana Strategi Konseling dalam meningkatkan Keterbukaan diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Kabupaten Jember? 2. Apa Faktor-faktor yang mempengaruhi i keterbukaan diri Remaja?

	2. Membangun keterbukaan diri Remaja	<ul style="list-style-type: none"> a. Informasi tentang diri sendiri b. Hubungan penuh makna 	<ul style="list-style-type: none"> a. Terbuka pada orang lain untuk mendapatkan perspektif baru tentang diri b. Memberikan informasi dan mempercayakannya kepada kerabat dekat 		
--	--------------------------------------	--	--	--	--

PEDOMAN WAWANCARA

Wawancara kepada Guru Bimbingan dan Konseling :

1. Apa saja strategi konseling yang di gunakan dalam membangun keterbukaan diri remaja/ siswa?
2. Bagaimana proses bimbingan dan konseling yang di gunakan?
3. Apa alasan guru BK menggunakan teknik tersebut?
4. Apakah strategi konseling yang digunakan sama antara remaja yang terbuka dengan remaja yang tertutup?
5. Bagaimana gambaran kegiatan konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja?
6. Apa tujuan dilakukannya bimbingan kelompok?

Wawancara kepada remaja / siswa kelas X (sepuluh):

1. Apa saja faktor yang membuat remaja mau melakukan keterbukaan diri?
2. Kepada siapa remaja biasa melakukan keterbukaan diri?
3. Bagaimana komunikasi remaja dengan teman sebayanya?
4. Adakah faktor lain yang membuat remaja bisa melakukan keterbukaan diri?

IAIN JEMBER

JURNAL AKTIVITAS PROSES PENELITIAN

NO	Kegiatan	Tanggal	Sumber Informasi	Tanda Tangan
1.	Melihat lokasi penelitian	07 Agustus 2019	Ahmad Hamim Z.	
2.	Mengurus surat izin penelitian	08 Agustus 2019	Muhammad Fauzan	
3.	Wawancara guru BK	10 Agustus 2019	Muhammad Fauzan	
4.	Wawancara guru BK	11 Agustus 2019	Ahmad Rofi	
5.	Wawancara siswa kelas x	13 Agustus 2019	Muhammad Fajar	
6.	Wawancara siswa kelas x	21 Agustus 2019	Imron Rosidi	
7.	Wawancara siswa kelas x	24 Agustus 2019	Muhammad Fajar	
8.	Wawancara guru BK	25 Agustus 2019	Ahmad Rofi	
9.	Mengurus surat akhir penelitian	07 September 2019	Ahmad Hamim Z.	

Jember, 07 September 2019

Kepala Sekolah,





KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, kode Pos : 68136
Website : <http://iain.jember.cjb.net> – e-mail : fdakwah@iain-jember.ac.id

Nomor : B. 772 /In.20/6.a/PP.00.9/08/2019 06 Agustus 2019
Lampiran : -
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Kepada
Yth. Kepala Sekolah SMK Islam Bustanul Ulum

Di -
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Dian Hairani
NIM : D20153019
Fakultas : Dakwah
Jurusan/ Prodi : Dakwah/ Bimbingan dan Konseling Islam
Semester : IX (sembilan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama ± 30 hari di lembaga Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "*Strategi Konseling Dalam Membangun Keterbukaan Diri Remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Gempal Pakusari Kabupaten Jember.*"

Demikian atas perkenan dan kerjasama bapak/ibu, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

An. Dekan,
Plt. Wakil Dekan Bidang Akademik



Sti Raudhatul Jannah



YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM
" BUSTANUL ULUM "
SMK ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI
Kelompok Bisnis Manajemen dan Teknologi Informasi Komunikasi
Jl. Himalaya No. 17 Telp. (0331) 7255753 Kode Pos. 68181 Pakusari – Jember
E-mail : smk_ibu@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

NO. : 770B/ST/SMK.IBU/PAKSI/IX/2019

Yang Bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **MOH. MUFTI ALI,SE**
NIP : -
Jabatan : KEPALA SEKOLAH
Instansi : SMK ISLAM BUSTANUL ULUM PAKUSARI

Menerangkan bahwa :

Nama : DIAN HAIRANI
NIM : D20153019
Program Studi : DAKWAH/Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : DAKWAH
Instansi : INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
Judul Penelitian : *Strategi konseling dalam membangun keterbukaan diri remaja di SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari Jember.*

Telah melaksanakan penelitian di *SMK Islam Bustanul Ulum (IBU) Pakusari* yang dilaksanakan pada tanggal 07 Agustus – 07 September 2019

Demikian surat tugas ini dibuat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

WassalamualaikumWr. Wb

Pakusari, 07 September 2019
Kepala Sekolah



SMK Islam Bustanul Ulum Pakusari

MOH. MUFTI ALI,SE

BIODATA PENULIS



Nama : Dian Haironi
NIM : D20153019
TempatTanggalLahir : Jember, 20 September 1995
Alamat : Jl Cumedak No. 181 Desa Ledokombo, Kecamatan Ledokombo Kabupaten Jember.
Jurusan/Prodi : Pemberdayaan Masyarakat Islam/ Bimbingan dan Konseling Islam
Riwayat Pendidikan : TK Pertiwi Ledokombo (2002-2004)
SDN 04 Ledokombo (2004-2010)
SMPN 02 Ledokombo (2010-2012)
MA Raudlatul Ulum (2012-2014)
IAIN Jember (2015-2020)

IAIN JEMBER

LAMPIRAN-LAMPIRAN



Wawancara kepada Indah Lestari



Wawancara kepada Bapak Rofi



Salah satu Kegiatan Konseling

