

PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN KETERBUKAAN DIRI PADA SISWA KELAS X DI SMKN 6 SURABAYA

Muhammad Ahmad Taufiq Api Gadi

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email: muhammadgadi@mhs.unesa.ac.id

Hadi Warsito Wiryosutomo

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email: hadiwarsito@unesa.ac.id

Abstrak

Keterbukaan diri merupakan salah satu kemampuan sosial yang sangat penting bagi individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, kemampuan ini sangat mempengaruhi perkembangan kepribadian masing-masing individu. Hubungan sosial siswa merupakan salah satu cakupan dari bimbingan konseling dalam tugas perkembangan pada bidang sosial dan juga pribadi, sehingga Konselor atau guru Bimbingan dan konseling memiliki tanggung jawab besar untuk menangani dan mengoptimalkan kemampuan keterbukaan diri tersebut sehingga siswa dapat mencapai kematangan dalam berinteraksi dalam masyarakat.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan sikap keterbukaan diri siswa dengan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi pada siswa kelas X SMKN 6 Surabaya. Berdasarkan permasalahan yang akan diteliti, jenis penelitian yang sesuai merupakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan penelitian yang digunakan *one group pre-test and post-test design* dengan menggunakan angket sebagai alat pengumpul data. Subjek dalam penelitian ini adalah delapan siswa kelas X di SMKN 6 Surabaya yang memiliki skor keterbukaan diri yang rendah. Hasil rata-rata subjek *pretest* yaitu 79 dengan presentasi 51% dan hasil rata-rata *posttest* yaitu 112 dengan presentasi 72%. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data statistik non parametrik dengan uji *wilcoxon*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* sebesar 0,012. Dalam ketetapan α (taraf kealahan) sebesar 5% maka $0,012 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima artinya ada perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan keterbukaan diri siswa.

Kata kunci: Bimbingan kelompok, teknik diskusi, Keterbukaan diri

PENDAHULUAN

Manusia pada dasarnya merupakan makhluk sosial yang tidak dapat berdiri sendiri dan selalu membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Menurut Adler dalam Alwisol (2014) manusia sebagai individu adalah makhluk yang saling tergantung secara sosial, perasaan bersatu dengan orang lain sudah ada sejak manusia dilahirkan dan menjadi syarat utama kesehatan jiwanya. Manusia sejatinya adalah makhluk sosial yang selalu berhubungan dan membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. Sebagai makhluk sosial manusia juga mengalami perkembangan, baik yang dipengaruhi oleh perkembangan fisik maupun psikis hal ini berkaitan erat dengan hubungannya dengan lingkungan tempat ia tinggal.

Lingkungan hidup manusia tidak terbatas dengan lingkungan sosialnya. Sejak dini individu sudah mulai belajar berinteraksi dengan lingkungan keluarga, ketika beranjak dewasa lingkup interaksi individu juga akan semakin berkembang. Salah satu tempat interaksi setelah lingkungan keluarga ialah lingkungan sekolah. Pada masa ini individu mulai memperluas interaksinya di lingkungan barunya yaitu lingkungan sekolah dengan mulai memiliki beberapa teman bermain yang kemudian membentuk suatu hubungan interaksi dengan sosialnya

yang kuat satu sama lain antar individu, dari hubungan ini anak akan mulai banyak belajar dan berkembang.

Menurut Erikson dalam Alwisol (2014) dalam kaitannya dengan perkembangan manusia berarti bahwa tahap-tahap kehidupan seseorang dari lahir sampai mati dibentuk oleh pengaruh-pengaruh sosial yang berinteraksi dengan suatu organisme yang menjadi matang secara fisik dan psikologis, perkembangan psikososial juga bisa diartikan berhubungan dengan perubahan-perubahan perasaan atau emosi dan kepribadian serta perubahan dalam bagaimana individu berhubungan dengan orang lain.

Pada masa remaja individu akan berada di masa pencarian jati diri. Individu mulai merasakan suatu perasaan tentang identitasnya sendiri, merasa dirinya adalah individu unik dan beda. Mulai menyadari sifat-sifat yang melekat pada dirinya, seperti suka dan tidak sukanya terhadap suatu hal, tujuan yang ingin dicapai dimasa mendatang, kekuatan dan hasrat yang kuat untuk bisa mengontrol kehidupannya sendiri, siap memasuki suatu peran yang berarti ditengah masyarakat, baik peran yang bersifat menyesuaikan diri ditengah masyarakat, maupun yang bersifat memperbaharui keadaan. Anak atau teman dengan tingkat usia yang sama biasanya cenderung akan lebih saling memahami, mengerti, dan mendengarkan satu sama lainnya. Sehingga

terciptanya sebuah hubungan pertemanan yang terbentuk dengan adanya sebuah hubungan interpersonal yang erat.

Hubungan interpersonal menurut Sujanto (1991) adalah hubungan yang terdiri atas dua orang atau lebih yang memiliki ketergantungan satu sama lain dan menggunakan pola interaksi yang konsisten. Sedangkan menurut Baron dan Bryne (2008) hubungan interpersonal adalah hubungan diluar diri atau disebut juga penyesuaian dengan orang lain. Hubungan interpersonal ialah suatu hubungan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih untuk saling menyesuaikan dan membiasakan diri dengan menggunakan pola interaksi yang terus menerus. Berdasarkan pengertian hubungan interpersonal sebelumnya, untuk dapat tercapai saling menyesuaikan diri dan membiasakan secara terus menerus dalam sebuah hubungan, dibutuhkan adanya proses komunikasi antar individu dengan individu lainnya yang terbuka, diharapkan antara satu sama lain memiliki komunikasi dua arah yang baik, guna mempererat hubungan interpersonal dan interaksi sosial antar individu.

Menurut Wiryosutomo (2013) hubungan komunikasi interpersonal melibatkan dua unsur pribadi secara penuh dimana keterbukaan dan kejujuran dalam berkomunikasi sangat dibutuhkan. Akan tetapi berdasarkan data permasalahan, sikap tertutup dari personal sering digunakan untuk menjaga perasaan lawan komunikasi, hal tersebut dapat menghambat perkembangan individu dan dapat menimbulkan permasalahan dalam diri individu tersebut maupun orang lain. Dalam sebuah komunikasi antar individu sendiri dibutuhkan adanya kejujuran atau terbuka satu sama lain mengatakan hal yang sebenarnya agar adanya keselarasan, maka dari itu dalam proses komunikasi perlu adanya keterbukaan diri terhadap lawan bicara guna mempererat hubungan komunikasi.

Keterbukaan itu sendiri diawali dari dalam diri untuk mau dan mampu mengungkapkan informasi kepada individu lainnya. Menurut Buhrmester (1998) keterbukaan diri merupakan salah satu aspek yang penting dalam keterampilan sosial. Altman dan Taylor (1973) mengemukakan bahwa keterbukaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi diri kepada orang lain yang bertujuan untuk mencapai hubungan yang akrab. Menurut Johnson dalam Supratiknya (1995) keterbukaan diri adalah mengungkapkan reaksi atau tanggapan kita terhadap situasi yang sedang kita hadapi serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan atau yang berguna untuk memahami tanggapan kita dimasa kini tersebut. Menurut Johnson, pembukaan 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 kita dan orang lain. Keterbukaan diri adalah sebuah kegiatan atau reaksi tindakan untuk saling berbagi informasi berupa pendapat, keinginan, motivasi, ide dan juga perasaan

kepada orang lain mengenai dirinya sendiri yang belum di ketahui dari sesuatu yang tampak pada dirinya, secara suka rela, jujur, tulus, dan apa adanya tanpa tekanan dari apapun yang dilakukan secara sadar, bagitupun sebaliknya menerima informasi dari individu lain guna membentuk sebuah hubungan yang terbuka.

Dalam dunia pendidikan, terkait hubungan sosial siswa sendiri menjadi tugas penting dan tanggung jawab bagi bidang bimbingan dan konseling. Sesuai dengan Pengertian layanan Bimbingan dan Konseling dalam Permendikbud No. 111 tahun 2014 adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli untuk mencapai kemandirian, dalam wujud kemampuan memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan diri secara bertanggung jawab sehingga mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupannya. Selanjutnya pada Permendikbud No. 111 tahun 2014 tertera bahwa bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari pendidikan adalah upaya memfasilitasi dan memandirikan peserta didik dalam rangka tercapainya perkembangan yang utuh dan optimal.

Pada 11 asas bimbingan dan konseling terdapat salah satu asas yang berkaitan dengan keterbukaan diri yaitu asas keterbukaan. Menurut Prayitno (2004) mengenai asas keterbukaan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan dari konselor maupun keterbukaan dari klien. Keterbukaan ini bukan sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, malahan lebih dari itu, diharapkan masing masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri demi kepentingan pemecahan masalah. Jadi dalam bimbingan dan konseling sangat penting dibutuhkan adanya saling keterbukaan antara satu sama lain, baik antara konselor kepada konseli begitupun sebaliknya, adanya keterbukaan ini akan sangat berpengaruh dalam pembentukan hubungan proses konseling. Keterbukaan disini lebih dari sekedar percaya satu sama lain, tetapi sudah membutuhkan adanya bantuan dari konselor dan hubungan yang transparan atau terbuka. Terciptanya suasana yang akrab maka dapat diperoleh informasi yang akurat dalam proses konseling, merupakan hasil dari keterbukaan dalam proses konseling. Keterbukaan diri dibutuhkan guna mempertahankan kualitas hubungan interpersonal individu maka, disinilah peran konselor atau guru BK dalam memberikan layanan untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa.

Berdasarkan pengertian dan tugas dari guru bimbingan konseling di sekolah, dengan strategi dan layanan yang dimiliki oleh bimbingan dan konseling, maka guru bimbingan konseling sebagai fasilitator dapat memberikan suatu layanan bimbingan dan konseling guna meningkatkan keterbukaan diri siswa. Salah satu teknik layanan BK yang dapat digunakan dalam meningkatkan keterbukaan diri siswa adalah diskusi antar teman sebaya yang di setting dalam bentuk bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok menurut Gazda dalam Prayitno (2004) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada kelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Menurut Romlah (2001) mendefinisikan bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya, dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang ditawarkan dalam bimbingan konseling yang mana lebih mengefektifkan waktu pemberian layanan. Selain memberikan efektifitas waktu, bimbingan kelompok juga memberikan kelebihan yang mana dapat meningkatkan interaksi antar individu dalam kelompok yang tidak bisa diperoleh konseli dalam bimbingan perorangan.

Menurut Suyanto dalam Nursalim (2002) diskusi kelompok adalah teknik bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan maksud agar para siswa anggota kelompok mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Berdasarkan pengertian tersebut bimbingan kelompok dengan teknik diskusi merupakan sebuah langkah pencegahan (preventif) dari bimbingan dan konseling yang mengutamakan seluruh siswa atau konseli yang terlibat dalam kelompok dapat berperan aktif, bertukar pikiran, pandangan dan perasaan terhadap suatu permasalahan secara bersama-sama sehingga di temukan solusi bersama ketika menghadapi permasalahan serupa.

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan Hanifa (2012) pada siswa kelas XI IPS SMA Wali Songo Pecangaan Jepara mendapati keterbukaan diri siswa sebesar 57,5 %. Selanjutnya penelitian juga dilakukan oleh Hidayati (2011) tentang keefektifan homeroom dalam meningkatkan keterbukaan diri di kelas X SMAN Karangrejo Tulungagung, penelitian dilakukan pemberian inventori self-disclosure diperoleh sebanyak 60 siswa memiliki self-disclosure atau keterbukaan diri yang rendah.

Peneliti juga telah melakukan need assesment kepada siswa di SMKN 6 Surabaya. Berdasarkan data yang diperoleh dari penyebaran angket pada hari Kamis, 1 Maret 2018 kepada lebih dari 134 siswa kelas X di SMKN 6 Surabaya dengan hasil sebanyak 62,73 % siswa memiliki keterbukaan diri rendah. Dilanjutkan dengan hasil wawancara kepada guru BK menyatakan bahwa masih ada beberapa siswa cenderung tertutup dan susah dalam membuka diri baik dalam proses belajar di kelas dan setiap melakukan proses konseling. Selain itu menurut penjelasan beberapa siswa kelas X, bahwa masih ada beberapa teman yang sulit untuk diajak berkomunikasi seperti contoh dengan menjawab secara singkat, tidak memberikan umpan balik, bahkan seolah acuh tak acuh kepada lingkungan kelasnya. Mereka juga cenderung tertutup, sulit untuk diajak bekerjasama dalam kelompok karena mereka lebih memilih diam dan menyendiri.

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan keterbukaan diri pada siswa kelas X di SMKN 6 Surabaya.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang akan diteliti yaitu tentang penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa kelas X SMKN 6 Surabaya, maka jenis penelitian yang sesuai untuk digunakan adalah *pre-eksperimental*. Menurut Arikunto (2013) eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi faktor-faktor lain yang mengganggu. Jadi, penelitian eksperimen ini bertujuan untuk mengungkap ada atau tidaknya pengaruh dari bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa kelas X SMKN 6 Surabaya.

Sedangkan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2011) pendekatan kuantitatif merupakan penelitian berupa angka-angka dan analisis dengan menggunakan statistik. Sehingga pengukuran dalam penelitian ini menggunakan rumus statistik yang sesuai dengan rancangan penelitian yang digunakan. Rancangan atau desain penelitian yang digunakan adalah "One Group Pre-test and Post-test Design" Sugiyono (2011). Peneliti menggunakan rancangan penelitian tersebut karena penelitian ini hanya menguji treatment yang dilakukan pada satu kelompok yang menjadi subyek penelitian. Rancangan penelitian digambarkan seperti dibawah ini :

$O_1 \quad X \quad O_2$

Ket :

O_1 = Tes awal (*Pre-test*)

X = *Treatment*

O_2 = Tes Akhir (*Post-test*)

Pada penelitian ini, pengukuran dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Pertama, sebelum eksperimen siswa diberi pre-test dengan menggunakan angket yang berkaitan dengan keterbukaan diri siswa. Kemudian pemberian perlakuan (*treatment*) bimbingan kelompok teknik diskusi sesuai dengan tahapan. Setelah pemberian perlakuan, dilakukan pengukuran kedua dengan pemberian post-test untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh treatment yang diberikan kepada subjek yang diteliti.

Teknik Analisis Data

Setelah memperoleh data yang diperlukan, langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Analisis data diperlukan agar peneliti dapat mengetahui hasil keseluruhan dari data yang telah dihimpun. Dalam penelitian ini tujuan yang akan dicapai adalah untuk

meningkatkan keterbukaan diri siswa dengan teknik diskusi kelompok.

Berdasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan, diperoleh hasil data yang beragam dengan sebaran tidak normal artinya data tersebut dapat dikategorikan lebih tinggi, sedang dan rendah atau disebut juga data ordinal, maka teknik analisis yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan uji Wilcoxon yang bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan antara dua sampel yang saling berhubungan, digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil pengukuran awal dan pengukuran akhir (pre-test dan post test). Namun dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aplikasi SPSS 21 untuk mempersingkat waktu analisis data dan agar hasil yang didapat lebih akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang disajikan merupakan data pengukuran awal (pretest), yang digunakan untuk mengetahui kondisi awal siswa yang akan dijadikan subjek dalam penelitian ini. Pretest pada penelitian awal ini dilakukan pada tanggal 11 Oktober 2018 kepada siswa kelas X Jurusan Akutansi 1, Jurusan Usaha Perjalanan Wisata 2 dan Jurusan Multimedia 2 yang berupa angket. Dari hasil penyebaran pretest ini kemudian dikategorikan menjadi beberapa kategori yaitu, kategori yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah.

Subjek dalam penelitian ini adalah 8 siswa yang hasil pretestnya termasuk kategori rendah, yang artinya berdasarkan angket yang diberikan siswa tersebut memiliki sikap keterbukaan diri yang rendah sehingga perlu mendapatkan perlakuan. Rumus untuk menentukan kategori tersebut adalah sebagai berikut :

- a. Kategori Tinggi
= (mean + 1SD) ke atas
= (100,77 + 13,167) sampai skor maksimum
= (113,93) sampai (156)
- b. Kategori Sedang
= (mean - 1SD) sampai (mean + 1SD)
= (100,77 - 13,167) sampai (100,77 + 13,167)
= (87,6) sampai (113,93)
- c. Kategori Rendah
= (mean - 1SD) ke bawah
= skor minimal sampai (100,77 - 13,167)
= (39) sampai (87,6)

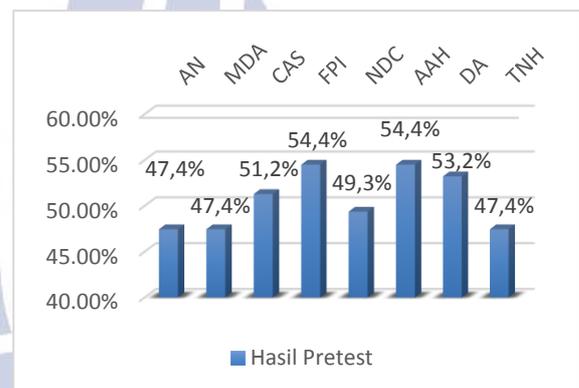
Jumlah siswa kelas X jurusan Multimedia, Usaha Perjalanan Wisata dan Akuntansi sebanyak 134 siswa dan masing-masing kelas berjumlah 36 siswa. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan salah satu teknik nonprobability sampling yaitu purposive sampling. Menurut Sugiyono (2011), nonprobability sampling adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi sampel. Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang

memiliki keterbukaan diri rendah dirasa perlu mendapat penanganan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi sebaya untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa kelas X SMKN 6 Surabaya.

Berdasarkan hasil pre-test dipilih 8 siswa yang termasuk dalam kategori rendah dalam keterbukaan diri, kemudian diberikan perlakuan (treatment) yaitu :

Tabel 1 Hasil pretest 8 Subjek

No.	Nama	Total	Presentase	Kategori
1	AN	74	47,44%	Rendah
2	MDA	74	47,44%	Rendah
3	CAS	80	51,28%	Rendah
4	FPI	85	54,49%	Rendah
5	NDC	77	49,36%	Rendah
6	AAH	85	54,49%	Rendah
7	DA	83	53,21%	Rendah
8	TNH	74	47,44%	Rendah
Rata-rata		79	51%	Rendah

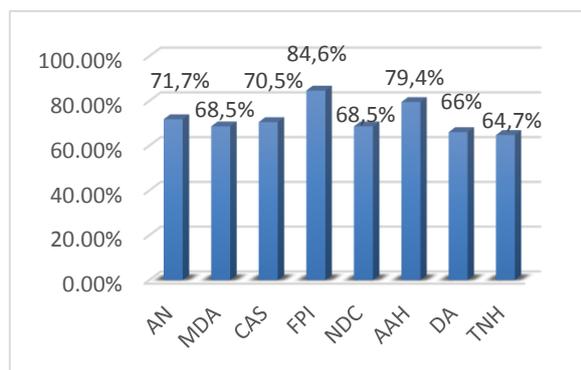


Grafik 1 Hasil Pretest 8 Subjek

Setelah diberikan perlakuan sebanyak 4 kali pertemuan, selanjutnya 8 anggota kelompok yang merupakan subjek penelitian diminta untuk kembali mengisi angket keterbukaan diri sebelumnya yang sama seperti angket pretest. Tujuan angket ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan antara sebelum dan setelah pemberian perlakuan bimbingan kelompok teknik diskusi kepada siswa. Hasil post-test disajikan sebagai berikut. teknik diskusi kepada siswa. Hasil post-test disajikan sebagai berikut.

Tabel 2 Hasil Posttest 8 Subjek

No.	Nama	Total	Presentase	Kategori
1	AN	112	71,79%	Sedang
2	MDA	107	68,59%	Sedang
3	CAS	110	70,51%	Sedang
4	FPI	132	84,62%	Tinggi
5	NDC	107	68,59%	Sedang
6	AAH	124	79,49%	Tinggi
7	DA	101	66,03%	Sedang
8	TNH	103	64,74%	Sedang
Rata-rata		112	72%	Sedang

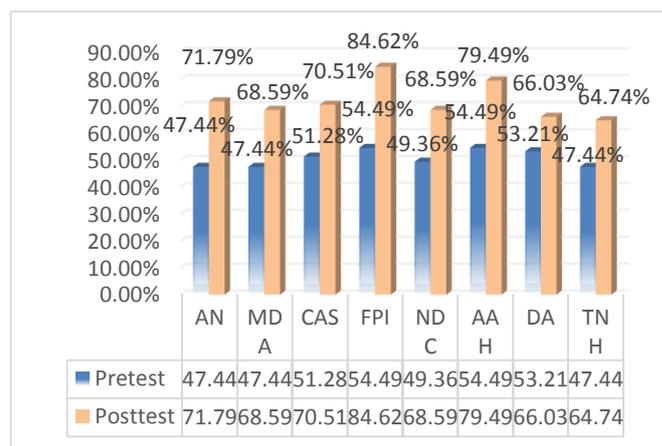


Grafik 2 Hasil Posttest 8 Subjek

Setelah mengetahui hasil dari pre-test dan post-test, selanjutnya membandingkan skor keduanya untuk mengetahui perbedaan sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Hasil pre-test dan post-test subjek disajikan dalam tabel dan grafik berikut :

Tabel 3 Hasil Pretest dan Posttest

No.	Nama	Total		Presentase		Kategori		Keterangan
		Pre test	Pos test	Pre test	Pos test	Pre test	Pos test	
1	AN	74	112	47,4 4%	71,7 9%	Ren dah	Sed ang	Menin gkat
2	MDA	74	107	47,4 4%	68,5 9%	Ren dah	Sed ang	Menin gkat
3	CAS	80	110	51,2 8%	70,5 1%	Ren dah	Sed ang	Menin gkat
4	FPI	85	132	54,4 9%	84,6 2%	Ren dah	Tin ggi	Menin gkat
5	NDC	77	107	49,3 6%	68,5 9%	Ren dah	Sed ang	Menin gkat
6	AAH	85	124	54,4 9%	79,4 9%	Ren dah	Tin ggi	Menin gkat
7	DA	83	101	53,2 1%	66,0 3%	Ren dah	Sed ang	Menin gkat
8	TNH	74	103	47,4 4%	64,7 4%	Ren dah	Sed ang	Menin gkat
Rata-rata		79	112	51 %	72 %	Ren dah	Sed ang	Menin gkat



Grafik 3 Hasil Analisis Pretest dan Posttest 8 Subjek Penelitian

Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa terdapat adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (treatment) bimbingan kelompok teknik diskusi. Hasil rata-rata (mean) pretest yang diukur menggunakan angket keterbukaan diri sebelumnya yaitu skor sebesar 79 dengan presentase 51 % termasuk dalam kategori rendah, kemudian setelah diberikan perlakuan hasil rata-rata (mean) posttest yang diukur menggunakan angket yang sama, terjadi peningkatan skor menjadi 112 dengan presentase sebesar 72% yang termasuk dalam kategori sedang.

Analisis Individu

a. Subjek AN

Hasil pre-test subjek AN adalah 74 dengan presentase sebesar 47,44% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 112 dengan presentase sebesar 71,79 % dan termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 38 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

b. Subjek MDA

Hasil pre-test subjek MDA adalah 74 dengan presentase sebesar 47,44% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 107 dengan presentase sebesar 68,59 % dan termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 33 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

c. Subjek CAS

Hasil pre-test subjek CAS adalah 80 dengan presentase sebesar 51,25% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 110 dengan presentase sebesar 70,51 % dan termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 30 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

d. Subjek FPI

Hasil pre-test subjek FPI adalah 85 dengan presentase sebesar 54,49% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 132 dengan presentase sebesar 84,62 % dan termasuk dalam kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 47 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

e. Subjek NDC

Hasil pre-test subjek NDC adalah 77 dengan presentase sebesar 49,36% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 107 dengan presentase sebesar 68,59 % dan termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 30 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

f. Subjek AAH

Hasil pre-test subjek AAH adalah 85 dengan presentase sebesar 54,49% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 124 dengan presentase sebesar 79,49 % dan termasuk dalam kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 39 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

g. Subjek DA

Hasil pre-test subjek DA adalah 83 dengan presentase sebesar 53,21% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat

kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 101 dengan presentase sebesar 66,03 % dan termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 18 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

h. Subjek TNH

Hasil pre-test subjek TNH adalah 74 dengan presentase sebesar 47,44% dan termasuk dalam kategori rendah. Subjek dipilih untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan untuk meningkatkan pemahamannya tentang sikap keterbukaan diri. Kemudian setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok siswa diberikan posttest yang hasilnya yaitu 103 dengan presentase sebesar 64,74 % dan termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 29 poin yang artinya subjek mengalami peningkatan.

Berikut hasil pretest dan posttest kemudian dianalisis menggunakan penghitungan uji wilcoxon menggunakan aplikasi SPSS versi 21 :

Tabel 7. Hasil Penghitungan Uji Wilcoxon

	Posttest – Pretest
Z	-2,527 ^b
Asymp. Sig. (2- tailed)	,012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan output Test Statistic, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,012. Dapat dilihat nilai $0,012 < 0,05$ atau 0,012 lebih kecil dari pada 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis diterima. Artinya ada perbedaan nilai antara hasil pretest dan posttest sehingga dapat disimpulkan pula bahwa ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan keterbukaan diri pada kelas X di SMKN 6 Surabaya.

Penelitian ini sesuai dengan menurut Sukardi (2008) bahwa bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pengambilan keputusan. Tujuan bimbingan kelompok adalah untuk memberikan kesempatan bagi setiap anggota kelompok mengutarakan perasaan dan

pandangannya terhadap suatu masalah, memberikan kesadaran bagi setiap anggota untuk lebih memahami permasalahan satu sama lainnya, dapat mengoptimalkan kemampuan berpikir dan meningkatkan komunikasi antar anggota kelompok, memudahkan anggota kelompok untuk lebih terbuka dengan suasana yang telah dibentuk, dengan tujuan lain agar dapat merubah sikap dan perilaku anggota kelompok menjadi lebih baik setelah diberikan layanan ini. Peneliti sebagai fasilitator bertugas untuk membantu subjek, mengarahkan jalannya diskusi hingga diskusi dapat berjalan sesuai topik dan rencana.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas penerapan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa. Berdasarkan data hasil pretest diperoleh 8 siswa dengan kategori skor keterbukaan diri rendah Hasil rata-rata (mean) pretest dari subjek yang diukur menggunakan angket keterbukaan diri yaitu skor sebesar 79 dengan presentasi 51 % termasuk dalam kategori rendah, total sebanyak 8 orang siswa yang akan diberikan perlakuan (treatment) yang dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan.

Setelah siswa diberikan perlakuan, siswa kemudian diberikan angket posttest. Angket posttest ini adalah angket yang sama ketika saat pretest. Hasil rata-rata analisis angket posttest mengalami peningkatan skor menjadi sebesar 112 dengan persentase 72% yang termasuk dalam kategori sedang yang artinya terdapat peningkatan skor setelah subjek mendapatkan perlakuan (treatment). Teknik analisis data yang digunakan menggunakan uji wilcoxon dengan bantuan SPSS versi 21. Hasil analisis menunjukkan bahwa diketahui Asymp. Sig. (2- tailed) bernilai 0,012 Karena nilai $0,012 < 0,05$ maka dapat di ambil kesimpulan H_0 diterima, yang berarti bahwa terdapat peningkatan sikap keterbukaan diri siswa kelas X SMKN 6 Surabaya setelah diberikan bimbingan kelompok teknik diskusi.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, berikut beberapa saran yang dapat peneliti berikan :

1. Untuk konselor sekolah
Konselor diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk membantu siswa meningkatkan keterbukaan diri.
2. Untuk pihak sekolah
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam pelaksanaan bimbingan konseling di SMKN 6 Surabaya.
3. Untuk peneliti lain
Peneliti lain diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini lebih lanjut. Karena penelitian ini masih memiliki keterbatasan salah satunya adalah penelitian ini hanya mengacu pada aspek kognisi siswa yaitu pemahaman, bukan

pada perilakunya. Kemudian juga penelitian ini hanya sebatas bimbingan kelompok, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan layanan konseling. Sehingga hal tersebut dapat menjadi acuan bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almant, I & Taylor, D.A. 1973. *Social penetration: the development of interpersonal relationship*. New york: Holt Rinehart & Winston
- Alwisol. 2014. *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Baron, A Robert & Donn Bryne. 2002. *Psikologi Sosial edisi kesepuluh*. Jakarta: Erlangga
- Buhrmester, D. Furman W, dkk. 1998. *Five Domain of interpersonal competence in peer relationships*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55 (6), 991-1008
- Hanifa, N. Sania 2012. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application, Meningkatkan Keterbukaan Diri Dalam Komunikasi Antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window*. Universitas Negeri Semarang. ISSN 2252-6374
- Hidayati, Nurlaili. 2011. *Keefektifan Teknik Homeroom untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Karangrejo Tulungagung*. Karya Ilmiah Universitas Negeri Malang. Halaman 1
- Nursalim, Mochamad. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Supratiknya, A. 1995. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Kanisius
- Wiriyosutomo, Hadi Warsito. 2013. *Penerapan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 1 Ngadirojo*. *Jurnal BK Unesa*. Vol 3 (1): hal 16