

ABSTRAK

Tasya Sayidah Auliah, Konseling Individu Untuk Meningkatkan *Self-Disclosure* Siswa (Penelitian di SMP Plus Ar-Rahmat Cileunyi Kab. Bandung)

Kurangnya keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa ditunjukkan dengan masalah yang terlihat seperti jarang siswa mengungkapkan perasaan maupun pengalaman pribadinya kepada orang lain. Kondisi ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kesibukan orang tua, keterbatasan kepercayaan kepada pihak lain, dan faktor lingkungan yang tertutup. Adanya layanan konseling individu diharapkan dapat menjadikan wadah bagi siswa untuk dapat terbuka.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi *self-disclosure* siswa, proses pelaksanaan konseling individu, serta hasil pelaksanaan konseling individu yang dilakukan di SMP Plus Ar-Rahmat Cileunyi Kab. Bandung dalam meningkatkan *self-disclosure* siswa.

Penelitian ini mengacu pada Teori *self-disclosure* DeVito (2011) yang menjelaskan keterbukaan diri berdasarkan 5 aspek dimensi: *amount*, *valence*, *accuracy*, *intention*, dan *intimacy* serta didukung teori konseling *client-centered* Carl Rogers (1940) yang menekankan ruang bagi siswa, mampu menempatkan diri pada sudut pandang klien, menerima dan menghargai, tidak menghakimi, serta menunjukkan diri yang sebenarnya, seperti perkataan dan tindakan yang konsisten.

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Subjek penelitian dipilih secara *purposive*, yaitu siswa SMP Plus Ar-Rahmat yang mengikuti layanan konseling individu. Data diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah proses konseling individu yang dilakukan mampu memberikan ruang terhadap siswa agar dapat meluapkan emosinya selain itu juga guru BK memberi pilihan agar bisa menghubungi guru BK menggunakan media *online*, tetap menjaga kerahasiaan, serta memberikan respon positif kepada siswa. Setelah mengikuti layanan, siswa mengalami peningkatan keterbukaan diri hampir pada setiap aspek *self-disclosure*, baik dalam kesadaran individu dalam mengungkapkan diri pada seseorang, seimbang dalam menyampaikan hal negatif dan positif tentang dirinya, adanya kejujuran dalam melakukan keterbukaan, kesadaran individu untuk mengontrol informasi yang akan disampaikan, dan dapat mengungkapkan detail hal-hal yang dirasa sebagai impersonal.

Kata Kunci: Konseling individu, *Self disclosure*, Siswa