

ABSTRAK

Hasna Khumairoh Azzahro : Bimbingan Kelompok Berlandaskan Reflektif untuk Meningkatkan *Self-disclosure* Siswa (Studi Kasus di Sekolah Menengah Pertama Negeri 46 Bandung).

Fenomena rendahnya keterbukaan diri (*self-disclosure*) pada sebagian siswa mengakibatkan hambatan dalam interaksi sosial dan perkembangan psikososial mereka. Observasi awal dan wawancara dengan guru BK menunjukkan adanya siswa yang cenderung menutup diri, enggan berbagi pikiran dan perasaan, bahkan menghindari keterlibatan dalam kegiatan sosial di sekolah. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan ini adalah dengan menerapkan bimbingan kelompok berbasis reflektif yang memberikan ruang aman bagi siswa untuk mengungkapkan diri serta merefleksikan pengalaman pribadinya.

Penelitian ini bertujuan untuk (1) Mendeskripsikan karakteristik tingkat *self-disclosure* siswa di SMP Negeri 46 Bandung, (2) Mendeskripsikan proses pelaksanaan bimbingan kelompok berbasis reflektif untuk meningkatkan *self-disclosure* siswa, dan (3) Mendeskripsikan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok berbasis reflektif terhadap peningkatan *self-disclosure* siswa.

Teori utama yang digunakan adalah teori psikososial Erik Erikson, khususnya tahap perkembangan *identity vs. role confusion* yang menjelaskan bahwa masa remaja merupakan fase krusial dalam pembentukan identitas pribadi dan sosial. Krisis identitas yang tidak terselesaikan pada tahap ini dapat menghambat keterbukaan diri dalam berinteraksi. Untuk memperkuat analisis, penelitian ini juga mengacu pada teori *self-disclosure* dari Sidney M. Jourard yang memandang keterbukaan diri sebagai proses interpersonal yang penting bagi pembentukan hubungan yang sehat.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data diperoleh melalui guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Negeri 46 Bandung dan siswa kelas VIII melalui wawancara, observasi partisipatif, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Karakteristik *self-disclosure* siswa bervariasi, mulai dari yang sangat terbuka, cukup terbuka, hingga sangat tertutup, dengan pengaruh dari faktor pribadi, keluarga, dan lingkungan sosial. (2) Pelaksanaan bimbingan kelompok berlandaskan reflektif dilaksanakan melalui tahap pembukaan, kegiatan inti reflektif, dan penutup yang berfokus pada *sharing* pengalaman dan muhasabah diri. (3) Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya peningkatan keterbukaan diri siswa yang ditandai dengan keberanian menyampaikan pendapat, mengungkapkan perasaan, dan partisipasi aktif dalam kegiatan kelompok.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok Berlandaskan Reflektif, *Self-disclosure*, Remaja.