

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Komunikasi menjadi sesuatu yang sangat penting bagi kehidupan manusia untuk mempertahankan hidup dan membangun konsep diri, karena mempunyai fungsi untuk mempertahankan hidup, memupuk hubungan dan memperoleh kebahagiaan. Menurut Stewart L. Tubbs dan Sylvia Moss (1996: 23-28) komunikasi yang efektif adalah paling tidak menimbulkan lima hal: pengertian, kesenangan, pengaruh pada sikap, hubungan yang makin baik, dan tindakan.

Suatu jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang biasanya kita sembunyikan disebut *self-disclosure* (DeVito 1997: 61). Melalui *self-disclosure* komunikasi akan menjadi efektif dalam menciptakan hubungan yang lebih bermakna. Dalam komunikasi, *self-disclosure* ini sangat penting untuk membina hubungan interpersonal. Semakin orang melakukan pengungkapan diri, maka akan lebih banyak mendapat teman dan pergaulan, serta beban pikirannya terasa lebih ringan daripada orang yang menutup diri.

Sebagai salah satu aspek penting dalam hubungan sosial, *self-disclosure* juga perlu bagi remaja, karena masa remaja merupakan periode individu belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima dalam berhubungan dengan orang lain. Sesuai dengan perkembangannya, remaja dituntut untuk belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas dan majemuk. Ketrampilan *self-disclosure* yang dimiliki oleh remaja, akan

membantu siswa dalam mencapai kesuksesan akademik dan penyesuaian diri. Apabila remaja tersebut tidak memiliki kemampuan *self-disclosure*, maka dia akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. menurut Johnson (dalam Supratikna, 1995: 14) 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 ini.

Berdasarkan perkembangan kehidupan individu, masalah penyesuaian sosial pada umumnya lebih banyak dirasakan pada siswa SMP yang berada ditahap perkembangan masa akhir anak-anak dan mulai menginjak masa remaja. Pada umumnya siswa SMP berusia antara 11-13 tahun. Menurut Hurlock (1990: 59) masa remaja merupakan masa yang sangat sulit dalam melakukan penyesuaian sosial. Kesulitan yang dialami oleh individu antara lain kurang dapat membuka diri dengan orang lain.

Guru bimbingan konseling (BK) dapat membantu siswa yang memiliki masalah penyesuaian sosial dalam tugas perkembangannya dengan menggunakan komunikasi terapeutik. Siswa yang sudah melakukan *self-disclosure* biasanya akan disertai penyampaian masalah-masalah yang ada dalam hidupnya, selanjutnya tugas guru BK yaitu untuk memberikan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik digunakan guru BK untuk menanamkan kepercayaan diri siswa dan menciptakan hubungan yang dekat antar keduanya agar bisa saling terbuka diri dalam penanganan masalah,

kemudian tujuan yang hendak dicapai bisa terlaksana dengan maksimal (Hidayat, 2019: 141).

Self-disclosure akan sangat membantu terutama bagi murid yang bermasalah di dalam sekolah. Permasalahan atau pelanggaran yang umum ditemui di dalam sekolah tidak lain seperti keterlambatan, bolos sekolah, merokok, pencurian, perkelahian, dan masih banyak lainnya. Pelanggaran-pelanggaran tersebut terjadi tentu disebabkan ada sebuah permasalahan yang menjadi latar belakang. Melalui adanya *self-disclosure* pada diri siswa, sebenarnya siswa sendiri akan tertolong untuk meringankan beban atau tekanan yang mereka hadapi di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah serta mendapatkan solusi dari permasalahan mereka dan arahan yang tepat dari guru BK dengan komunikasi terapeutik yang dilakukan.

Salah seorang guru BK di SMP Plus Al-Aqsha, mengungkapkan bahwa teknik komunikasi terapeutik dengan cara bertanya dan memberi solusi kepada siswa merupakan salah satu cara atau strategi agar siswa terus-menerus mau untuk terbuka. Teknik ini tentu akan menunjang guru BK untuk membantu siswa SMP dalam memperjelas dan mengurangi beban perasaan serta pikirannya. Melalui komunikasi terapeutik yang tepat, maka tingkat keterbukaan siswa akan semakin tinggi. Dimulai dari hanya sekedar basa-basi, kemudian membicarakan orang lain, menyatakan gagasan, hingga akhirnya menyatakan perasaan dan pengungkapn diri (Supratikna, 1995: 10).

Dari tingkat keterbukaan yang tinggi pada SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi, penulis tertarik untuk meneliti hubungan antara komunikasi terapeutik guru BK

terhadap keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa SMP serta bagaimana gambaran komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh guru kepada siswa. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan jawaban atas adanya hubungan komunikasi terapeutik yang telah dilakukan oleh guru BK terhadap keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi dibandingkan sekolah menengah pertama lainnya.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah Bagaimana Hubungan antara Komunikasi Terapeutik Guru Bimbingan Konseling dengan *Self-disclosure* Pada Siswa Kelas VII di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang Tahun Ajaran 2022/2023?

C. Tujuan Penelitian

Dari uraian di atas, secara spesifik tujuan yang ingin diketahui dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui tentang Hubungan antara Komunikasi Terapeutik Guru Bimbingan Konseling dengan *Self-disclosure* Pada Siswa Kelas VII di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang Tahun Ajaran 2022/2023.

D. Kegunaan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan memberikan beberapa kegunaan yaitu:

1. Akademis

Secara teoritis penelitian ini mampu melengkapi literatur terkait pengungkapan diri yang belum ada pada penelitian sebelumnya. Jadi, belum pernah ada pembahasan secara spesifik mengenai komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh guru BK dapat berkontribusi dengan pengungkapan diri. Dari literatur sebelumnya penelitian ini diharapkan keluarannya akan memberi kontribusi baru yaitu ada temuan bahwa komunikasi terapeutik oleh guru BK ini punya andil terhadap *self-disclosure*.

2. Praktis

Penelitian ini diharapkan supaya siswa bisa lebih sadar bahwa untuk menambah kompetensi beradaptasi di lingkungan barunya, setiap siswa akan mendapat kesempatan untuk mengespresikan dan mengungkapkan dirinya setelah mereka mendapatkan komunikasi terapeutik oleh guru BK, karena siswa merasa lebih didengarkan, diterima, dan ada orang lain yang mendukungnya.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Bagian ini menguraikan pemikiran mendalam peneliti yang didasarkan pada hasil penelusuran terhadap hasil penelitian serupa dan relevan yang telah dilakukan sebelumnya serta uraian teori yang digunakan relevan dan akan dijadikan acuan dalam melakukan penelitian. Uraian pada bagian ini terdiri atas:

1. Penelitian ini yaitu dari Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam yang disusun oleh Fahrul Hidayat, Arisatul Maulana, dan Doni Darmawan (2019) dengan judul “*Komunikasi Terapeutik dalam Bimbingan Dan Konseling Islam*”. Penelitian ini merupakan salah satu hal yang mendukung keberhasilan proses layanan bimbingan dan konseling dengan adanya suasana komunikasi yang terapeutik, maksudnya yakni suasana yang terfokus pada kesembuhan klien. Terapeutik pada dasarnya dikenal dalam dunia keperawatan, namun saat ini terapeutik juga mulai dikenal dalam layanan bimbingan dan konseling.

Jurnal penelitian ini memiliki kesamaan dalam pembahasan komunikasi terapeutik dalam proses keberhasilannya dalam konseling. Namun, perbedaan dari jurnal penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu terdapat pada subjek, objek, serta metode penelitiannya.

2. Penelitian ini yaitu dari Empati jurnal Bimbingan dan Konseling yang disusun oleh Eka Sari Setianingsih (2015) dengan judul “*Keterbukaan Diri Siswa (Self-disclosure)*”. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh profil tingkat keterbukaan diri siswa SMA. Pengungkapan diri atau keterbukaan diri (*self-disclosure*) adalah jenis komunikasi dimana individu mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan. Pengungkapan diri mengacu pada pengungkapan informasi secara sadar, pengungkapan informasi tentang diri sendiri, tentang perasaan, pikiran dan perilaku seseorang yang sebelumnya tidak diketahui orang lain.

Kesamaan dari jurnal penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu pembahasan terkait *self-disclosure* pada siswa. Tetapi, perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu terdapat pada subjek, objek, dan metode penelitiannya.

F. Kerangka Pemikiran

1. Landasan Teoritis

a. Komunikasi Terapeutik

Akhir-akhir ini dunia psikologi khususnya psikoterapi menggunakan teknik penyembuhan yang dikenal sebagai Komunikasi Terapeutik (*Therapeutic Communication*). Komunikasi terapeutik pertama kali diungkapkan oleh Stuart G.W. dan Sundeen. Stuart G.W. (dalam Khaeriyah, et. al., 2013: 2) menekankan bahwa hakikat dari komunikasi itu sendiri merupakan suatu hubungan yang dapat menimbulkan perubahan sikap dan tingkah laku serta kebersamaan dalam menciptakan saling pengertian dari orang-orang yang terlibat dalam komunikasi. Sedangkan istilah “terapeutik” menurut Subandi (2002: 1-5) berasal dari bahasa Inggris yaitu *Therapy* yang artinya mengobati, menyembuhkan atau merawat. Komunikasi terapeutik pada prinsipnya merupakan komunikasi profesional yang mengarah pada tujuan. Untuk dapat menjalankan proses komunikasi terapeutik secara efektif, konselor perlu menguasai teknik-teknik komunikasi. Konselor perlu memahami bahwa keterampilan komunikasi tidak hanya dalam bentuk verbal tapi juga non-verbal, karena keduanya

saling berkaitan dan saling memperkuat pesan yang disampaikan (Febrina & Yahya, 2017: 3). Menurut Benu & Kuswanti (2016: 111) Dasar utama dalam teknik komunikasi terapeutik adalah mendengarkan. Melalui teknik ini, konseli akan merasa dihargai oleh konselor dan konselor juga akan lebih mudah mendapatkan informasi yang lebih dari konseli, sehingga akan mendapatkan solusi dari keadaan konseli. Di samping itu juga konselor sebaiknya tidak hanya mendengarkan saja, namun juga memahami keadaan konseli, sehingga akan lebih mendekatkan hubungan antara konselor dan konseli.

Stuart and Sunden (1998: 44), menjelaskan hubungan antara perawat (konselor) dan pasien (konseli) yang terapeutik bisa terwujud dengan adanya interaksi yang terapeutik antar keduanya, interaksi tersebut harus sesuai tahapan-tahapan baku. Tahapan yang baku terdiri dari: tahap pra-orientasi, tahap perkenalan, tahap orientasi, tahap kerja dan tahap terminasi. Dengan melalui tahapan tersebut, maka konselor diharapkan bisa mengarahkan kembali individu yang terkait menggunakan komunikasi atau hubungan terapeutik yang benar-benar terfokus pada penyembuhan konseli.

b. *Self-disclosure* (keterbukaan diri)

Self-disclosure atau keterbukaan diri pertama kali diungkapkan oleh Jora Derlega & Berg dalam bukunya yang berjudul *Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy* tahun 1987. *Self-disclosure* ini dapat

didefinisikan suatu kemampuan seseorang dalam mengungkapkan informasi-informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. *Self-disclosure* ini memiliki kesukarelaan dan kesengajaan untuk memberi informasi yang akurat dan mendalam tentang dirinya. Gainau (2009:4) menyebutkan bahwa informasi yang akan disampaikan terdiri atas 5 aspek, yaitu perilaku, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide yang sesuai dengan diri orang yang bersangkutan.

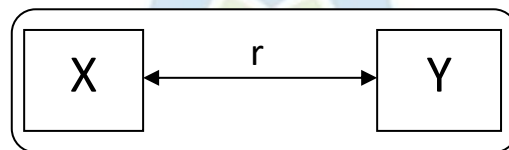
Siswa yang memiliki *self-disclosure* tinggi cenderung dapat mengemukakan pandangan, ide-ide, atau gagasan dengan jelas tanpa menyakiti perasaan orang lain. Hal ini senada dengan apa yang diungkapkan Gainau (2009: 15) *Self-disclosure* sangat penting dalam hubungan sosial dengan orang lain. Sehingga, individu dapat mengungkapkan diri secara tepat, mampu menyesuaikan diri, lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya apabila siswa kurang memiliki ketrampilan *self-disclosure*, dapat mengakibatkan kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan teman sebayanya yang akan berdampak pada kegiatan akademik. Disamping itu, kemampuan *self-disclosure* ini juga dapat digunakan siswa dalam berkomunikasi dengan keluarganya.

2. Kerangka Konseptual

Berdasarkan landasan teori yang telah dipaparkan diatas, maka penelitian difokuskan pada “*Hubungan Antara Komunikasi Terapeutik Guru BK dengan Self-Disclosure Pada Siswa*” (Studi Korelasional Pada Siswa Kelas VII di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang Tahun Ajaran 2022/2023) sebagai berikut.

Gambar 1.1

Desain Penelitian



Keterangan : X = Komunikasi Terapeutik Guru BK

Y = *Self-Disclosure* Siswa

r = Korelasional

Menurut Moh. Pabundu Tika (2015:12) desain penelitian adalah suatu rencana tentang cara mengumpulkan, mengolah, dan menganalisis data secara sistematis dan terarah agar penelitian dapat dilaksanakan secara efisien dan efektif sesuai dengan tujuannya.

Tabel 1.1

Operasionalisasi Variabel

Variabel X (Komunikasi Terapeutik Guru BK)		
No.	Sub Variabel	Indikator
1.	Menunjukkan perhatian	a. Menyapa setiap berinteraksi. b. Mengobrol dengan mempertahankan kontak mata.

		<p>c. Menerina kehadiran konseli.</p> <p>d. Bersikap rileks saat mengobrol.</p> <p>e. Berkomunikasi dengan menunjukkan ekspresi wajah senyum yang wajar dan tepat.</p> <p>f. Mendekatkan tubuh saat berkomunikasi.</p>
2.	Menunjukkan penerimaan	<p>a. Berkomunikasi dengan mendengarkan terhadap apa yang dikeluhkan.</p> <p>b. Memberikan semangat dalam proses konseling.</p> <p>c. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan bukan bahasa yang asing saat berkomunikasi.</p> <p>d. Tidak mendebat dalam proses bercerita.</p>

Variabel Y (*Self-Disclosure* Pada Siswa)

No.	Sub Variabel	Indikator
1.	<i>Depth or intimacy</i> (Kedalaman)	Mampu mengontrol pengungkapan diri secara detail yang paling intim dari hidupnya.
2.	<i>Accuracy or honesty</i> (ketelitian)	Siswa dapat mengutarakan mengenai dirinya sendiri dengan jujur dan tidak melebih-lebihkan
3.	<i>Amount</i> (jumlah)	Siswa mampu membatasi waktu untuk mengungkapkan diri kepada orang lain.
4.	<i>Valensi</i> (Pangkat /derajat/	Siswa mengetahui hal yang pantas untuk diungkapkan mengenai dirinya.

	kemampuan bergabung)	
5.	<i>Intention</i> (maksud)	Siswa menyadari untuk mengontrol informasi-informasi yang akan dikatakan pada orang lain.

G. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2009: 96) Hipotesis yaitu jawaban yang masih bersifat sementara terhadap rumusan penelitian yang sudah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Hipotesis baru diberikan jawabannya didasarkan pada teori. Maka dari itu, sesuai rumusan masalah diajukan hipotesis penelitian ini yaitu:

H0 = Tidak Terdapat Hubungan Antara Komunikasi Terapeutik Guru Bimbingan Konseling dengan *Self-disclosure* Pada Siswa di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang.

H1 = Terdapat Hubungan Antara Komunikasi Terapeutik Guru Bimbingan Konseling dengan *Self-disclosure* Pada Siswa di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang.

H. Langkah-Langkah Penelitian

Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu di Sekolah Menengah Pertama yang terletak di Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang dengan kepala sekolah Oih Baihaqi, S. Pt., M. Pd.. Lokasi ini dipilih berdasarkan beberapa pertimbangan:

- a. Tersedianya data dan sumber data yang akan dijadikan objek penelitian.
- b. Adanya aktivitas komunikasi terapeutik dalam keterbukaan diri siswa.
- c. Telah adanya kegiatan yang relevan di lokasi penelitian yaitu upaya yang dilakukan oleh Guru BK salah satunya komunikasi terapeutik kepada siswa SMP agar siswa dapat melakukan keterbukaan diri.

2. Paradigma dan Pendekatan

Paradigma yang dipakai dalam penelitian ini yaitu paradigma post-positivisme. Jenis paradigma ini menganggap bahwa realitas dan kebenaran suatu fenomena bersifat tunggal. Fakta ini dapat diukur dengan instrumen yang valid dan reliabel. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan paradigma post-positivisme.

Pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian kuantitatif menekankan pada aspek pengukuran objektif dari fenomena sosial. Hasil yang akan diperoleh berupa angka statistik dengan tujuan untuk mengetahui hipotesis yang telah ditetapkan. Alasan penelitian ini memilih pendekatan kuantitatif korelasional, karena ingin menguji hubungan antara satu variabel dengan variabel lain, penelitian ini juga ingin memperoleh data yang lebih akurat dan sesuai data yang ada di lapangan serta dapat diukur. Dari hal tersebut maka, peneliti dapat melakukan analisis terhadap hipotesis yang telah ditetapkan, sehingga

hasil dari penelitian ini bisa teruji secara ilmiah dan empirik dengan hasil akhir yang dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya.

3. Metode Penelitian

a. Rancangan Penelitian

Dalam melakukan suatu penelitian, perlu ditentukan terlebih dahulu metode penelitian yang sesuai dengan penelitian yang diteliti. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional (*correlation research*). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara komunikasi terapeutik guru BK dengan *self-disclosure* pada siswa. Dan ini sejalan dengan pandangan Sukmadinata (2011: 56) bahwa penelitian korelasi ditujukan untuk mengetahui hubungan suatu variabel dengan variabel-variabel lain.

b. Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel. Variabel bebas atau (*independent variable*) dari penelitian ini adalah komunikasi terapeutik. Sedangkan, variabel terikatnya atau (*dependent variable*) adalah *self-disclosure* atau pengungkapan diri.

1) Variabel bebas (X): Komunikasi Terapeutik

a) Definisi Konseptual

Purwanto dalam (Mudankir, 2006) mendefinisikan komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang direncanakan secara sadar dan terencana, bertujuan dan kegiatannya dipusatkan untuk kesembuhan konseli.

b) Definisi Operasional

Komunikasi terapeutik adalah kemampuan guru bimbingan konseling dalam memberikan stimulus kepada siswa agar siswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi dan dapat menemukan solusi serta dapat berperilaku adaptif secara sosial di lingkungan sekitarnya.

c) Instrumen Komunikasi Terapeutik

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup. Untuk kuesioner komunikasi terapeutik mengadaptasi dari buku Komunikasi Terapeutik dalam Keperawatan Buku Ajar Keperawatan Dasar 2 oleh Sarfika, R., dkk. (2018) dan penelitian yang dikembangkan oleh Astutik, A. (2018) menggunakan parameter komunikasi terapeutik. Adapun parameter/dimensi komunikasi terapeutik ini memiliki dimensi yaitu menunjukkan perhatian dan menunjukkan penerimaan.

Tabel 1.2

Blueprint komunikasi terapeutik

No	Dimensi	Aitem	<i>Favorable/ Unfavorable</i>	Jumlah
1.	Menunjukkan Perhatian	Guru BK menyapa saat bertemu saya	<i>Favorable</i>	
		Guru BK melihat saya pada saat mengobrol dengan saya	<i>Favorable</i>	

		Guru BK menerima kehadiran saya	<i>Favorable</i>	6
		Guru BK bersikap rileks saat mengobrol dengan saya	<i>Favorable</i>	
		Guru BK terkadang tersenyum saat mengobrol dengan saya	<i>Favorable</i>	
		Guru BK terkadang mendekatkan tubuhnya saat mengobrol dengan saya	<i>Favorable</i>	
2.	Menunjukkan Penerimaan	Guru BK mendengarkan cerita saya	<i>Favorable</i>	4
		Guru BK memberikan semangat setelah selesai mengobrol dengan saya	<i>Favorable</i>	
		Guru BK menggunakan bahasa yang gampang dimengerti saat mengobrol dengan saya	<i>Favorable</i>	
		Guru BK tidak mendebat saat saya bercerita	<i>Favorable</i>	

2) Variabel terikat (Y): Pengungkapan Diri (*Self-Disclosure*)

a) Definisi Konseptual

DeVito (1989: 65) mengartikan “*self-disclosure* adalah jenis komunikasi saat seseorang mengungkapkan informasi tentang

dirinya sendiri yang biasanya disembunyikan. Informasi tentang diri sendiri, tentang pikiran, perasaan dan perilaku seseorang atau tentang orang lain yang sangat dekat yang sangat dipikirkannya.

b) Definisi Operasional

Pengungkapan diri atau *self-disclosure* adalah kemampuan siswa untuk mengungkapkan diri secara terkontrol baik dalam menyampaikan ungkapan diri kepada lingkungannya.

c) Instrumen Pengungkapan Diri (*Self-Disclosure*)

Instrumen pengungkapan diri dibuat dari dimensi penelitian *self-disclosure* yang dikembangkan oleh Leung (2002) menggabungkan dimensi dari Wheelless & Grotz (1976) dan Tardy & Bradac (1981). Diantaranya lima dimensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah : *Depth or intimacy*, *Accuracy or honesty*, *Amount*, *Valensi* dan *Intention*.

Tabel 1.3

Blueprint self-disclosure

No	Dimensi	Aitem	Favorable/ Unfavorable	Jumlah
1.	<i>Depth or intimacy</i>	Saya terkadang mengontrol diri saya saat menceritakan diri kepada guru BK	<i>Favorable</i>	

		Saya terkadang mengontrol diri saya saat menceritakan diri kepada teman dekat saya	<i>Favorable</i>	2
2.	<i>Accuracy or honesty</i>	Saya mencoba menceritakan diri saya dengan jujur	<i>Favorable</i>	2
		Saya tidak menceritakan diri saya secara berlebihan	<i>Favorable</i>	
3.	<i>Amount</i>	Saya mencoba membatasi cerita diri saya kepada orang lain	<i>Favorable</i>	2
		Saya mampu membatasi waktu dalam menceritakan diri saya	<i>Favorable</i>	
4.	<i>Valensi</i>	Saya mengetahui hal yang pantas mengenai diri saya untuk diceritakan kepada guru BK	<i>Favorable</i>	2
		Saya mengetahui hal yang pantas mengenai diri saya untuk diceritakan kepada teman-teman saya	<i>Favorable</i>	
5.	<i>Intention</i>	Saya menyadari informasi-informasi yang ada didalam diri saya dapat saya kontrol untuk diceritakan kepada guru BK	<i>Favorable</i>	

		Saya menyadari informasi-informasi yang ada didalam diri saya dapat saya kontrol untuk diceritakan kepada teman-teman saya	<i>Favorable</i>	2
--	--	--	------------------	---

4. Jenis data dan Sumber data

a. Jenis data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jawaban atas pertanyaan penelitian yang diajukan terhadap rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data hubungan komunikasi terapeutik guru BK dengan *self-disclosure* pada siswa kelas VII di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang Tahun Ajaran 2022/2023.

b. Sumber data

1) Primer

Sumber data primer, yaitu data pertama yang peneliti peroleh melalui observasi, wawancara, dan angket/kuisisioner. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti secara langsung dari sumber data yaitu di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang Tahun Ajaran 2022/2023 dan melakukan

wawancara dengan pengasuh dan guru Bimbingan Konseling (BK).

2) Sekunder

(Suryabrata, 2013) sumber data sekunder yaitu sumber data yang telah dikumpulkan oleh pihak lain atau tersedia di fasilitas tempat penelitian dilakukan, peneliti hanya perlu menggunakan data sesuai dengan kebutuhan. Data sekunder diperoleh peneliti dari berbagai sumber, seperti: buku, jurnal, dan penelitian sebelumnya terkait komunikasi terapeutik guru BK dan *self-disclosure* siswa, dan sumber data yang terdapat pada SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibesi Jatinagor Sumedang Tahun Ajaran 2022/2023.

5. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Penelitian dilaksanakan di SMP Plus Al-Aqsha Cibesi, Jatinagor, Sumedang yang berlokasi di Jalan Raya Cibesi No. 2, Cibesi, Kecamatan Jatinagor Kabupaten Sumedang, Jawa Barat. Partisipan yang terlibat dalam penelitian yaitu siswa kelas VII SMP Plus Al-Aqsha Cibesi Tahun Ajaran 2022/2023 yang berada dalam kategori remaja awal. Beberapa hal yang menjadi pertimbangan dalam pengambilan partisipan atau responden yaitu peserta didik kelas VII dengan rentang usia 11-13 tahun yang telah diberi komunikasi terapeutik oleh guru BK di SMP Plus Al-Aqsha Cibesi yang

memiliki tingkat keterbukaan diri rendah, ditunjukkan dengan peserta didik yang kurang bisa beradaptasi di lingkungan barunya dan lebih memilih untuk menyendiri ketika di kelasnya.

Sehingga, populasi yang diambil dalam penelitian adalah peserta didik usia remaja awal yaitu kelas VII di SMP Pondok Pesantren Modren Al-Aqsha Jatinangor Tahun Ajaran 2022/2023. Jumlah keseluruhan peserta didik dari kelas VII A sampai VII J yaitu sebanyak 330 peserta didik.

Tabel 1.4

Daftar Peserta Didik kelas VII di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi Tahun Ajaran 2022/2023

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	VIII A	31
2	VIII B	34
3	VIII C	36
4	VIII D	36
5	VIII E	32
6	VIII F	31
7	VIII G	30
8	VIII H	32
9	VIII I	32
10	VIII J	36
Total		330

*Data diperoleh dari wawancara dengan Guru BK SMP Plus Al-Aqsha

b. sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti yang menjadi objek penelitian. Pengambilan sampel tidak dilakukan dalam setiap penelitian dengan kata lain disesuaikan dengan jumlah

populasi yang ada. Menurut Suharsimi Arikunto (2010 : 112) jika subjek yang diteliti di bawah 100 harus diambil semua, sehingga merupakan penelitian populasi. Kemudian, jika jumlah subjek lebih besar dari 100, maka bisa diambil 10-15% atau 20-25%.

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil populasi yaitu jumlah keseluruhan siswa kelas VII yang berjumlah 330 siswa. Siswa kelas VII terbagi ke dalam 10 kelas. Dari jumlah populasi tersebut, diambil 10% dari populasi sebagai batas minimal, sehingga jumlah sampelnya adalah $10\% \times 330 = 33,0$ siswa, dan peneliti bulatkan menjadi 33 siswa. Alasan peneliti mengambil 10% pada penentuan ukuran jumlah sampel, karena jumlah 330 siswa tidak mungkin diambil semua dan adanya keterbatasan waktu dalam bertemu dengan responden.

Teknik pengambilan sampel di dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Peneliti memilih 33 siswa yang memiliki kriteria tingkat keterbukaan diri rendah, dan dalam menentukan kriteria pengambilan sampel ini berdasarkan wawancara dengan pengasuh dan guru BK.

6. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi:

a. Observasi

Menurut Hadi (dalam Sugiyono, 2013:203) observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Alasan peneliti menggunakan metode

ini karena untuk melengkapi data penelitian dan adanya kecurigaan bahwa terdapat data yang hanya dapat diketahui dengan pengamatan langsung ke lokasi penelitian yaitu terhadap guru BK, pengasuh, dan siswa kelas VII di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi Tahun Ajaran 2022/2023.

b. Wawancara

Pengumpulan data melalui wawancara dilakukan pada saat sebelum penelitian dan menggunakan wawancara terbuka, yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang dapat dijawab oleh informan. Informan dalam penelitian ini adalah pengasuh dan guru bimbingan dan konseling (BK). Hal ini dilakukan yaitu untuk melengkapi data penelitian.

c. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian (alat ukur penelitian) yang digunakan yaitu berupa angket/kuesioner gunanya dalam penelitian ini adalah jenis angket langsung yang tertutup, dengan alasan akan memudahkan dalam pemberian kode dan skor serta memudahkan peneliti dalam melakukan analisis data dari seluruh angket yang terkumpul. Skala pengukuran angket yang digunakan peneliti adalah skala *Likert* yang memberi penilaian ke dalam 5 skor. Berikut adalah skala penilaian berdasarkan skala *likert*. Berikut ini adalah skala penilaian berdasarkan skala Likert.

Kuesioner disusun dalam bentuk angket dan disediakan lima opsi pilihan dengan teknik skala penilaian yang telah disediakan pada masing-masing alternatif pilihan yang dianggap paling sesuai. Keseluruhan angket di susun dengan teknik *self-report*, yaitu dengan meminta responden untuk memberikan penilaian sesuai dengan tanggapan atau kesan mereka. Alternatif pilihan yang disediakan terdiri atas :

Tabel 1.5

Skor Penilaian Angket

Kriteria (alternatif jawaban)	Skor Pernyataan Positif (<i>favorable</i>)	Skor Pernyataan Negatif (<i>unfavorable</i>)
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Untuk pernyataan positif, masing-masing pilihan ini diberikan bobot penilaian 5 untuk pilihan “Sangat Setuju”, 4 untuk pilihan “Setuju” (S), 3 untuk pilihan “Netral” (N), 2 untuk pilihan “Tidak Setuju” (TS), 1 untuk pilihan “Sangat Tidak Setuju” (STS). Untuk pernyataan negatif skor nilai diterapkan secara terbalik.

7. Validitas dan Reliabilitas

Untuk menguji kelayakan kuesioner penelitian ini dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

a. Validitas

(Arikunto, 2013: 211) validitas merupakan ukuran seberapa validitas suatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid jika dapat mengukur sesuatu yang di inginkan dan dapat mengungkapkan data variabel yang diteliti dengan cara yang benar.

b. Reliabilitas

(Abdullah, 2015: 259) reliabilitas adalah istilah yang digunakan untuk menentukan seberapa konsisten suatu hasil pengukuran ketika alat ukur tersebut digunakan berulang kali.

8. Teknik Analisis Data

Sebagai alat bantu dalam melakukan penafsiran dan membuat kesimpulan, maka peneliti menggunakan analisis data kuantitatif dengan menggunakan statistika. Analisis data merupakan cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengolah data dalam menentukan hipotesis penelitian dan menetapkan sebuah kesimpulan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *software SPSS (Statistical Package for Social Science)* versi 25.0 untuk melakukan analisis data. Berikut langkah-langkah yang dilakukan dalam melakukan teknik analisis data :

a. Uji Validitas

Untuk mengetahui validitas instrumen peneliti menggunakan alat bantu *Software SPSS versi 25.0*. Validitas instrumen peneliti lihat pada hasil *output SPSS* pada tabel yang berjudul *Item-Total Statistic*. Selanjutnya dalam mengukur valid atau tidaknya suatu instrumen

penelitian dilihat pada nilai *Corrected Item-Total Correlation*. Instrumen tersebut bisa dikatakan valid apabila nilai r hitung $>$ rtabel.

b. Uji Reliabilitas

Jika datanya sudah valid, maka di uji pula reliabilitasnya. Reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabilitas internal yang diperoleh dengan menganalisis data dari satu kali hasil pengujian (*one shoot*) dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Dasar pengambilan uji reliabilitas Cronbach Alpha menurut Wiratna Sujarweni (2015:192) jika nilai alpha $>$ 0,60 butir pertanyaan tersebut reliabel. Untuk menentukan reliabel, yaitu membandingkan *Cronbach's Alpha* dengan nilai r kritis 0,60. jika *Cronbach's Alpha* $>$ nilai kritis, adalah 0,60, instrumen tersebut dapat dianggap reliabel.

Setelah data penelitian terkumpul, maka data tersebut dianalisis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

c. Uji Normalitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Model regresi dikatakan baik jika residualnya berdistribusi normal. Mengacu pada Kolmogorov Smirnov, yaitu jika taraf signifikansi $>$ 0,05 maka residual berdistribusi normal dan sebaliknya jika taraf signifikan $<$ 0.050 maka residual tidak berdistribusi normal. Dalam penelitian ini uji normalitas menggunakan uji *One Sample Kolmogorov Smirnov Test*. Adapun kaidah yang digunakan dalam mengetahui hasilnya yaitu dengan

melihat signifikan atau probabilitas. Apabila taraf signifikansi atau probabilitas $> 0,05$ maka residual tersebut dikatakan berdistribusi normal.

Hipotesis Normalitas

H₀ = Data tidak menyebar normal

H₁ = Data menyebar normal

d. Uji Korelasional

Menurut (Azwar, 2010: 8-9) penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Dengan nilai probabilitas 0.05, maka jika taraf sig. < 0.05 , maka komunikasi terapeutic guru BK memiliki hubungan terhadap *self-disclosure*. Begitupun sebaliknya, jika taraf nilai sig > 0.05 , maka tidak memiliki hubungan antara variabel komunikasi terapeutic guru BK terhadap variabel *self-disclosure* pada siswa.

Hipotesis Korelasional

H₀ = Tidak ada hubungan komunikasi terapeutic guru BK memiliki hubungan terhadap *self-disclosure*.

H₁ = Ada hubungan komunikasi terapeutic guru BK memiliki hubungan terhadap *self-disclosure*.