

PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK BRAINSTORMING UNTUK MENINGKATKAN KETERBUKAAN DIRI DALAM KOMUNIKASI PADA SISWA MAN KOTA PALANGKA RAYA

Sri Mariana¹, Helmuth Y. Bunu², Nopi Feronika³

¹Universitas Palangkaraya, FKIP, Prodi BK

²Universitas Palangkaraya, FKIP, Prodi BK

³Universitas Palangkaraya, FKIP, Prodi BK

E-mail: Srimariana53@gmail.com

ABSTRAK

Keterbukaan diri adalah proses memberi kesempatan kepada pihak lain untuk mengetahui cara kita berpikir, mengenai perasaan kita tentang sesuatu dan tentang keinginan. Siswa yang mampu dalam keterbukaan diri terbukti mampu menyesuaikan diri, lebih percaya diri, bersikap positif, lebih objektif, dan terbuka Tujuan penelitian ini untuk mengetahui sejauh mana teknik *brainstorming* untuk membantu siswa dalam meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi pada siswa MAN Kota Palangka Raya. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Pre-Eksperimental Designs* dengan *One-group Pretest-Posttest Design*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *sampling purposive*. Sampel dalam penelitian ini adalah 6 orang siswa MAN Kota Palangka Raya yang memiliki keterbukaan diri dalam komunikasi rendah. Alat pengumpulan data menggunakan angket keterbukaan diri dalam komunikasi. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah *statistic non parametric* dengan rumus uji-t dua sampel berpasangan. Dari hasil penelitian menunjukkan keterbukaan diri dalam komunikasi sebelum memperoleh bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* 50% dengan kategori rendah, setelah memperoleh bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* 69% dengan kategori tinggi. Perbedaan tingkat keterbukaan diri dalam komunikasi sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* sebesar 18%. Hasil uji t dua sampel berpasangan diperoleh t hitung -12,548 dan t tabel -2,015 berarti H_0 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik *brainstorming* begitu efektif untuk meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi pada siswa MAN Kota Palangka Raya.

Kata Kunci: Keterbukaan Diri; *Brainstorming*; Bimbingan Kelompok

The Application of Group Guidance with Brainstorming Techniques to Increase Self-s Disclosure Communication in Students of MAN Palangka Raya City

ABSTRACT (10 pt)

Self-disclosure is the process of giving the other party the opportunity to know how we think, how we feel about something, and about our desires. Students who are capable of self-openness are proven to be able to adjust, be more confident, have a positive attitude, be more objective, and open. The purpose of this study is to determine the extent to which brainstorming techniques are used to assist students in increasing self-disclosure in communication among students of MAN Palangka Raya City. The type of research used is Pre-Experimental Designs with One-group Pretest-Posttest Design. The sampling technique in this study was carried out by purposive sampling. The sample in this study was 6 students of MAN Kota Palangka Raya who have low self-disclosure in communication. The data collection tool uses a self-disclosure questionnaire in communication. Meanwhile, the data analysis technique used is non-parametric statistics with paired two-sample t-test formula. The results of the study show self-openness in communication before receiving group guidance with the brainstorming technique of 50% in the low category, after receiving group guidance with the brainstorming technique of 69% with the high category. The difference in the level of self-disclosure in communication before and after being given group guidance with brainstorming techniques was 18%. The results of the paired two-sample t-test obtained t count -12.548 and t table -2.015 means that H_0 is accepted. These results indicate that the brainstorming technique is so effective in increasing self-disclosure in communication among students of MAN Kota Palangka Raya.

Keywords: Self-Disclosure; *Brainstorming*; Group Guidance

terbuka dalam hal komunikasi jika di lihat dari teori karakteristik sikap terbuka.

PENDAHULUAN

Komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan (ide atau gagasan) dari satu pihak ke pihak lain agar terjadi saling mempengaruhi antara keduanya. Dalam hal ini berkomunikasi siswa satu dengan yang lain saling mempengaruhi hingga terjadinya interaksi-interaksi dari kedua siswa tersebut. Dalam melakukan interaksi sosial harus didahului oleh kontak dan komunikasi, maka begitu pentingnya komunikasi dalam kehidupan. Komunikasi adalah peristiwa sosial, peristiwa yang terjadi ketika manusia berinteraksi dengan manusia yang lain. Melalui komunikasi kita menemukan diri kita, mengembangkan konsep diri, dan menetapkan hubungan kita dengan dunia di sekitar kita. Maka pengetahuan tentang diri itu penting untuk meningkatkan komunikasi, dimana dalam hal membuka diri kita bisa memahami individu satu dengan yang lainnya. Johnson (dalam Suriana & Dewi, 2013) menunjukkan bahwa individu yang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) akan dapat mengungkapkan diri secara tepat, terbukti mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri sendiri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka.

Menurut Brooks dan Emmert 1997 (dalam Ashfahani, 2019), menyebutkan karakteristik sikap terbuka dalam komunikasi: (1) menilai pesan secara objektif dengan menggunakan data dan keajekan logika. (2) membedakan dengan mudah, melihat nuansa, dsb. (3) berorientasi pada isi. (4) mencari informasi dari berbagai sumber (5) lebih bersifat profesional dan mengubah kepercayaan. (6) mencari pengertian pesan yang tidak sesuai rangkaian kepercayaannya. Sedangkan dari pengamatan yang peneliti lihat, ada beberapa siswa yang bersikap tidak

Dari hasil peneliti di MAN Kota Palangkaraya, diketahui ada beberapa siswa yang kurang memiliki sikap kurang terbuka dalam hal berkomunikasi dengan orang lain, seperti 1) siswa kurang bersikap berorientasi pada isi. Contohnya siswa yang memilih saat pembagian kelompok karena alasan latar belakang temannya yang berbeda. 2) siswa kurang memiliki sikap mencari informasi dari berbagai sumber. Contohnya saat dapat informasi dari temannya, siswa langsung menerima saja tanpa mencari tau dari yang lain. 3) siswa kurang memiliki sikap mencari pesan tidak sesuai rangkaian kepercayaannya. Contohnya ada siswa saat diskusi/belajar bersama tidak mau terbuka menerima pendapat temannya yang berbeda dengan pendapat dia. Jika hal ini didiamkan terus menerus maka akan menghambat potensi yang ada pada diri siswa, dan rendahnya sikap terbuka dalam diri siswa, sikap saling pengertian, saling menghargai dan paling penting saling mengembangkan kualitas hubungan komunikasi siswa kepada orang lain.

Menurut Prayitno & Amti (dalam Yendi et al., 2013), Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar orang-orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Selanjutnya Prayitno dan Amti (dalam Yendi et al., 2013) menyatakan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut Konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh konselor kepada konseli yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli serta dapat memanfaatkan berbagai potensi yang dimiliki dan sarana yang ada sehingga individu atau kelompok itu dapat memahami dirinya sendiri untuk mencapai perkembangan yang optimal, mandiri serta dapat merencanakan masa depan yang lebih baik untuk mencapai kesejahteraan hidup.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan. Dengan demikian bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli (guru pembimbing) pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu, tujuan dalam penelitian ini adalah membentuk konsep diri positif.

Keterbukaan diri adalah proses memberi kesempatan kepada pihak lain untuk mengetahui cara kita berpikir, mengenai perasaan kita tentang sesuatu dan tentang keinginan stimulus yang berasal dari dalam maupun dari luar dirinya. Pengetahuan tentang diri akan meningkatkan komunikasi, dan pada saat yang sama, berkomunikasi dengan orang lain meningkatkan pengetahuan tentang diri kita. Dengan membuka diri, konsep diri menjadi lebih dekat pada kenyataan. Bila konsep diri sesuai dengan pengalaman kita, kita akan lebih terbuka untuk menerima pengalaman-pengalaman dan gagasan-gagasan, lebih cenderung

menghindari sikap defensif, dan lebih cermat memandang diri kita dan orang lain.

Keterbukaan diri dalam komunikasi adalah kegiatan berbagi informasi tentang suatu pernyataan apa yang disangka, dikira tentang sesuatu (orang, peristiwa) yang tidak didasarkan fakta pembuktian, akan tetapi berdasar pada apa yang dilihatnya seperti benar atau mungkin kepada kawan sebaya secara terbuka dengan mempunyai tujuan dan keinginan yang sama. Dalam *brainstorming* ini adalah suatu bentuk diskusi dalam rangka menghimpun gagasan, pendapat, informasi, pengetahuan, pengalaman dari semua peserta. Berbeda dengan diskusi dimana gagasan dari seseorang ditanggapi (didukung, dilengkapi, dikurangi, atau tidak disepakati) oleh peserta lain, pada pengguna model *brainstorming* orang lain tidak untuk ditanggapi.

Dari pengertian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *brainstorming* ini menguras habis segala sesuatu yang dipikirkan oleh siswa dalam menanggapi masalah yang dilontarkan guru kepada siswa. Dalam proses ini proses berfikir siswa sangat dituntut untuk mewujudkan potensi kreatifitasnya sehingga siswa dapat terlibat secara aktif dalam pembelajaran.

METODOLOGI

Penelitian ini berlokasi di MAN Kota Palangka Raya tahun ajaran 2018/2019 yang beralamat di Jl.Cilik Riwut km.4,5 Palangka Raya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IA 4 MAN Kota Palangka Raya. Pengambilan sampel dengan teknik *sampling purposive*, penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan dalam penelitian ini hanya sampel yang ingin diteliti pada siswa yang kurang memiliki keterbukaan diri dalam komunikasi. Kemudian sampel yang telah ditentukan tersebut digabungkan dalam satu kelompok eksperimen. Maka

sampel yang dilakukan di XI IA 4 MAN Kota Palangkaraya ialah 6 siswa yang memiliki keterbukaan diri rendah. Sehingga didapat sampel dalam penelitian ini berjumlah 6 orang siswa yang terdiri dari 4 orang perempuan dan 2 orang laki-laki.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan bentuk desain *Pre-eksperimental Designs* yaitu merupakan penelitian yang mengamati suatu kelompok utama dan melakukan intervensi sepanjang penelitian. Dalam rancangan ini tidak ada kelompok kontrol untuk diperbandingkan dengan kelompok eksperimen (Sugiyono, 2018).

Pelaksanaan penelitian eksperimen ini meliputi tes awal (post test), dan tes akhir (post test) yaitu untuk menguji hasil pelaksanaan *Teknik Brainstorming* dan kemudian membandingkan hasil dari tes akhir dengan hasil tes awal sebelum penerapan *Teknik Brainstorming*. Jadi kelompok peneliti gunakan dalam penelitian hanya 1 kelompok eksperimen.

Teknik Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: Angket, Observasi dan Dokumentasi. Instrument Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi. Angket dalam penelitian ini menggunakan model likert. Model skala likert biasanya terdiri dari 5 jawaban. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistic non parametris yang digunakan untuk menguji hipotesis komparatif rata-rata dua sampel bila datanya berbentuk interval atau ratio adalah menggunakan t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tempat dilaksanakannya penelitian adalah di ruang kelas XI IA 4 MAN Kota Palangka Raya. MAN Kota Palangka Raya adalah salah satu sekolah berbasis agama dengan akreditasi A yang terletak di Jl.Cilik Riwut km. 4,5 Palangka Raya. Hasil tahap studi pendahuluan diperoleh data berupa data hasil studi

literatur, observasi, dan wawancara. Hasil observasi dan wawancara langsung kepada enam siswa tersebut antaralain: Dari hasil peneliti di MAN Kota Palangkaraya, diketahui ada beberapa siswa yang kurang memiliki sikap kurang terbuka dalam hal berkomunikasi dengan orang lain, seperti 1) siswa kurang bersikap berorientasi pada isi. Contohnya siswa yang memilih saat pembagian kelompok karena alasan latar belakang temannya yang berbeda. 2) siswa kurang memiliki sikap mencari informasi dari berbagai sumber. Contohnya saat dapat informasi dari temannya, siswa langsung menerima saja tanpa mencari tau dari yang lain. 3) siswa kurang memiliki sikap mencari pesan tidak sesuai rangkaian kepercayaannya. Contohnya ada siswa saat diskusi/belajar bersama tidak mau terbuka menerima pendapat temannya yang berbeda dengan pendapat dia.

Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Brooks dan Emmert (dalam Rakhmat, 2015), individu dapat dikatakan mampu mengelola emosi dengan baik apabila memenuhi beberapa indikator; (1) menilai pesan secara objektif dengan menggunakan data dan keajekan logika. (2) membedakan dengan mudah, melihat nuansa, dsb. (3) berorientasi pada isi. (4) mencari informasi dari berbagai sumber (5) lebih bersifat profesional dan mengubah kepercayaan. (6) mencari pengertian pesan yang tidak sesuai rangkaian kepercayaannya. Hal ini sesuai dengan data hasil studi literature, observasi wawancara dan bahwa keenam sampel mengalami rendahnya keterbukaan diri dalam komunikasi. Jadi dari hasil studi pendahuluan dengan siswa tersebut mengenai keterbukaan diri dalam komunikasi menunjukkan bahwa perlu adanya pemberian bimbingan kelompok dengan *teknik brainstorming* kepada siswa. Hal ini dikarenakan penguasaan siswa dalam meningkatkan keterbukaan

diri dalam komunikasi masih rendah. Berikut adalah hasil analisis data presentase dari keenam sampel:

Tabel I. Analisis Data Presentase Nilai Pre-Test

No	Kode Siswa	Pre Test		
		Jumlah	Presentase	Kategori
1	M.H.A	66	55%	Sedang
2	N.A	62	52%	Sedang
3	R.S.A	60	50%	Rendah
4	R	55	46%	Rendah
5	T.R	61	51%	Rendah
6	F.S	58	48%	Rendah
Rata-Rata		60,3333	50%	Rendah

Tabel II. Analisis Data Presentase Nilai Post-test setelah diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming

No	Kode Siswa	Post Test		
		Jumlah	Presentase	Kategori
1	M.H.A	89	74%	Tinggi
2	N.A	84	70%	Tinggi
3	R.S.A	82	68%	Tinggi
4	R	78	65%	Sedang
5	T.R	75	63%	Sedang
6	F.S	85	71%	Sedang
Rata-Rata		82,1667	69%	Tinggi

Tabel III. Analisis Data Sebelum (Pre-test) dan Sesudah (Post-test) diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming.

No	Kode Siswa	Pre test		Post Test		% Skor Peningkatan
		% Skor	Kriteria	% Skor	Kriteria	
1	M.H.A	55%	Sedang	74%	Tinggi	19%
2	N.A	52%	Sedang	70%	Tinggi	18%
3	R.S.A	50%	Rendah	68%	Tinggi	18%
4	R	46%	Rendah	65%	Sedang	19%
5	T.R	51%	Rendah	63%	Sedang	12%
6	F.S	48%	Rendah	71%	Sedang	23%
Rata-Rata		50%	Rendah	69%	Tinggi	18%

Selain itu analisis data yang digunakan untuk mengetahui apakah keterbukaan diri dalam komunikasi benar-benar bisa ditingkatkan melalui

bimbingan kelompok teknik *brainstorming* yaitu dengan menggunakan teknik analisis uji T dua sampel berpasangan. Berdasarkan analisis data diperoleh t hitung yaitu (-12,548) sedangkan untuk nilai t tabel dalam penelitian ini yaitu (-2,015).

Dari tabel III Analisis Data Sebelum (Pretest) dan Sesudah (Posttest) diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming* dapat dilihat persentase rata-rata tingkat keterbukaan diri dalam komunikasi sebesar 69% meningkat dari sebelumnya pada saat *pre test* sebesar 50%. Jumlah tersebut mengalami persentase peningkatan rata-rata sebesar 18%. Tentunya hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri dalam komunikasi pada siswa dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok teknik *Brainstorming*. Berdasarkan analisis data diperoleh t hitung yaitu (-12,548) sedangkan untuk nilai t tabel dalam penelitian ini yaitu (-2,015). Hal ini menunjukkan bahwa $t_{hitung} (-12,548) < t_{tabel} (-2,015)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini berarti penerapan bimbingan kelompok teknik *Brainstorming* dapat membantu siswa kelas XI IA 4 MAN Kota Palangka Raya dalam meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi.

Gambar 1. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil angket pretest dan posttest mengenai keterbukaan diri dalam komunikasi dengan menggunakan bimbingan kelompok teknik

brainstorming mengunakan analisis statistic uji t dua sampel berpasangan diperoleh hasil $t_{hitung}(-12,548)$ sedangkan $t_{tabel}(-2,015)$ dimana hal ini menunjukkan bahwa $t_{hitung}(-12,548) < t_{tabel}(-2,015)$ maka H_0 ditolak. Ini berarti menunjukkan ada perbedaan rata-rata nilai pretest dan posttest setelah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *Brainstorming*. Dari hasil tersebut peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *Brainstorming* efektif untuk meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi siswa kelas XI IA 4 MAN Kota Palangka Raya.

Saran bagi Sekolah yaitu bimbingan kelompok teknik *brainstorming* dapat dijadikan sebagai salah satu strategi alternatif dalam meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi. Sedangkan bagi guru BK Teknik *brainstorming* dalam menjadi alternatif mampu meningkatkan keterbukaan diri siswa dalam komunikasi. Untuk Siswa diharapkan dapat meningkatkan keterbukaan dirinya sehingga dapat mengembangkan potensi dirinya secara optimal.

REFERENSI

- Ashfahani, S. (2019). Implementasi Keterbukaan dan Dukungan dalam Komunikasi Antarpribadi (Studi Komunikasi Pimpinan dan Karyawan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju). *Jurnal Ilmiah Komunikasi (JIKOM) STIKOM IMA*, 11(01), 187–195.
- Rakhmat, J. (2015). *Psikologi komunikasi*.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In ke-26.
- Suriana, A., & Dewi, D. S. E. (2013). Penelitian Tentang Self Disclosure Pasien ODHA RSUD Banyumas. *Psycho Idea*, 11(1).
- Yendi, F. M., Ardi, Z., & Ildil, I. (2013). Pelayanan Konseling untuk Remaja Putri Usia Pernikahan. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 1(2), 109–114.