



Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa Kelas XI MAN 2 Rembang

Diah Ayu Nur Cahyani¹, Tri Suyati², Ismah³

^{1,2,3}Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang

Email: diah.ayu251100@gmail.com¹, trisuyati.ts@gmail.com², ismarifai0503@gmail.com³

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi siswa mengalami masalah hambatan dalam membuka dirinya untuk mengungkapkan suatu masalah yang sedang dihadapi, dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar yang cenderung pasif, jika ada suatu pertanyaan yang sekiranya kurang benar siswa tidak berani untuk menanggapi, serta ada beberapa siswa yang tidak mau bergaul karena menganggap bahwa dirinya lebih mampu daripada orang lain dan mengabaikan pendapat orang lain. Salah satu alternatif yang dapat diberikan untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI MAN 2 Rembang dengan jumlah 140 siswa. Sampel penelitian diambil dengan teknik *cluster random sampling* sehingga diperoleh jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 siswa dibagi menjadi dua kelompok masing-masing 17 siswa kelompok kontrol dan 18 siswa kelompok eksperimen yang dibagi menjadi dua kelompok kecil eksperimen 1 berjumlah 9 siswa dan eksperimen 2 berjumlah 9 siswa. Dari hasil t_{hitung} sebesar 6.54 dan t_{tabel} diperoleh dari $db = n-2$ sebesar 2.042 pada taraf signifikansi 5%. Berarti $t_{hitung} (6.54) > t_{tabel} (2.042)$, maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi "Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming* Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa Kelas XI MAN 2 Rembang". Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *true experimental design*. Data penelitian menunjukkan bahwa dari selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Keterbukaan Diri siswa pada kelompok eksperimen sebesar 19.3 dan pada kelompok kontrol selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Keterbukaan Diri sebesar 3.5. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata-rata Keterbukaan Diri antara kelompok eksperimen yang diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Brainstorming* dan kelompok kontrol yang tidak diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Brainstorming* yaitu sebesar 15.8.

Kata Kunci : Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming*, Keterbukaan Diri

Abstract

This research is motivated by students experiencing problems with obstacles in opening themselves to reveal a problem that is being faced, in participating in teaching and learning activities that tend to be passive, if there is a question that if it is not true students do not dare to respond, and there are some students who do not want to get along because thinks that he is more capable than others and ignores the opinions of others. One alternative that can be given to increase students' self-disclosure is by group

guidance services with brainstorming techniques. This type of research is quantitative. The population in this study were students of class XI MAN 2 Rembang with a total of 140 students. The research sample was taken by using cluster random sampling technique so that the number of samples in this study was 35 students divided into two groups, each 17 students in the control group and 18 students in the experimental group which were divided into two small groups, experiment 1 consisted of 9 students and experiment 2 consisted of 9 students. student. From the results of tcount of 6.54 and ttable obtained from $db = n-2$ of 2.042 at a significant level of 5%. Means tcount (6.54) > ttable (2.042), then the alternative hypothesis (H_a) which reads "There is an Effect of Group Guidance Services with Brainstorming Techniques on Increasing Self-Disclosure of Class XI Students of MAN 2 Rembang". This study uses a true experimental design. The research data shows that the difference between the average pretest and posttest on the Self-Disclosure Scale of students in the experimental group is 19.3 and in the control group the difference between the average pretest and posttest is 3.5. This shows that there is a difference in the average self-disclosure between the experimental group who were given group guidance services with Brainstorming technique and the control group who were not given group guidance services with Brainstorming technique, which was 15.8.

Keywords: *Group Guidance Service with Brainstorming Technique, Self-Disclosure*

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa ingin berhubungan dengan manusia lainnya, hubungan dengan manusia lain tidak lepas dari rasa ingin tahu tentang lingkungan sekitarnya. Dalam rangka mengetahui gejala di lingkungannya ini menuntut manusia untuk berkomunikasi. Untuk mewujudkan komunikasi ini harus membuka diri. Sehingga dalam hidup bermasyarakat dapat mengerti satu sama lain dan mendapatkan informasi yang diinginkan, seseorang akan terisolasi jika tidak pernah terbuka dengan orang lain. Akibat keterisolasi ini dikhawatirkan dapat menimbulkan permasalahan yang kompleks. Menjalinkan hubungan dengan individu lain merupakan bagian yang tidak pernah lepas dari kehidupannya sehari-hari.

Morton (dalam Dayakisni, 2006: 104) pengungkapan diri (*self-disclosure*) merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. Informasi di dalam pengungkapan diri ini bersifat *deskriptif* atau *evaluatif*. Untuk itu, dalam kehidupannya, manusia selalu berinteraksi dengan lingkungannya. Misalnya dalam lingkungan keluarga terjadi interaksi antar anggota keluarga, dalam lingkungan masyarakat terjadi hubungan antar individu.

Sebagai siswa keterbukaan diri sangat dibutuhkan untuk bersosialisasi karena keterbukaan diri akan berfungsi sebagai kemampuan dan kesiapan individu untuk menghadapi lingkungan sekitarnya. Dalam kehidupan sehari-hari tidak mudah ditemukan individu yang dengan mudahnya untuk membuka diri. Sebagian individu sulit untuk membuka diri apalagi bagi peserta didik untuk mengungkapkan masalah yang bersifat pribadi, hal itu disebabkan karena merasa takut informasi yang diungkapkan akan mengakibatkan orang lain tahu kelemahan yang ditutupi selama ini.

Tetapi kenyataannya banyak siswa yang belum mampu membuka dirinya serta terbuka bagi orang lain, sehingga akibatnya siswa tidak mampu bersosialisasi dengan baik, kesulitan beradaptasi, serta kesalahpahaman baik antar siswa dengan guru. Rendahnya keterbukaan diri juga terungkap melalui penelitian yang dilakukan Kusuma (2012:5), yang menunjukkan bahwa dari 35 siswa kelas XI yang mengalami keterbukaan diri yang rendah dalam membuka dirinya untuk mengungkapkan suatu masalah yang sedang dihadapi, khususnya bagi siswa yang mempunyai masalah pribadi. Dengan kata lain

keterbukaan diri siswa masih kurang dan memerlukan adanya upaya bantuan agar tidak menghambat perkembangan para siswa.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru pembimbing di MAN 2 Rembang, bahwa di sekolah masih ada siswa yang mengalami masalah keterbukaan diri siswa yang rendah disebabkan siswa yang mengalami hambatan dalam membuka dirinya untuk mengungkapkan suatu masalah yang sedang dihadapi, khususnya bagi peserta didik yang mempunyai masalah pribadi. Permasalahannya meliputi keterbukaan diri siswa yang rendah disebabkan siswa yang mengalami hambatan dalam membuka dirinya untuk mengungkapkan suatu masalah yang sedang dihadapi, khususnya bagi peserta didik yang mempunyai masalah pribadi.

Serta hasil observasi di XI MAN 2 Rembang mendapatkan temuan masih cukup banyak siswa yang mengalami hambatan dalam membuka dirinya untuk mengungkapkan suatu masalah yang sedang dihadapi, khususnya bagi siswa yang mempunyai masalah pribadi dan sosial. Dengan kata lain keterbukaan diri siswa masih kurang dan memerlukan adanya upaya bantuan agar tidak menghambat perkembangan para siswa. Siswa dalam menerima informasi yang diberikan guru tidak dapat memahami, jika ada suatu pertanyaan yang sekiranya kurang benar siswa tidak berani untuk menanggapi, serta ada beberapa siswa yang tidak mau bergaul karena menganggap bahwa dirinya lebih mampu daripada orang lain dan mengabaikan pendapat orang lain.

Dalam memberikan pemahaman tentang keterbukaan diri tidak terlepas dari peran bimbingan dan konseling. Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling adalah layanan bimbingan kelompok. Menurut Prayitno (2004:1) layanan bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pengentasan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Peneliti memilih layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan konsep diri siswa, karena layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan pemberian bantuan kepada individu-individu yang sedang berkembang untuk mencapai perkembangan yang optimal, kemandirian dan kebahagiaan dalam kehidupan. Sehingga layanan bimbingan kelompok sangat diperlukan dan dibutuhkan dalam meningkatkan keterbukaan diri siswa secara efektif di sekolah.

Kegiatan bimbingan kelompok berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman pribadi, penyesuaian diri, dan masalah hubungan antar pribadi. Untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan berpikir aktif, kreatif, inovatif, logis, diperlukan lingkungan belajar yang secara langsung memberikan peluang bagi siswa untuk berpikir terbuka dan fleksibel tanpa adanya rasa takut atau malu. Salah satu teknik yang dapat memfasilitasinya adalah teknik *brainstorming*.

Teknik *brainstorming* adalah suatu teknik yang dilaksanakan oleh guru di dalam kelas dengan melontarkan suatu masalah ke kelas, kemudian siswa menjawab atau menyatakan pendapat, atau komentar sehingga mungkin masalah tersebut akan berkembang menjadi masalah baru, atau dapat diartikan pula sebagai satu cara mendapatkan banyak ide dari sekelompok manusia dalam waktu yang singkat (Roestiyah, 2008: 74). Dengan metode *brainstorming* ini diharapkan tercetus gagasan atau kritik sebanyak-banyaknya sehingga siswa berlatih menggabungkan dan meningkatkan gagasan-gagasan. Dengan metode *brainstorming* diharapkan siswa mampu mengemukakan semua permasalahannya dan mendiskusikan sehingga siswa memperoleh informasi yang diberikan.

METODE

Peneliti ini menggunakan metode kuantitatif Metode penelitian yang digunakan peneliti pada penelitian ini yaitu kuantitatif *True Experimental Design*. Nantinya peserta didik yang ditentukan sebagai kelompok eksperimen diberi perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* sebanyak lima kali dan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* terhadap kelompok eksperimen bermaksud untuk mengetahui/ mencari apakah ada perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen, sehingga layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* berperan atau tidak dalam mengatasi keterbukaan. Teknik yang digunakan pengambilan sampel adalah dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*, hal ini dikarenakan sampel yang diambil secara acak berdasar kelompok. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah siswa kelas XI yang berjumlah 140 siswa, XI MIPA- 1 yang berjumlah 35 siswa dijadikan kelas *tryout*, cara pengambilan sampel dengan memberi nomer kelas XI MIPA – 2, XI MIPA – 3, XI IPS – 1, XI IPS – 2, XI IPS – 3, dan XI IPS – 4 pada kertas kecil, kemudian kertas digulung dan dikocok. Kertas tersebut di ambil salah satu secara acak, kertas yang terambil merupakan sampel penelitian yaitu kelas XI IPS - 4 berjumlah 35 siswa dibagi menjadi dua kelompok masing-masing 17 siswa kelompok kontrol dan 18 siswa kelompok eksperimen yang dibagi menjadi dua kelompok kecil eksperimen 1 berjumlah 9 siswa dan eksperimen 2 berjumlah 9 siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rekapitulasi Hasil *Pretest* dan *posttest* Kelompok Eksperimen

<i>pretest</i>				<i>posttest</i>		
No	Kode Responden	Perolehan Skor	Kategori	Kode Responden	Perolehan Skor	Kategori
1	Y01	73	Tinggi	Y01	95	sangat tinggi
2	Y02	74	Tinggi	Y02	83	Tinggi
3	Y03	47	Rendah	Y03	62	Rendah
4	Y04	67	Rendah	Y04	80	Tinggi
5	Y05	53	Rendah	Y05	70	Tinggi
6	Y06	68	Rendah	Y06	99	sangat tinggi
7	Y07	51	Rendah	Y07	74	Tinggi
8	Y08	55	rendah	Y08	62	Rendah

9	Y09	65	rendah	Y09	78	Tinggi
10	Y10	64	rendah	Y10	93	sangat tinggi
11	Y11	59	rendah	Y11	74	Tinggi
12	Y12	52	rendah	Y12	70	Tinggi
13	Y13	55	rendah	Y13	75	Tinggi
14	Y14	54	rendah	Y14	82	Tinggi
15	Y15	62	rendah	Y15	79	Tinggi
16	Y16	54	rendah	Y16	84	Tinggi
17	Y17	66	rendah	Y17	80	Tinggi
18	Y18	57	rendah	Y18	83	Tinggi
Skor Tertinggi		74			Skor Tertinggi	99
Skor Terendah		47			Skor Terendah	62
Skor Rata-rata		59.78			Skor Rata-rata	79.06

Dari analisis Data Pretes dan Posttest kelompok eksperimen diberikan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming dapat dilihat persentase rata-rata tingkat keterbukaan diri dalam komunikasi sebesar 79.06 meningkat dari sebelumnya pada saat pre test sebesar 59.78. Tentunya hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri pada siswa dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok dengan teknik Brainstorming.

Rekapitulasi Hasil *Pretest* dan *posttest* Kelompok Kontrol

<i>pretest</i>				<i>posttest</i>		
No	Kode Responden	Perolehan Skor	Kategori	Kode Responden	Perolehan Skor	Kategori
1	X01	65	rendah	X01	67	Rendah
2	X02	59	rendah	X02	63	Rendah
3	X03	48	rendah	X03	54	Rendah
4	X04	61	rendah	X04	62	Rendah

5	X05	52	rendah	X05	57	Rendah
6	X06	64	rendah	X06	66	Rendah
7	X07	51	rendah	X07	52	Rendah
8	X08	45	sangat rendah	X08	46	sangat rendah
9	X09	58	rendah	X09	62	Rendah
10	X10	64	rendah	X10	67	Rendah
11	X11	60	rendah	X11	62	Rendah
12	X12	52	rendah	X12	59	Rendah
13	X13	73	tinggi	X13	76	Tinggi
14	X14	72	tinggi	X14	76	Tinggi
15	X15	61	rendah	X15	69	Tinggi
16	X16	43	sangat rendah	X16	46	sangat rendah
17	X17	71	tinggi	X17	74	Tinggi
Skor Tertinggi	73			Skor Tertinggi	76	
Skor Terendah	43			Skor Terendah	46	
Skor Rata-rata	58.76			Skor Rata-rata	62.24	

Kemudian uji hipotesis untuk mengetahui pengaruh layanan yang diberikan kepada siswa. Adapun uji hipotesis yaitu uji t sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Uji T Test

NO	Pretest (X ₁)	Posttest (X ₂)	Beda (X)	X ²	NO	Pretest (Y ₁)	Posttest t (Y ₂)	Beda (Y)	Y ²
X01	65	67	2	4	Y01	73	95	22	484
X02	59	63	4	16	Y02	74	83	9	81
X03	48	54	6	36	Y03	47	62	15	225
X04	61	62	1	1	Y04	67	80	13	169

NO	Pretest (X ₁)	Posttest (X ₂)	Beda (X)	X ²	NO	Pretest (Y ₁)	Posttest t (Y ₂)	Beda (Y)	Y ²
X05	52	57	5	25	Y05	53	70	17	289
X06	64	66	2	4	Y06	68	99	31	961
X07	51	52	1	1	Y07	51	74	23	529
X08	45	46	1	1	Y08	55	62	7	49
X09	58	62	4	16	Y09	65	78	13	169
X10	64	67	3	9	Y10	64	93	29	841
X11	60	62	2	4	Y11	59	74	15	225
X12	52	59	7	49	Y12	52	70	18	324
X13	73	76	3	9	Y13	55	75	20	400
X14	72	76	4	16	Y14	54	82	28	784
X15	61	69	8	64	Y15	62	79	17	289
X16	43	46	3	9	Y16	54	84	30	900
X17	71	74	3	9	Y17	66	80	14	196
Jumlah	999	1058	59	273	Y18	57	83	26	676
Rata ²	58.76	62.24	3.5	16.1	Jumlah	1076	1423	347	7591
					Rata ²	59.78	79.06	19.3	421.7

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji-t diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 6.54 dan t_{tabel} diperoleh dari $db = n-2$ sebesar 2.042 pada taraf signifikan 5%. Berarti $t_{hitung} (6.54) > t_{tabel} (2.042)$, maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming* Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa Kelas XI MAN 2 Rembang ” diterima. Sedangkan hipotesis nihil (H_o) yang berbunyi “Tidak ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming* Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa Kelas XI MAN 2 Rembang ” ditolak pada taraf signifikansi 5%.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming* berpengaruh terhadap peningkatan Keterbukaan Diri siswa Kelas XI MAN 2 Rembang, yang memiliki perbedaan yang signifikan, dilihat dari hasil perhitungan uji t.

SIMPULAN

Data penelitian menunjukkan bahwa dari selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Keterbukaan Diri siswa pada kelompok eksperimen sebesar 19.3 dan pada kelompok kontrol selisih rata-rata *pretest* dan *posttest* Skala Keterbukaan Diri sebesar 3.5. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata – rata Keterbukaan Diri antara kelompok eksperimen yang diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Brainstorming* dan kelompok kontrol yang tidak diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Brainstorming* yaitu sebesar 15.8.

Dari hasil hasil uji hipotesis menggunakan uji-t diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 6.54 dan t_{tabel} diperoleh dari $db = n-2$ sebesar 2.042 pada taraf signifikan 5%. Berarti $t_{hitung} (6.54) > t_{tabel} (2.042)$, maka hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan

Teknik *Brainstorming* Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa Kelas XI MAN 2 Rembang ” diterima. Sedangkan hipotesis nihil (H_0) yang berbunyi “Tidak ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming* Terhadap Peningkatan Keterbukaan Diri Siswa Kelas XI MAN 2 Rembang” ditolak pada taraf signifikansi 5%.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.

Jakarta: Rineka Cipta.

Dayaksini, Tri & Hudaniah. 2006. *Psikologi Sosial*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.

Primadyaningsih, K., Kamsiyati, S., & Markamah, E. S. (2016). Penggunaan Metode Pembelajaran *Brainstorming* Untuk Meningkatkan Keterampilan Menulis Pantun. *Didaktika Dwija Indria*, 4(12).

Rakhmat, Jalaluddin. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Soegeng, A. Y. 2006. *Dasar-dasar Penelitian*. Semarang: IKIP PGRI Press.

Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: PT Trasito Bandung.

Sugiyo. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES Press.