

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain dalam menjalani kehidupan. Manusia selalu berupaya untuk bersosialisasi dan membentuk hubungan dengan sesama, sehingga komunikasi menjadi kebutuhan konstan dalam kehidupan. Hal tersebut memicu terjadinya proses komunikasi sehari-hari, karena melalui komunikasi dengan sesama, berbagai kebutuhan dalam diri manusia dapat terpenuhi. Tantangan yang dihadapi oleh setiap individu seringkali muncul dalam kehidupan sehari-hari dapat disebabkan oleh hambatan komunikasi. Dalam berinteraksi dengan orang lain, seseorang perlu memiliki kemampuan sosial yang baik. Seseorang menyesuaikan diri dengan lingkungannya melalui interaksi yang positif antara dirinya dan anggota masyarakat. Salah satu aspek kemampuan sosial yang dapat membantu seseorang berkomunikasi dengan baik adalah kemampuan untuk mengungkapkan diri (*self-disclosure*).

Secara bahasa *self* adalah diri sendiri, menekankan pada kesadaran diri dan pengenalan akan pribadi. *Closure* diartikan sebagai tahap penutupan atau pengakhiran, sering kali terkait penutupan emosional atau pemahaman yang jelas terhadap sesuatu yang telah berakhir. Sedangkan *disclosure* berarti terbuka atau keterbukaan, yang mengacu pada tindakan atau proses mengungkapkan informasi, perasaan, atau pikiran secara terbuka dan jujur kepada orang lain. Menurut Valen & Supratman (2021:6752) mengemukakan bahwa:

Self-disclosure merupakan suatu tindakan untuk mengungkapkan tentang bagaimana individu berinteraksi dengan orang lain terhadap situasi yang terjadi pada saat ini, dan juga memberikan informasi tentang masa lalu yang memiliki keterkaitan terhadap reaksi yang diperbuat individu pada saat ini.

Self-disclosure adalah tindakan yang melibatkan penyampaian informasi mengenai bagaimana individu berinteraksi dengan orang lain, serta memberikan wawasan tentang pengalaman masa lalu yang memengaruhi respons individu terhadap situasi tersebut. *Self-disclosure* membantu membentuk pemahaman yang lebih dalam tentang perilaku dan reaksi individu berdasarkan interaksi masa lalu dan situasi saat ini.

Remaja sangat membutuhkan keterbukaan diri dalam memperoleh pembelajaran yang lebih mendalam dalam proses perkembangan. Sesuai dengan pendapat Septiani *et al.*, (2019:266) "*Self disclosure* memberikan peranan penting dalam perkembangan hubungan yang dekat antara individu." Hal ini diperlukan agar remaja dapat mengadaptasikan diri dengan lingkungan sosial yang beragam dan terus berkembang. Memasuki usia remaja, dorongan untuk diterima atau mendapatkan pengakuan dari orang tua, teman, dan masyarakat mendorong anak untuk aktif mencari perhatian dalam setiap aktivitasnya. Proses *self-disclosure* bisa dimulai sejak dini, melalui interaksi antara anak dan orang tua dapat membantu mengembangkan pemahaman satu sama lain dengan saling mengungkapkan perasaan dan keinginan yang ada dalam diri. Hal ini dapat membantu melatih kejujuran dalam setiap kegiatan yang dilakukan, sehingga menjadi kebiasaan yang dapat diterapkan dalam kehidupan anak.

Fenomena yang terjadi saat ini, remaja sering menggunakan media sosial untuk mengungkapkan perasaan, pendapat dan keinginan. Berdasarkan penelitian Asmilasih *et al.*, (2022) tentang profil *self-disclosure* siswa di SMPN 10 Kota Serang, *self-disclosure* siswa kelas VIII berada pada kategori sedang dengan persentase 70%. Siswa telah menunjukkan kemauan untuk berbagi informasi mengenai diri mereka terkait sikap, pendapat, selera, minat, sekolah, keuangan, kepribadian, dan fisik. Namun, hubungan remaja dengan teman belum terjalin secara mendalam.

Berdasarkan wawancara dengan pendamping remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu pada tanggal 28 Desember 2023, diperoleh bahwa banyak remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu memiliki keterbatasan dalam membuka diri. Banyak remaja menunjukkan ketidakberanian dalam mengemukakan pendapat serta informasi pribadi seperti sikap, kepribadian, dan kurangnya keterlibatan dalam kegiatan gereja. Remaja cenderung menutup diri karena rasa takut, rasa malu dalam mengungkapkan pendapat dan membatasi diri dengan hanya berkumpul bersama beberapa orang yang sudah dikenal, seperti teman sekolah dan teman dekat rumah. Akibatnya, terjadi kesenjangan antar pribadi pada remaja yang menjadi sulit untuk membuka diri kepada orang lain. Komunikasi yang efektif menjadi kunci untuk membantu remaja agar dapat lebih terbuka, sehingga orang lain dapat menerima, menginterpretasi, dan menyimpulkan informasi yang diberikan. Jika masalah keterbukaan diri

tidak diatasi dengan bijak, dapat berdampak negatif pada penyesuaian diri saat melangkah ke tingkat pendidikan berikutnya dan memasuki dunia kerja. Hal tersebut dapat menyebabkan rendahnya rasa percaya diri pada diri sendiri maupun orang lain, serta kesulitan dalam membangun hubungan pertemanan.

Rendahnya *self-disclosure* pada remaja dapat menyebabkan kesulitan dalam beradaptasi dengan orang lain terutama keluarga, teman dan masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan *self-disclosure* pada remaja melalui layanan bimbingan dan konseling. Strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *self-disclosure* adalah memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *homeroom*. Menurut Hartanti & Riandika (2022:13) mengemukakan bahwa “layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok.” Layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang pemahaman, penerimaan, bimbingan dan pencegahan. Proses bantuan bertujuan agar setiap individu dapat mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Layanan bimbingan kelompok dapat diselenggarakan dalam kelompok kecil atau kelompok besar yang dipandu oleh pemimpin kelompok.

Teknik *homeroom* dalam layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan bimbingan belajar untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam. Menurut Andrianie (2022:742) mengemukakan bahwa “*homeroom* adalah teknik pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menciptakan suasana seperti di rumah.” Fokus dari teknik layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* adalah menciptakan suasana nyaman dan hangat, mirip dengan suasana di rumah. Teknik *homeroom* bertujuan untuk memberikan suasana yang santai, akrab, dan kekeluargaan, sehingga remaja dapat merasa lebih nyaman untuk berbagi pengalaman, pemikiran, dan perasaan.

Berdasarkan permasalahan tentang *self-disclosure* pada remaja yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* Untuk Meningkatkan *Self-disclosure* Remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu**”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh layanan

bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-disclosure* remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-disclosure* remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian merupakan manfaat yang akan diperoleh dari hasil tujuan penelitian. Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan secara umum dan pengembangan ilmu bimbingan dan konseling pada khususnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat, khususnya remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu, melalui pemberian layanan bimbingan kelompok tentang *self-disclosure*.

b. Bagi pembimbing remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan referensi dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self-disclosure* remaja.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau sumber masukan untuk penelitian mendatang.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Peneliti memfokuskan ruang lingkup penelitian agar tetap menjaga dan konsisten dengan tujuan yang telah ditetapkan, sebagai berikut:

1. Sifat penelitian : Penelitian Kuantitatif
2. Jenis penelitian : Eksperimen
3. Subjek penelitian : Remaja Santo Tarsisius Ngestirahayu
4. Objek penelitian : Variabel (X) Layanan Bimbingan Kelompok Teknik

Homeroom dan Variabel (Y) Self-disclosure

5. Lokasi Penelitian : Gereja Santo Yusup Ngestirahayu
6. Waktu Penelitian : Tahun 2023/2024