BAB II

KERANGKA DASAR PEMIKIRAN TEORITIK

2.1 Keterbukaan Diri

2.1.1 Pengertian Keterbukaan Diri

Johnson dalam Supratiknya (2011: 14) mengemukakan bahwa pembukaan diri atau 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 di masa kini tersebut. Tanggapan terhadap orang lain atau terhadap kejadian tertentu lebih melibatkan perasaan. Membuka diri berarti membagikan kepada orang lain perasaan kita terhadap sesuatu yang telah dikatakan atau dilakukannya, atau perasaan kita terhadap kejadian-kejadian yang baru saja kita saksikan.

Harre dan Lamb (2012: 273) mengemukakan bahwa *self-disclosure* adalah mengungkapkan kenyataan tentang diri sendiri kepada orang lain. Menurut Gladding (2012: 189) *self-disclosure* adalah fenomena yang kompleks dan

multi aspek, serta telah menyebabkan dilakukannya 200 penelitian. Secara singkat “pengungkapan diri” dapat didefinisikan sebagai teknik yang digunakan dengan sadardan sengaja dimana klinisi berbagi informasi mengenai kehidupannya di luar hubungan konseling. Pengungkapan diri mengacu pada membuat diriseseorang diketahui oleh orang lain, dengan cara mengungkapkan informasi pribadi. Pengungkapan diri membantu membangun rasa percaya dan memfasilitasi hubungan konseling.

Daddy Mulyana mengemukakan bahwa keterbukaan diri dapat diartikan memberikan informasi tentang diri (Mulyana, 2000: 12). Liliweri berpendapat bahwa keterbukaan mempunyai pengaruh untuk mengubah pikiran, perasaan, maupun prilaku orang lain (Liliweri, 1997: 56). Keterbukaan adalah komponen kunci dalam pengembangan hubungan pribadi karena dapat menimbulkan kedekatan (Derlega, Winstead, Wong, dan Greenspan, 1987).

Pengungkapan diri atau "self disclosure" dapat diartikan sebagai pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi yang diberikan tersebut dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, dan lain sebagainya. Pengungkapan diri haruslah dilandasi dengan kejujuran dan keterbukaan dalam memberikan informasi, atau dengan kata lain apa yang disampaikan kepada orang lain hendaklah bukan merupakan suatu topeng pribadi atau kebohongan belaka sehingga hanya menampilkan sisi yang baik saja.

Seseorang perlu memberikan informasi tentang dirinya sendiri hal tersebut dilihat sebagai suatu siklus yang melibatkan tiga hal yaitu, pengungkapan diri (*self-disclosure*), hubungan persahabatan dan penerimaan terhadap diri sendiri. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

a. Merupakan suatu hal yang sangat baik jika anda mengatakan kepada teman atau orang lain yang

berinteraksi dengan anda bagaimana mereka dapat mempengaruhi anda. Dengan mengungkapkan perasaan dan berbagi pengalaman maka akan dapat semakin mempererat hubungan persahabatan.

b. Penerimaan teman atau orang lain akan memudahkan anda untuk dapat menerima kondisi diri anda sendiri.
c. Karena anda sudah dapat menerima diri sendiri dan merasa nyaman dengan kondisi tersebut, maka anda lebih mudah untuk mengungkapkan diri sehingga hubungan dengan teman anda terasa lebih menyenangkan.
d. Dengan adanya berbagai masukan dari orang lain, rasa aman yang tinggi, dan penerimaan terhadap diri, maka anda akan dapat melihat diri sendiri secara lebih mendalam dan mampu menyelesaikan berbagai masalah hidup.

Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mampu mengungkapkan diri secara tepat terbukti lebih mampu menyesuaikan diri (adaptive), lebih percaya pada

diri sendiri, lebih kompeten, extrovert, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif dan percaya terhadap orang lain, lebih obyektif dan terbuka (David Johnson, 1981; dalam mentalhelp.net).

Adapun ayat dan hadits yang menjadi dasar tentang keterbukaan diri adalah:

إِنَّ اللّهَ لاَ يَخْفَى عَلَيْهِ شَيْءٌ فِي الأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ

Artinya: *Sesungguhnya tak ada satu pun di Bumi maupun dilangit yang tersembunyi di hadapan Allah (QS. Ali Imron ayat 5).*

عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : عَلَيْكُمْ بِالصِّدْقِ فَإِنَّ الصِّدْقَ يَهْدِي إِلَى البِرِّ وَإِنَّ البرَّ يَهْدِيْ إِلَى الجَنَّةِ وَمَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَصْدُقُ وَيَتَحَرَّى الصِّدْقَ حَتَّ يُكْتَبَ عِنْدَ اللهِ صِدِيْقاً وَإِيَّاكُمْ وَالكَذِبَ فَإِنَّ الكَذِبَ يَهدِى إِلَى الفُجُوْرِ وَإِنَّ الفُجُوْرَ يَهْدِي إِلَى النَّارِ وَمَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَكْذِبُ وَيتَحَرَّى الكَذِبَ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللهِ كذاباً رواه مسلم .

Artinya: *Abdullah bin Mas'ud berkata: "Bersabda Rasulullah : Kalian harus jujur karena sesungguhnya jujur itu menunjukkan kepada kebaikan dan kebaikan itu menunjukkan kepada jannah. Seseorang senantiasa jujur dan berusaha*

> *untuk jujur sehingga ditulis di sisi Allah sebagai orang yang jujur.Danjauhilah oleh kalian dusta karena sesungguhnya dusta itu menunjukkan kepada keburukan dan keburukan itu menunjukkan kepada neraka. Seseorang senantiasa berdusta dan berusaha untuk berdusta sehingga ditulis disisi Allah sebagai seorang pendusta" (HR Muslim) Shohih Muslim hadits no : 6586*.

Dari kesimpulan ayat serta hadits tersebut diterangkan *"tidak ada satu pun yang tersembunyi dihadapan Allah"*, dan bersikap jujur akan membawa kebaikan. Jadi bersikap terbuka sangatlah penting untuk kita, akan menjadi lebih baik jika di dalamnya ada suatu nasehat baik yang bisa membawa kebaikan dijalan Allah.

Kesimpulannya, keterbukaan diri (*self-disclosure*) adalah mengungkapkan kenyataan tentang diri sendiri kepada orang lain atau sebagai pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi yang diberikan tersebut dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, dan lain sebagainya.

2.1.2 Manfaat Keterbukaan Diri

Menurut Jhonson yang dikutip Supratiknya (2011: 15) bahwa beberapa manfaat dan dampak pembukaan diri terhadap hubungan antar pribadi adalah sebagai berikut:

a. Pembukaan diri merupakan dasar bagi hubungan yang sehat antara dua orang.
b. Semakin kita bersikap terbuka kepada orang lain, semakin orang lain tersebut akan menyukai diri kita. Akibatnya, ia akan semakin membuka diri kepada kita.
c. Orang yang rela membuka diri kepada orang lain terbukti cenderung memiliki sifat *extrovert*.
d. Membuka diri kepada orang lain merupakan dasar relasi yang memungkinkan komunikasi intim baik dengan diri kita sendiri maupun dengan orang lain.
e. Membuka diri berarti bersikap realistik. Maka, pembukaan diri kita haruslah jujur, tulus dan autentik.

Menurut Devito (1989) ada beberapa keuntungan yang akan diperoleh seseorang jika mau mengungkap informasi diri kepada orang lain antara lain:

a. Mengenal diri sendiri: seseorang dapat lebih mengenal diri sendiri melalui *self disclosure*, karena dengan mengungkapkan dirinya akan diperoleh gambaran baru tentang dirinya, dan mengerti lebih dalam perilakunya.
b. Adanya kemampuan menanggulangi masalah: seseorang dapat mengatasi masalah, karena ada dukungan dan bukan penolakan, sehingga dapat menyelesaikan atau mengurangi bahkan menghilangkan masalahnya.
c. Mengurangi Beban: jika individu menyimpan rahasia dan tidak mengungkapkannya kepada orang lain, maka akan terasa berat sekali memikulnya. Dengan adanya keterbukaan diri, individu akan merasakan beban itu terkurangi, sehingga orang tersebut ringan beban masalah yang dihadapinya.

Secaralebih lengkap manfaat-manfaat dari pengungkapan diri dapat disebutkan sebagai berikut:

a. Meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*). Dalam proses pemberian informasi kepada orang lain, anda akan lebih jelas dalam menilai kebutuhan, perasaan, dan hal psikologis dalam diri anda. Selain itu, orang lain akan membantu anda dalam memahami diri anda sendiri, melalui berbagai masukan yang diberikan, terutama jika hal itu dilakukan dengan penuh empati dan jujur.
b. Membangun hubungan yang lebih dekat dan mendalam, saling membantu dan lebih berarti bagi kedua belah pihak. Keterbukaan merupakan suatu hubungan timbal balik, semakin anda terbuka pada orang lain maka orang lain akan berbuat hal yang sama. Dari keterbukaan tersebut maka akan timbul kepercayaan dari kedua pihak sehingga akhirnya akan terjalin hubungan persahabatan yang sejati.

c. Mengembangkan keterampilan berkomunikasi yang memungkinkan seseorang untuk menginformasikan suatu hal kepada orang lain secara jelas dan lengkap tentang bagaimana ia memandang suatu situasi, bagaimana perasaannya tentang hal tersebut, apa yang terjadi, dan apa yang diharapkan.

d. Mengurangi rasa malu dan meningkatkan penerimaan diri (*self acceptance*). Jika orang lain dapat menerima anda maka kemungkinan besar anda pun dapat menerima diri anda.

e. Memecahkan berbagai konflik dan masalah interpersonal. Jika orang lain mengetahui kebutuhan anda, ketakutan, rasa frustrasi anda, dan lain sebagainya, maka akan lebih mudah bagi mereka untuk bersimpati atau memberikan bantuan sehingga sesuai dengan apa yang anda harapkan.

f. Memperoleh energi tambahan dan menjadi lebih spontan. Harap diingat bahwa untuk menyimpan suatu rahasia dibutuhkan energi yang besar dan

dalam kondisi demikian seseorang akan lebih cepat marah, tegang, pendiam dan tidak riang. Dengan berbagi informasi hal-hal tersebut akan hilang atau berkurang dengan sendirinya.

Menurut John (1939) meskipun *self disclosure* mendorong adanya keterbukaan, namun keterbukaan itu sendiri ada batasnya. Artinya perlu kita pertimbangkan kembali apakah menceritakan segala sesuatu tentang diri kita kepada orang lain akan menghasilkan efek positif bagi hubungan kita dengan orang tersebut. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan ekstrim akan memberikan efek negative terhadap hubungan (Burhan, 2007 : 262).

2.1.3 Pedoman dalam Keterbukaan diri (*Self-disclosure*)

Keterbukaan diri terkadang bisa menimbulkan bahaya, seperti adanya penolakan ataupun cemoohan dari orang lain dan kerugian yang lainnya. Menurut Devito (1992) hal-hal yang perlu dipertimbangkan dalam pengungkapan diri adalah sebagai berikut:

a. Motifasi melakukan pengungkapan diri: pengungkapan diri haruslah didorong oleh rasa berkepentingan terhadap hubungan dengan orang lain dan diri sendiri. Sebab pengungkapan diri tidak hanya bersangkutan dengan diri kita saja tetapi juga bersangkutan dengan orang lain. Kadang-kadang keterbukaan yang kita ungkapkan dapat saja melukai perasaan orang lain.

b. Kesesuaian dalam pengungkapan diri: dalam penyesuaian pengungkapan diri haruslah disesuaikan dengan penyesuaian lingungan. Pengungkapan diri haruslah dilakukan pada waktu dan tempat yang tepat. Misalnya bila kita ingin mengungkapkan sesuatu pada orang lain maka kita haruslah bisa melihat apakah waktu dan tempatnya sudah tepat.

c. Timbal balik dan orang lain: selama melakukan pengungkapan diri, berikan lawan bicara kesempatan untuk melakukan pengungkapan dirinya sendiri. Jika lawan bicara kita tidak melakukan pengungkapan diri

juga, maka ada kemungkinan bahwa orang, tersebut tidak menyukai keterbukaan yang kita lakukan.

Dapat disimpulkan, pedoman keterbukaan diri ada yang positif dan juga ada dampak negatifnya.Dengan adanya keterbukaan, kesukarelaan, kerahasiaan, akantercipta keterbukaan itu menjadi posotif dan dapat membantu mengatasi permasalahan. Jika pengungkapan diri dilakukan, sebaiknya pengungkapan diri disesuaikan dengan kebutuhan klien. Egan (2007) menegaskan bahwa pengungkapan diri konselor hendaknya harus singkat dan terfokus, harus tidak menambahi permasalahan klien, dan tidak harus digunakan terlalu sering (Gladding, 2012: 190).

2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterbukaan diri

Menurut Devito (2011) ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri antara lain: efek diadik, besar kelompok, topik, valensi, gender, penerima hubungan dan kepribadian. Adapun penjelasan dari faktor-faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri adalah sebagai berikut:

a. Efek diadik: Individu akan melakukan keterbukaan diri bila orang yang bersamanya juga melakukan keterbukaan diri. Hal ini dikarenakan efek diadik membuat seseorang merasa aman dan dapat memperkuat seseorang untuk melakukan keterbukaan diri.

b. Besar kelompok: Keterbukaan diri dianggap lebih efektif bila berada dalam situasi kelompok kecil dibandingkan kelompok besar, karena dalam kelompok kecil interaksi anggota kelompok lebih mudah dan cepat mendapat respon ataupun umpan balik dari orang lain.

c. Topik: individu cenderung terbuka tentang informasi mengenai hobi atau pekerjaan dari pada tentang keadaan ekonomi dan kehidupan keluarga. Umumnya topik yang bersifat pribadi dan informasi yang kurang baik akan menimbulkan kemungkinan kecil individu terbuka.

d. Gender atau jenis kelamin: keterbukaan diri cenderung dimiliki oleh wanita dari pada pria. Wanita lebih senang lekas membagikan informasi tentang dirinya ataupun orang lain. Sebaliknya pria lebih senang diam atau memendam sendiri permasalahannya dari pada membeberkan kepada orang lain.

e. Kompetensi: Keterbukaan dianggap berhasil apabila seseorang memahami betul terhadap apa yang diinformasikan, baik positif maupun negatifnya karena hal itu sangat menentukan dalam perkembangan selanjutnya.

f. Penerima hubungan: Keterbukaan diri dianggap berhasil bila ada umpan balik dari pendengar informasi. Pria cenderung lebih terbuka kepada teman-temannya dari pada kepada orang tuanya karena merasa memiliki satu tujuan. Sebaliknya wanita lebih suka terbuka kepada orang tuanya atau

teman prianya karena dianggap mampu memberikan perlindungan.

g. Kepribadian: Individu dengan kepribadian ekstrovert dan nyaman dalam berkomunikasi lebih banyak melakukan keterbukaan diri dari pada individu dengan kepribadian introvert dan kurang berani dalam berbicara (Devito, 2011: 65-67).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Johnson (dalam Gainau, 2009), menunjukkan bahwa individu yang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) akan dapat mengungkapkan diri dengan tepat; terbukti mampu menyesuaikan diri (adaptive), lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya individu yang kurang mampu dalam keterbukaan diri (*self disclosure*) terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup (Ginau, 2009).

Menurut Purwanto (2010: 150) orang yang tergolong tipe *extrovert* atau*self disclosure* mempunyai sifat-sifat: berhati terbuka, lancar dalam pergaulan, ramah tamah, penggembira, kontak dengan lingkungan besar sekali. Mereka mudah mempengaruhi dan mudah pula dipengaruhi oleh lingkungannya.

Indikator keterbukaan diri dalam penelitian ini adalah:

a. Berhati terbuka;
b. Lancar dalam pergaulan
c. Ramah tamah
d. Penggembira

Sosialisasi luas, Purwanto, 2010: 150.

2.2 Konseling Kelompok

2.2.1 Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok difokuskan untuk membantu konseli mengatasi problem mereka lewat penyesuaian-diri dan perkembangan kepribadian sehari-sehari.Konseling kelompok biasanya populer di lingkup-lingkup lembaga

dan institusi dengan memanfaatkan lingkup yang mirip sekolah (Gibson, 2011: 52).

Menurut Natawidjaja (1987), bahwa program konseling kelompok merupakan salah satu upaya untuk memberikan bantuan pada remaja dalam situasi yang membutuhkan dorongan. Konseling kelompok merupakan sarana belajar dan berlatih, serta untuk mendapatkan suasana yang aman dan demokratis dan adanya unsur terapiutik (Afiatin, 1998: 67).

Menurut George M. Gazda (1978) konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti: pengungkapan pikiran dan perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Semua ciri terapeutik diciptakan dan dibina dalam suatu kelompok kecil dengan cara mengungkapkan kesulitan dan keprihatinan pribadi kepada sesama anggota kelompok dan kepada konselor.

Konseling kelompok merupakan salah satu wahana yang dapat digunakan sebagai wadah pengembangan diri melalui pengenalan orang lain. Cremer dan Siregar mengemukakan bahwa melalui pendekatan kelompok yang menumbuhkan dinamika kelompok, setiap anggota mempunyai kesempatan untuk berlatih tentang perilaku kehidupan sehari-hari, misalnya: mengamati perilaku yang terjadi dalam kelompok, mendengarkan orang lain, mengemukakan pendapat, menanggapi pendapat dan pandangan orang lain, mengajukan dan menerima kritik untuk dan dari orang lain, dan lain sebagainya (Cremer dan Siregar, 1993: XVII).

Secara tegas Gladding menjelaskan bahwa setiap individu dalam kelompok dapat belajar bagaimana mengelola atau mengendalikan perilaku sama atau perilaku yang baru. Menurutnya ada tiga perilaku utama yang dapat dipelajari dalam kelompok, yaitu belajar merespon, pengkondisian peran, dan belajar sosial (Hartati, 2005: 27).

Prayitno mengemukakan bahwa suasana kelompok yang penuh dinamika dapat memberikan manfaat sebagai berikut: *Pertama,* merupakan wahana bagi setiap anggota untuk memperoleh dan memanfaatkan informasi dan tanggapan serta berbagai reaksi dari anggota kelompok lain untuk kepentingan akan kemajuan dirinya. *Kedua,* kesempatan mendengarkan pendapat orang lain, mengemukakan pendapat, memberi tanggapan, dan berbagai reaksi lainnya peluang yang sangat berharga bagi setiap individu dalam proses pengembangan diri masing-masing (Prayitno, 1995: 23).Menurut pendapat Lipptten dan Whyte adanya suasana demokratis dalam proses konseling kelompok membawa pengaruh bagi anggota kelompok diantaranya: ada kerukunan diantara anggota kelompok, para anggota kelompok banyak mengambil inisiatif dan bertanggung jawab. (Santoso, 1999: 73)

Atas dasar berbagai pendapat tersebut dapat diasumsikan bahwa dengan adanya konseling kelompok diharapkan bisa membantu mengatasi permasalahan

individu khususnya pada penelitian ini yang memfokuskan pada keterbukaan diri. Dengan adanya pendekatan kelompok akan dapat membawa setiap anggotanya pada situasi yang nyata dan mereka dapat mengadakan percobaan tentang tingkah lakunya misalnya pada sikap Remaja di Panti Asuhan yang kurang terbuka, serta bisa mengambil keputusan tentang hidupnya. Dengan adanya pendekatan ataupun konseling kelompok tidak hanya diperuntukkan bagi individu yang sedang bermasalah saja, namun dapat pula dimanfaatkan untuk individu yang tidak bermasalah, agar dapat mengembangkan diri secara optimal.

Adapun ayat Al-Qur'an dan Hadits yang menjadi salah satu dari konseling kelompok adalah:

وَٱلۡعَصۡرِ. إِنَّ ٱلۡإِنۡسَنَ لَفِى خُسۡرٍ. إِلَّاٱلَّذِينَءَامَنُواْوَعَمِلُواْٱلصَّلِحَتِ وَتَوَاصَوۡاْبِالۡحَقِّ وَتَوَا صَوۡاْبِالصَّبۡرِ.

Artinya: Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar berada dalam kerugian.Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran. (QS. Al 'Ashr, ayat 1-3).

Hadits yang menjadi landasan konseling kelompok adalah:

أَنَّ النَّبِيَّ –صلى الله عليه وسلم– قَالَ « الدِّينُ النَّصِيحَةُ » قُلْنَا لِمَنْقَالَ « لِلَّهِ وَلِكِتَابِهِ وَلِرَسُولِهِ وَلأَئِمَّةِ الْمُسْلِمِينَ وَعَامَّتِهِمْ ».

Artinya: *"Hak seorangmuslim pada muslim lainnya ada enam: jika berjumpa hendaklah memberi salam; jika mengundang dalam sebuah acara, maka datangilah undangannya; bila dimintai nasehat, maka nasehatilah ia; jika memuji Allah dalam bersin, maka doakanlah; jika sakit jenguklah ia; dan jika meninggal dunia, maka iringilah kekuburnya." (HR Muslim).*

Berdasarkan ayat dan terjemahan hadits di atas, maka jelaslah konseling kelompok itu perlu dilakukan karena pada ayat dan hadits tersebut telah menjelaskan agar manusia selalu mendidik diri sendiri maupun orang lain, dengan kata lain mendidik ke arah mana seseorang itu menjadi baik atau buruk. Karena dalam pendekatan islami pelaksanaan konseling kelompok meliputi pribadi, sikap, perasaan, yang berkaitan dengan klien dan konselor yang saling berinteraksi.

Kesimpulannya, *group counseling* (konseling kelompok) adalah salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan

kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar.

2.2.2 Tujuan dan Manfaat Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok berfokus pada usaha membantu klien dalam melakukan perubahan dengan menaruh perhatian pada perkembangan dan penyesuaian sehari-hari.Tujuan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan teoretis dan tujuan operasional. Tujuan teoretis berkaitan dengan tujuan yang secara umum dicapai melalui proses konseling, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan klien dan masalah yang dihadapi klien (Latipun, 2010: 120). Tujuan konseling kelompok adalah memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggotanya secara individu yang menjadi bagian kelompok tersebut (Gibson, 2011: 282).

Tujuan konseling kelompok menurut (Sukardi, 2008: 68) meliputi:

a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.

b. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.

c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok.

d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.

Pendekatan kelompok dikembangkan dalam proses konseling didasarkan atas pertimbangan bahwa pada dasarnya kelompok dapat pula membantu memecahkan individu atau sejumlah individu yang bermasalah. Wiener (George dan Cristiani, 1981) mengatakan bahwa interaksi kelompok memiliki pengaruh positif untuk kehidupan individual karena kelompok dapat dijadikan sebagai media terapeutik.Menurutnya interaksi kelompok dapat meningkatkan pemahaman diri, dan baik untuk perubahan tingkah laku individual. Selain itu terdapat berbagai keuntungan memanfaatkan kelompok sebagai proses belajar dan upaya membantu klien dalam pemecahan masalahnya (Latipun, 2010: 121).

Johnson and Johnson (1987: 191) mengemukakan manfaat kegiatan kelompok sebagai berikut: *"For any problem-solving group to be effective the mamber have to obtain the information they need to solve the problem and the have to put together in such as way that an accurate or creative solution results".* Hal ini menunjukkan bahwa setiap kelompok pemecahan masalah *(problem solving group)* yang efektif, memungkinkan setiap anggota dapat menanamkan kebersamaan dalam setiap proses pemecahan masalah yang kreatif.

Demikian juga Blocher dan Bigg (1987: 113) mengemukakan hasil penelitian sebagai berikut: *"Most research suggest that people who are affectively oriented, flexible, highly motivated to change, and suffisciently well adjusted to interact rationally with other function well in counseling or therapy group"*. Jadi dari beberapa hasil penelitian, menunjukkan bahwa orang-orang dapat berorientasi secara efektif, fleksibel, mempunyai motivasi yang tinggi untuk berubah, mempunyai kemampuan yang

tinggi untuk menyesuaikan diri untuk berinteraksi secara rasional adalah fungsi lain dari konseling atau terpakai kelompok.

Berbagai manfaat yang dapat diperoleh setiap anggota dalam proses konseling kelompok adalah sebagai berikut:

a. Kemampuan anggota untuk mencobakan ide-ide dan sikap tertentu.
b. Pengertian dan penerimaan dari teman-teman dalam kelompok menghasilkan rasa aman dan rasa bersatu, yang semuanya itu dapat mendukung proses instropeksi dan ekspresi perasaan-perasaan yang mendalam.
c. Penerimaan dan pengalaman-pengalaman dari perubahan sikap yang dicobakan dapat memperkuat motivasi untuk mengadakan perubahan diri.
d. Dapat meningkatkan ketrampilan komunikasi dengan orang lain.

e. Mengembangkan keberanian untuk mencoba memecahkan masalah-masalah pribadi dan konflik-konflik emosional (Hartati, 2005: 26).

Dengan adanya konseling kelompok terhadap keterbukaan diri Remaja di Panti Asuhan DarulHadlonah diharapkan bisa membantu mengatasi masalah yang dihadapi oleh Remaja khususnya para remaja yang kurang terbuka dan cenderung bersikap tertutup.

2.2.3 Tahapan Konseling Kelompok

Berikut tahapan konseling kelompok:

a. Prakonseling: Pembentukan Kelompok

Tahap ini merupakan tahap persiapan pelaksanaan konseling kelompok.Pada tahap ini terutama pembentukan kelompok, yang dilakukan dengan seleksi anggota dan menawarkan program kepada calon peserta konseling sekaligus membangun harapan kepada calon peserta.

b. Tahap I: Tahap Permulaan (Orientasi dan Eksplorasi)

Pada tahap ini mulai menentukan struktur kelompok, mengeksplorasi harapan anggota, anggota mulai belajar fungsi kelompok, sekaligus mulai menegaskan tujuan kelompok. Setiap anggota kelompok mulai mengenalkan dirinya dan menjelaskan tujuan dan harapannya.Pada tahap ini deskripsi tentang dirinya masih bersifat superfisial (permukaan saja), sedangkan persoalan yang lebih tersembunyi belum diungkapkan pada fase ini.

c. Tahap II: Tahap Transisi

Pada tahap ini diharapkan masalah yang dihadapi masing-masing klien dirumuskan dan diketahui apa sebab-sebabnya. Anggota kelompok mulai terbuka, tetapi sering terjadi pada fase ini justru terjadi kecemasan, resistensi, konflik bahkan ambivalensi tentang keanggotaannya dalam kelompok, atau enggan jika harus membuka diri.tugas pemimpin kelompok adalah mempersiapkan mereka bekerja untuk dapat merasa memiliki kelompoknya.

d. Tahap III: Tahap Kerja-Kohensi dan Produktivitas

Jika masalah yang dihadapi oleh masing-masing anggota kelompok diketahui, langkah berikutnya adalah menyusun rencana-rencana tindakan.Penyusunan tindakan ini disebut pula produktivitas. Kegiatan konseling kelompok terjadi yang ditandai dengan: membuka diri lebih besar, menghilangkan defensifnya, terjadinya konfrontasi antar anggota kelompok, modeling, belajar perilaku baru, terjadi transferensi. Kohesivitas mulai terbentuk, mulai belajar bertanggung jawab, tidak lagi mengalami kebingungan. Anggota merasa berada dalam kelompok, mendengar yang lain dan terpuaskan dengan kegiatan ini.

e. Tahap IV: Tahap Akhir (Konsolidasi dan Terminasi)

Setiap anggota kelompok memberi umpan balik terhadap yang dilakukan oleh anggota lain. Umpan balik ini sangat berguna untuk perbaikan (jika diperlukan) dan dilanjutkan atau diterapkan dalam

kehidupan klien jika dipandang telah memadai.Karena itu implementasi ini berarti melakukan pelatihan dan perubahan dalam skala yang terbatas.Jika ada klien yang memiliki masalah dan belum terselesaikan pada fase sebelumnya, pada fase ini harus diselesaikan. Jika semua peserta merasa puas dengan proses konseling kelompok, maka konseling kelompok dapat diakhiri.

f. Setelah Konseling: Tindak Lanjut dan Evaluasi

Setelah dilaksanakan beberapa waktu, konseling kelompok perlu dievaluasi. Tindak lanjut dilakukan jika ternyata ada kendala-kendala dalam pelaksanaan di lapangan. Mungkin diperlukan upaya perbaikan terhadap rencana-rencana semula, atau perbaikan terhadap cara pelaksanaannya (Latipun, 2010:125).

2.3 Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 1993: 62). Berdasarkan landasan teori tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H1: Ada perbedaan keterbukaan diri *(self-disclosure)* sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok pada remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Kota Semarang.

H2: Ada perbedaan keterbukaan diri *(self-disclosure)* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Kota Semarang.