

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang selalu berhubungan atau berinteraksi yang saling membutuhkan antara satu dengan yang lain. Manusia sebagai makhluk sosial hanya dapat berkembang dan bertahan hidupnya dengan cara bekerja sama. Dengan begitu manusia harus mampu berkomunikasi agar dapat bergaul dengan orang baru agar diterima baik dilingkungan tempat mereka berada. Salah satu tempat untuk melakukan interaksi yaitu di masyarakat maupun di sekolah.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang menjadi tempat bagi anak-anak untuk mendapatkan ilmu pengetahuan, mendidik dengan memberikan kecakapan-kecakapan yang dibutuhkan siswa, memberikan pengajaran, memberikan latihan-latihan praktis yang berwujud keterampilan diri dalam hal berkomunikasi, keberanian mengungkapkan pendapat dan sebagainya.

Pada saat pembelajaran berlangsung, komunikasi sangat berpengaruh untuk kelancaran dalam proses belajar mengajar dalam kelas. Komunikasi yang dimaksud yaitu guru meminta siswa untuk menjawab pertanyaan yang sedang dibahas, apabila siswa senang dengan pertanyaan itu maka siswa akan menjawab dengan lancar.

Sedangkan siswa yang tidak suka atau takut jika guru meminta untuk menjawab pertanyaan maka siswa merasa akan cemas dan komunikasi tidak berjalan dengan lancar. Kecemasan berkomunikasi (Mintawati, 2022:36) adalah sebagai suatu reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami individu ketika berkomunikasi antarpribadi, komunikasi didepan umum maupun komunikasi masa. Sedangkan menurut Adler dan Rodman (dalam Rully,dkk 2019:344) mengemukakan penyebab munculnya kecemasan pada saat berkomunikasi, diantaranya pengalaman berkomunikasi yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan dari data di lapangan melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada hari senin 28 November 2022 dengan Wakil Kepala Sekolah bidang kesiswaan, beliau mengemukakan bahwa ada beberapa siswa yang termasuk kedalam masalah cemas untuk berkomunikasi. Kemudian gejala yang dapat dilihat secara langsung yaitu siswa gugup dalam berpendapat, tidak percaya diri, dan malu. Lalu beliau mengemukakan bahwa cara mengatasi masalah tersebut dengan duduk secara berkelompok dimana dalam kelompok tersebut terdapat tutor yang mengarahkan dalam pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya data wawancara dari siswa KA yang dilakukan oleh peneliti pada hari senin 28 November 2022. KA mengemukakan bahwa mengalami masalah kecemasan berkomunikasi sejak berada di bangku sekolah menengah pertama. Gejala kecemasan berkomunikasi yang dirasakan KA yaitu tubuh gemeteran, telapak tangan dingin, berkeringat, dan pandangan satu arah. Faktor kecemasan berkomunikasi KA yaitu karena takut salah dan tidak percaya diri.

Peneliti kembali melakukan wawancara yang dilakukan pada hari Selasa 29 November 2022 dengan guru BK, beliau mengemukakan bahwa setiap kelas pasti ada yang mengalami kecemasan berkomunikasi terutama dalam melaksanakan presentasi di depan kelas. Gejala yang timbul yaitu siswa gugup, malu, dan tidak percaya diri untuk berbicara secara langsung. Kemudian faktor penyebab terjadinya kecemasan berkomunikasi yaitu karena takut ditertawakan oleh siswa yang lain, punya pengalaman yang buruk dalam mengemukakan pendapat, kurang mempunyai rasa percaya diri. Adapun cara mengatasi yang dilakukan beliau yaitu dengan cara melakukan layanan bimbingan kelompok dimana dalam kegiatan tersebut mencari jalan keluar secara bersama.

Berdasarkan fenomena di lapangan ada siswa-siswi yang tidak mampu menerapkan cara berkomunikasi yang baik dan benar atau sering disebut dengan cemas dalam berkomunikasi, sehingga keadaan tersebut menyebabkan siswa-siswi terhambat dalam mengikuti proses kegiatan di sekolah.

Untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa di sekolah dapat dilakukan dengan layanan bimbingan dan konseling. Adapun salah satu layanan yang digunakan yaitu layanan bimbingan kelompok. Lesmana (2022:53) bimbingan kelompok adalah suatu proses yang diberikan oleh seorang guru atau pembimbing kepada sekelompok siswa agar mereka dapat mengenal diri, menyesuaikan diri, dan mampu mengatasi masalah atau kesulitannya sehingga dapat mengembangkan diri secara maksimal. Dalam bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan

optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri.

Pada layanan bimbingan kelompok memiliki berbagai macam pendekatan dan teknik yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah sesuai kebutuhan. Salah satunya yaitu teknik asertive. Teknik asertive adalah latihan untuk individu yang mengalami kesulitan menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar untuk diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal (Corey dalam Rury, 2016:40). Teknik asertive ini berguna untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, dan respons positif lainnya (dalam Ulfiah, 2020:73).

Sesuai pengalaman peneliti saat menerapkan teknik asertive dengan layanan bimbingan kelompok saat pra penelitian di SMAN 10 Kota Jambi sebelumnya, peneliti mengalami kesulitan pada kegiatan inti yaitu dalam melatih konseli tentang cara melakukan keterampilan teknik asertif yang dibutuhkan, melatih anggota kelompok dengan mencobakan peran belum sesuai, tidak membantu konseli dalam membedakan perilaku yang asertif, tidak mengulang teknik tersebut secara berulang hanya sekali saja sehingga tidak mendapat perubahan perilaku yang diharapkan, serta dalam menjelaskan topik yang dibahas peneliti masih terbelit-belit atau kurang lantang dalam pelafalan kalimat.

Jadi peneliti berharap melakukan penelitian ini nantinya dapat memperbaiki dan meningkatkan pemberian layanan agar dapat lebih optimal

dan efektif lagi. Sehingga siswa atau anggota kelompok juga dapat terentaskan segala permasalahannya, terutama dalam hal mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melihat dan menggali lebih dalam serta dapat memahami bagaimana **“Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Asertive Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Siswa SMAN 10 Kota Jambi”**.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka batasan masalah pada penelitian ini yaitu dibatasi pada:

1. Penelitian ini dibatasi dengan kecemasan berkomunikasi. Dan siswa yang mengalami masalah tersebut yaitu dengan insial SM, DF, AG, AD, TT, PT, NS, dan NA.
2. Teknik yang digunakan pada layanan bimbingan kelompok ini adalah teknik asertive untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa.
3. Penelitian ini dilakukan di sekolah SMA Negeri 10 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, rumusan masalah yang akan diungkapkan dalam penelitian ini adalah” Apakah Penerapan Layanan Bimbingan kelompok dengan Teknik Asertive Dapat Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Siswa”.

D. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik asertive untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang di dapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian adalah sebagai berikut:

Penelitian ini bisa digunakan sebagai pengembangan pustaka ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling. Oleh karena itu hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian- kajian dan teori-teori yang berkaitan dengan persoalan yang diteliti.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis dari penelitian adalah sebagai berikut:

a. Guru BK

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam memberikan bantuan kepada siswa kedepannya sehingga siswa dapat mengurangi kecemasan berkomunikasi.

b. Siswa

Melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok siswa mampu mengurangi kecemasan dalam berkomunikasi.

c. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan peneliti tentang sejauh mana penggunaan teknik asertive dapat mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa, serta menambah pengalaman dalam bidang penelitian ilmiah untuk mempersiapkan diri terjun ke dunia pendidikan.

F. Pengertian Istilah

Pengertian istilah dari penelitian “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Asertive Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Siswa SMAN 10 Kota Jambi” adalah sebagai berikut ini:

1. Kecemasan berkomunikasi adalah sebagai suatu reaksi negatif dari individu berupa kecemasan yang dialami individu ketika berkomunikasi antarpribadi, komunikasi di depan umum maupun komunikasi masa.
2. Bimbingan kelompok adalah suatu proses yang diberikan oleh seorang guru atau pembimbing kepada sekelompok siswa agar mereka dapat mengenal diri, menyesuaikan diri, dan mampu mengatasi masalah atau kesulitannya sehingga dapat mengembangkan diri secara maksimal.
3. Teknik asertive adalah latihan untuk individu yang mengalami kesulitan menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar untuk diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal.