



Hubungan Komunikasi Terapeutik Guru Bimbingan Konseling dengan *Self-Disclosure* Siswa

Ajib Alfazunta^{1*}, Wiryo Setiana² & Dede Lukman³

¹²³UIN Sunan Gunung Djati, Bandung

*ajibalfa248@gmail.com

ABSTRACT

The healing technique known as Therapeutic Communication is usually carried out by counseling guidance (BK) teachers. A person's ability to disclose information about oneself to others (Self-Disclosure) is a person's tendency to get a sense of comfort. The purpose of this research is to find out about the relationship between the therapeutic communication of guidance counseling teachers (BK) and self-disclosure in students. The method used in this study is the method of correlational quantitative research (correlation research). The results of this study indicate that therapeutic communication with self-disclosure has a relationship as evidenced by a significance value of $0.036 < 0.05$ and the value of the correlation number (Pearson correlation) obtained is 0.254 or 26%. Evidenced by the BK teacher showing concern and showing acceptance to students to trigger student self-disclosure.

Keywords: Therapeutic Communication; Counseling Teachers; Self-Disclosure; Students.

PENDAHULUAN

Komunikasi menjadi sesuatu yang sangat penting bagi kehidupan manusia untuk mempertahankan hidup dan membangun konsep diri, karena mempunyai fungsi untuk mempertahankan hidup, memupuk hubungan dan memperoleh kebahagiaan. Menurut *Stewart L. Tubbs* dan *Sylvia Moss* (1996: 23-28) komunikasi yang efektif adalah paling tidak menimbulkan lima hal: pengertian, kesenangan, pengaruh pada sikap, hubungan yang makin baik, dan tindakan.

Suatu jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang biasanya kita sembunyikan disebut *self-disclosure* (DeVito, 1997: 61). Melalui *self-disclosure* komunikasi akan menjadi efektif dalam menciptakan hubungan yang lebih bermakna. Dalam komunikasi, *self-disclosure* ini sangat penting untuk membina hubungan interpersonal.

Semakin orang melakukan pengungkapan diri, maka akan lebih banyak mendapat teman dan pergaulan, serta beban pikirannya terasa lebih ringan daripada orang yang menutup diri.

Sebagai salah satu aspek penting dalam hubungan sosial, *self-disclosure* juga perlu bagi remaja, karena masa remaja merupakan periode individu belajar menggunakan kemampuannya untuk memberi dan menerima dalam berhubungan dengan orang lain. Sesuai dengan perkembangannya, remaja dituntut untuk belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas dan majemuk. Ketrampilan *self-disclosure* yang dimiliki oleh remaja, akan membantu siswa dalam mencapai kesuksesan akademik dan penyesuaian diri. Apabila remaja tersebut tidak memiliki kemampuan *self-disclosure*, maka dia akan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. menurut Johnson (dalam Supratikna, 1995: 14) 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 dimasa ini.

Berdasarkan perkembangan kehidupan individu, masalah penyesuaian sosial pada umumnya lebih banyak dirasakan pada siswa SMP yang berada ditahap perkembangan masa akhir anak-anak dan mulai menginjak masa remaja. Pada umumnya siswa SMP berusia antara 11-13 tahun. Menurut Hurlock (1990: 59) masa remaja merupakan masa yang sangat sulit dalam melakukan penyesuaian sosial. Kesulitan yang dialami oleh individu antara lain kurang dapat membuka diri dengan orang lain.

Guru bimbingan konseling (BK) dapat membantu siswa yang memiliki masalah penyesuaian sosial dalam tugas perkembangannya dengan menggunakan komunikasi terapeutik. Siswa yang sudah melakukan *self-disclosure* biasanya akan disertai penyampaian masalah-masalah yang ada dalam hidupnya, selanjutnya tugas guru BK yaitu untuk memberikan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik digunakan guru BK untuk menanamkan kepercayaan diri siswa dan menciptakan hubungan yang dekat antar keduanya agar bisa saling terbuka diri dalam penanganan masalah, kemudian tujuan yang hendak dicapai bisa terlaksana dengan maksimal (Hidayat, 2019: 141).

Self-disclosure akan sangat membantu terutama bagi murid yang bermasalah di dalam sekolah. Permasalahan atau pelanggaran yang umum ditemui di dalam sekolah tidak lain seperti keterlambatan, bolos sekolah, merokok, pencurian, perkelahian, dan masih banyak lainnya. Pelanggaran-pelanggaran tersebut terjadi tentu disebabkan ada sebuah permasalahan

yang menjadi latar belakang. Melalui adanya *self-disclosure* pada diri siswa, sebenarnya siswa sendiri akan tertolong untuk meringankan beban atau tekanan yang mereka hadapi di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah serta mendapatkan solusi dari permasalahan mereka dan arahan yang tepat dari guru BK dengan komunikasi terapeutik yang dilakukan.

Penelitian sebelumnya yaitu yang disusun oleh Fahrul Hidayat, Arisatul Maulana, dan Doni Darmawan (2019). Penelitian ini merupakan salah satu hal yang mendukung keberhasilan proses layanan bimbingan dan konseling dengan adanya suasana komunikasi yang terapeutik, maksudnya yakni suasana yang terfokus pada kesembuhan klien. Terapeutik pada dasarnya dikenal dalam dunia keperawatan, namun saat ini terapeutik juga mulai dikenal dalam layanan bimbingan dan koseling. Jurnal penelitian ini memiliki kesamaan dalam pembahasan komunikasi terapeutik dalam proses keberhasilannya dalam konseling. Namun, perbedaan dari jurnal penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu terdapat pada subjek, objek, serta metode penelitiannya.

Selanjutnya, yaitu disusun oleh Eka Sari Setianingsih (2015). Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh profil tingkat keterbukaan diri siswa SMA. Pengungkapan diri atau keterbukaan diri (*self-disclosure*) adalah jenis komunikasi dimana individu mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan. Pengungkapan diri mengacu pada pengungkapan informasi secara sadar, pengungkapan informasi tentang diri sendiri, tentang perasaan, pikiran dan perilaku seseorang yang sebelumnya tidak diketahui orang lain. Kesamaan dari jurnal penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu pembahasan terkait *self-disclosure* pada siswa. Tetapi, perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu terdapat pada subjek, objek, dan metode penelitiannya.

Selanjutnya, penelitian yang disusun oleh Nazirman (2015). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dakwah bukan hanya upaya mengajak kepada kebaikan tetapi juga menciptakan kondisi yang mendorong manusia berusaha memelihara stabilitas mental dan spiritual melalui penerapan dan realisasi ajaran Islam dalam kehidupannya. Masalah permasalahan dalam tema ini adalah bagaimana format, teknik dan prosedur kerja dakwah terapeutik yang perlu dipahami oleh seorang da'i.

Berdasarkan tujuan penelitian dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara komunikasi terapeutik guru bimbingan konseling dengan *self-disclosure* pada siswa kelas VII di SMP Plus Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinagor Sumedang tahun ajaran 2022/2023.

Dengan cara mengukur variabel X menggunakan parameter komunikasi terapeutik dan variabel Y menggunakan parameter *self-disclosure*. Jika kedua variabel tersebut telah diukur, maka selanjutnya dihubungkan.

Lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu di Sekolah Menengah Pertama yang terletak di Pondok Modern Al-Aqsha Cibeusi Jatinangor Sumedang dengan kepala sekolah Oih Baihaqi, S. Pd., M. Pd.. lokasi ini dipilih berdasarkan beberapa pertimbangan yaitu tersedianya data dan sumber data yang akan dijadikan objek penelitian. Adanya aktivitas komunikasi terapeutik dalam keterbukaan diri siswa.

Jenis metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif korelasional (*correlational research*). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi antara komunikasi terapeutik dan *self-disclosure*. Ini sejalan dengan pandangan Sukmadinata (2011: 56) bahwa penelitian korelasi ditujukan untuk mengetahui hubungan suatu variable dengan variable-variabel lain.

Adapun subjek yaitu siswa kelas VII dan SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi populasi sebanyak 330 orang, kemudian jumlah sampelnya diambil minimal 10% dari jumlah populasi yaitu 33 siswa. Menurut Arikunto (2017: 173) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Apabila subjeknya kurang dari 100, maka seluruh populasi menjadi sampel penelitian, tetapi jika subjeknya lebih dari 100 maka dapat diambil 10-15% atau 15-25%.

LANDASAN TEORITIS

Akhir-akhir ini dunia psikologi khususnya psikoterapi menggunakan teknik penyembuhan yang dikenal sebagai Komunikasi Terapeutik (*Therapeutic Communication*). Komunikasi terapeutik pertama kali diungkapkan oleh Stuart G.W. dan Sundeen. Stuart G.W. (dalam Khaeriyah, et. al., 2013: 2) menekankan bahwa hakikat dari komunikasi itu sendiri merupakan suatu hubungan yang dapat menimbulkan perubahan sikap dan tingkah laku serta kebersamaan dalam menciptakan saling pengertian dari orang-orang yang terlibat dalam komunikasi. Sedangkan istilah “terapeutik” menurut Subandi (2002: 1-5) berasal dari bahasa Inggris yaitu *Therapy* yang artinya mengobati, menyembuhkan atau merawat. Komunikasi terapeutik pada prinsipnya merupakan komunikasi profesional yang mengarah pada tujuan. Lebih dari itu, program terapi yang dilaksanakan tidak tertumpu obat-obatan sebagaimana digunakan dalam program rehabilitasi secara medis, tetapi lebih mengedepankan proses komunikasi yang bersifat terapeutik, yaitu:

Komunikasi yang direncanakan secara sadar, bertujuan dan kegiatannya dipusatkan untuk kesembuhan pasien.

Stuart and Sunden (1998: 44), menjelaskan hubungan antara perawat (konselor) dan pasien (konseli) yang terapeutik bisa terwujud dengan adanya interaksi yang terapeutik antar keduanya, interaksi tersebut harus sesuai tahapan-tahapan baku. Tahapan yang baku terdiri dari: tahap prorientasi, tahap perkenalan, tahap orientasi, tahap kerja dan tahap terminasi. Dengan melalui tahapan tersebut, maka konselor diharapkan bisa mengarahkan kembali individu yang terkait menggunakan komunikasi atau hubungan terapeutik yang benar-benar terfokus pada penyembuhan konseli.

Konselor yang memiliki ketrampilan berkomunikasi secara terapeutik mudah menjalin kedekatan saling percaya dengan konseli. Juga dapat menumbuhkan sikap empati dan *caring*, mencegah terjadinya masalah yang rumit, memberikan kepuasan profesional dalam layanan konseling, bahkan dapat meningkatkan citra profesi konselor serta citra instansi terkait. Oleh karena itu, penting bagi konselor agar menerapkan komunikasi terapeutik dalam sesi konseling agar dapat memberikan layanan konseling secara profesional.

Pada zaman Rasulullah SAW. istilah komunikasi terapeutik masih belum ada, namun secara parktiknya kegiatan komunikasi terapeutik berulangkali dilakukan serta dicontohkan oleh Nabi Muhammad *Shallahu 'Alaihi Wasallam*. Mengingat Nabi Muhammad SAW. selain diutus sebagai rasul juga sekaligus menjadi *uswah hasanah* (suri tauladan yang baik) bagi ummatnya. Nabi Muhammad SAW. telah memberikan bimbingan berupa doa-doa khusus dalam mengokohkan keimanan seseorang supaya dijaga dari aktivitas-aktivitas *syubhat* dan *syahwat*.

Bimbingan berupa doa-doa itulah yang kemudian dikategorikan sebagai kegiatan komunikasi terapeutik. Selain itu, upaya yang dilakukan Rasulullah dalam rangka memperbaiki kondisi emosional mereka yang terkena penyakit gangguan jiwa. Ada empat yang dilakukan beliau ketika berinteraksi dengan *mad'u* antara lain : membaca/memperdengarkan Al-Qur'an, sholat, dzikir, dan do'a (Sauma, 2023: 1).

Secara praktis, kebutuhan akan komunikasi dimiliki oleh semua kalangan. Sebagai suatu kegiatan, komunikasi dilakukan oleh siapapun dengan cara apapun dan digunakan untuk mencapai tujuan apapun. Semua profesi dalam aktivitas kehidupan manusia membutuhkan kemampuan komunikasi sebagai upaya menyampaikan gagasan, pengalaman, dan

perasaan. Secara akademis, ilmu komunikasi berkembang untuk memenuhi kebutuhan setiap profesi. Ilmu komunikasi tidak hanya ditujukan pada bidang ilmu sosial itu sendiri tetapi juga melebar ke ilmu terapan seperti komunikasi pembangunan, komunikasi pedesaan, komunikasi kesehatan, komunikasi sibernetika, dan komunikasi terapeutik. Salah satu profesi yang membutuhkan kemampuan komunikasi sebagai aspek penunjang sentral dalam kegiatannya adalah profesi tenaga medis (Sumijati, et al., 2020: 276).

Langkah-langkah dalam komunikasi terapeutik diantanya adalah; Mendengarkan dengan penuh perhatian, mendengar ada dua macam, mendengar pasif dan aktif, menunjukkan penerimaan, menanyakan pertanyaan yang berkaitan, pertanyaan terbuka. Mengulang ucapan klien dengan menggunakan kata-kata sendiri bahwa anda memahaminya. Mengklarifikasi untuk menyamakan pengertian. Memfokuskan untuk membatasi bahan pembicaraan sehingga percakapan menjadi lebih spesifik dan dimengerti, menyatakan hasil observasi, sehingga klien dapat mengetahui apakah pesannya diterima dengan benar atau tidak, menawarkan informasi, diam (memelihara ketenangan), meringkas yaitu pengulangan ide utama telah dikomunikasikan secara singkat, memberikan penghargaan, menawarkan diri, memberikan kesempatan kepada klien untuk memulai pembicaraan, menganjurkan untuk meneruskan pembicaraan, menempatkan kejadian secara berurutan (Muliawan, 2017: 211).

Aktivitas-aktivitas *self-disclosure* juga pernah terjadi pada zaman Nabi Muhammad salah satunya berkomunikasi dalam diri seseorang atau dapat disebut dakwah *nafsiyah*. Menurut Wiyono & Muhid (2020: 147) dakwah *nafsiyah* dikenal pada zaman Rasulullah yang memiliki arti pengungkapan diri, hal ini menjadi dasar dari suatu dakwah islamiyah yang menempati posisi awal dari dakwah. Dalam menempa masyarakat supaya mengetahui nilai-nilai Islam sebagai landasan (*amar ma'ruf nahi munkar*), maka dakwah memiliki dimensi personal dan sosial.

Personal individu yang mengetahui dan berbekal kuat dengan akidah dan syariat Islam merupakan landasan dari dakwah *nafsiyah*. Dakwah pertama yang dilakukan oleh Nabi yakni kepada dirinya sendiri sebelum melakukan dakwah kepada masyarakat secara luas, mulai meyakinkan diri sendiri terhadap kebenaran yang diterimanya dari malaikat Jibril. Setelah dakwah kepada diri sendiri selesai, dilanjutkan dengan dakwah kepada keluarga terdekat, dimulai dari istri, anak, keponakan, paman, dan sahabat.

Tidak semua orang memiliki kemampuan untuk mengungkapkan

permasalahannya atau yang sering disebut dengan pengungkapan diri (Setianingsih, 2015: 47). Keterbukaan diri terbentuk jika adanya interaksi dengan lingkungan, pola asuh orang tua, sampai pengalaman seseorang. Dampak dari seseorang berkepribadian introvert yaitu kurang bisa atau lama dalam mencari solusi yang sedang dihadapi, disebabkan seorang *introvert* kurang mampu dalam bercerita dan meminta saran dari orang lain.

Hal ini berdampak pada keterbukaan diri siswa terhadap guru bimbingan dan konseling menjadi rendah. Sehingga, permasalahan dari siswa belum teratasi secara optimal. Pengambilan keputusan secara negatif oleh siswa perlu diwaspadai. Oleh karena itu, perlu adanya pencegahan sedini mungkin dalam menghindari tindakan-tindakan merugikan siswa hingga orang disekitarnya oleh siswa seperti membolos, merokok, mabuk, sampai bunuh diri, disebabkan dari permasalahan siswa yang tidak segera ditangani.

Ada banyak macam keterampilan guru bimbingan konseling (BK) untuk mendekatkan diri pada siswa salah satunya yaitu mendengarkan, hal ini supaya siswa dapat lebih terbuka (*disclosure*) dan tidak merasa diadili. Biasanya siswa jika didengarkan cerita dari pelbagai kejadian masalah yang ada dalam dirinya, siswa cenderung mengungkapkan lebih banyak informasi seputar dirinya. Ini dikarenakan, siswa mendapat wadah dalam meluapkan segala persepsi dan emosi dari kejadian-kejadian dimasa lampauanya kepada guru bimbingan konseling (BK). Ini dapat menjadi metode guru bimbingan konseling (BK) agar siswa mau terbuka dalam menceritakan dirinya atau *self-disclosure*.

Self-disclosure atau keterbukaan diri pertama kali diungkapkan oleh Jora Derlega & Berg dalam bukunya yang berjudul *Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy* tahun 1987. *Self-disclosure* ini dapat didefinisikan suatu kemampuan seseorang dalam mengungkapkan informasi-informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. *Self-disclosure* ini memiliki kesukarelaan dan kesengajaan untuk memberi informasi yang akurat dan mendalam tentang dirinya. Gainau (2009: 4) menyebutkan bahwa informasi yang akan disampaikan terdiri atas 5 aspek, yaitu perilaku, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide yang sesuai dengan diri orang yang bersangkutan.

Siswa yang memiliki *self-disclosure* tinggi cenderung dapat mengemukakan pandangan, ide-ide, atau gagasan dengan jelas tanpa menyakiti perasaan orang lain. Hal ini senada dengan apa yang diungkapkan Gainau (2009: 15) *Self-disclosure* sangat penting dalam hubungan sosial dengan orang lain. Sehingga, individu dapat mengungkapkan diri secara

tepat, mampu menyesuaikan diri, lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya apabila siswa kurang memiliki ketrampilan *self-disclosure*, dapat mengakibatkan kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan teman sebayanya yang akan berdampak pada kegiatan akademik. Disamping itu, kemampuan *self-disclosure* ini juga dapat digunakan siswa dalam berkomunikasi dengan keluarganya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empirik mengenai hubungan antara komunikasi terapeutik Guru Bimbingan Konseling (BK) dengan *self-disclosure* pada siswa di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi. Pada bab ini membahas tentang hasil yang diperoleh dari penelitian. Pengolahan data menggunakan *software SPSS (Statistical Package for Social Science)* versi 25.0.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode korelasional. Sampel yang digunakan adalah responden yang termasuk kriteria dan dipercaya untuk mengisi angket penelitian ini yaitu siswa kelas VII SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi tahun ajaran 2022/2023 dengan jumlah 69 orang. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket tertutup yaitu komunikasi terapeutik dan *self-disclosure*.

Pengolahan data dimulai dari analisis aitem tiap variabel, kemudian validitas alat ukur dan reliabilitas alat ukur tiap-tiap variabel. Melakukan distribusi silang untuk mengetahui jumlah subjek yang memiliki korelasi kategori kedua variabel. Dan yang terakhir adalah menghitung analisis derajat korelasi kedua variabel antara komunikasi terapeutik Guru Bimbingan Konseling (BK) dan *self-disclosure* yang terjadi pada siswa di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi.

Analisis Data Komunikasi Terapuetik Guru Bimbingan Konseling
Kuesioner komunikasi terapeutik mengadaptasi dari buku Komunikasi Terapeutik dalam Keperawatan Buku Ajar Keperawatan Dasar 2 oleh Sarfika, R., dkk. tahun 2018 dan penelitian yang dikembangkan oleh Astutik, A. tahun 2018 menggunakan parameter komunikasi terapeutik. Adapun parameter/dimensi komunikasi terapeutik ini yaitu menunjukkan perhatian dan menunjukkan penerimaan. Di bawah ini adalah hasil perhitungan kuesioner dari komunikasi terapeutik yang dibagikan pada siswa SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi.

Peneliti membagi dua kategori untuk variabel komunikasi terapeutik

guru BK pada siswa yaitu komunikasi terapeutik tinggi, komunikasi terapeutik sedang, dan komunikasi terapeutik rendah. Subjek penelitian dikategorikan mendapat komunikasi terapeutik yang tinggi yaitu apabila skor yang diperoleh lebih besar atau sama dengan nilai tengah (median) dan subjek penelitian yang dikategorikan mendapat komunikasi terapeutik rendah yaitu apabila skor yang diperoleh lebih kecil dari nilai tengah (median).

Jumlah subjek sebanyak 69 siswa, sebesar 14,50% berjumlah 10 siswa mendapatkan komunikasi terapeutik Guru BK rendah, sebesar 66,60% berjumlah 46 siswa mendapatkan komunikasi terapeutik Guru BK sedang, dan 19% berjumlah 13 siswa yang komunikasi terapeutik Guru BK tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa komunikasi terapeutik Guru BK yang terjadi pada kehidupan siswa hampir seimbang dari yang rendah dan yang tinggi, namun terdapat perbedaan jauh antara siswa yang mendapatkan komunikasi terapeutik Guru BK dengan frekuensi sedang.

Komunikasi yaitu proses pengiriman dan penerimaan informasi, proses ini terdiri atas lima dimensi, yaitu komunikator, pesan, media, penerima dan umpan balik. Sedangkan istilah “terapeutik” berasal dari bahasa Inggris yaitu dari kata *therapy* yang berarti mengobati, menyembuhkan, atau merawat (Subandi 2002: 5). Dengan demikian dapat dipahami bahwa suatu perawatan dan pengobatan terhadap seseorang yang mengalami gangguan psikisnya dengan bertujuan untuk memulihkan kondisi psikis melalui metode psikologis disebut terapeutik, sehingga individu mampu mengembangkan dan menyesuaikan diri dalam masalah psikisnya (Nazirman, 2015: 85).

Komunikasi terapeutik berguna untuk menjalin hubungan interpersonal tenaga kesehatan dengan pasien, psikolog dengan klien, konselor dengan konseli. Agar memperoleh pengalaman belajar bersama untuk memperbaiki pengalaman emosional pasien, klien, dan konseli. Komunikasi terapeutik ini telah direncanakan secara sadar dan rapi dengan tujuan memperbaiki pengalaman emosional masa lampau, untuk menghadapi masalah dan kesembuhan pada pasien, klien, bahkan konseli.

Faktor penting bagi konselor dalam melakukan sesi konseling dengan konseli adalah komunikasi. Semakin berkualitas komunikasi yang dilakukan konselor, maka semakin baik pula sesi konseling yang diberikan kepada konseli. Hal ini, karena komunikasi yang baik dapat membina hubungan saling percaya antara konselor dan konseli.

Konselor yang memiliki ketrampilan berkomunikasi secara terapeutik

mudah menjalin kedekatan saling percaya dengan konseli. Juga dapat menumbuhkan sikap empati dan *caring*, mencegah terjadinya masalah yang rumit, memberikan kepuasan profesional dalam layanan konseling, bahkan dapat meningkatkan citra profesi konselor serta citra instansi terkait. Oleh karena itu, penting bagi konselor agar menerapkan komunikasi terapeutik dalam sesi konseling agar dapat memberikan layanan konseling secara profesional.

Pada zaman Rasulullah SAW. istilah komunikasi terapeutik masih belum ada, namun secara parkitiknya kegiatan komunikasi terapeutik berulangkali dilakukan serta dicontohkan oleh Nabi Muhammad *Shallahu 'Alaihi Wasallam*. Mengingat Nabi Muhammad SAW. selain diutus sebagai rasul juga sekaligus menjadi *uswah hasanah* (suri tauladan yang baik) bagi ummatnya. Nabi Muhammad SAW. telah memberikan bimbingan berupa doa-doa khusus dalam mengokohkan keimanan seseorang supaya dijaga dari aktivitas-aktivitas *syubhat* dan *syahwat*.

Bimbingan berupa doa-doa itulah yang kemudian dikategorikan sebagai kegiatan komunikasi terapeutik. Selain itu, upaya yang dilakukan Rasulullah dalam rangka memperbaiki kondisi emosional mereka yang terkena penyakit gangguan jiwa. Ada empat yang dilakukan beliau ketika berinteraksi dengan *mad'u* antara lain : membaca/memperdengarkan Al-Qur'an, sholat, dzikir, dan do'a (Sauma, 2023: 1).

Teknik komunikasi terapeutik yang harus dimiliki oleh konselor yaitu menerima pendapat dan pikiran konseli; mengenali dan memuji konseli, memberi penilaian positif untuk meningkatkan kepercayaan konseli; memberi bantuan kongkrit mengenai memanagement masalah; memberi informasi yang relevan menggunakan bahasa sederhana; memberikan saran jika diminta konseli.

Teknik komunikasi terapeutik selanjutnya yang harus dimiliki konselor yaitu tidak menghakimi. Konselor dapat dikatakan kompeten jika telah berpengalaman dan melakukan proses konseling secara berulang-ulang. Dalam komunikasi terapeutik terdapat kendala apabila konselor terburu-buru memberikan penilain berupa tanggapan kalimat-kalimat yang menilai, padahal *judging word* atau kata-kata penilaian sebisa mungkin dihindari menurut beberapa konselor. Hal ini disebabkan konseli mencoba untuk mencari jalan keluar dari permasalahan dalam hidupnya dan ini tidak ada salahnya.

Teknik komunikasi lain adalah teknik bertanya (Dewi, 2015: 207). Konselor harus mengetahui waktu dan cara-cara dalam memberikan

pertanyaan dan pernyataan pada konseli yaitu dengan memperhatikan kondisi konseli, contohnya sewaktu konseli terlihat ingin berbicara namun ragu, atau ketika konseli mulai melantur dari inti permasalahan. Tugas konselor disini mencari tahu inti permasalahan melalui pancingan dari konseli agar mau terbuka.

Keingintahuan konselor menjadi dorongan untuk membuat pertanyaan-pertanyaan yang sifatnya terbuka dan mudah dimengerti yang membuat konseli menjawabnya dengan senang hati berupa cerita masalahnya. Oleh sebab itu, sebisa mungkin konselor memancing konseli dengan pertanyaan yang mudah disertai nada bicara yang penuh bersahabat. Tujuan konselor bertanya yaitu untuk membantu konseli agar mau mengungkapkan perasaannya, membuka percakapan yang memungkinkan konselor mendapatkan informasi baru, membantu konseli dalam memulai berbicara, memancing konseli agar mengungkapkan dirinya, memberi contoh spesifik dari permasalahan yang diderita konseli.

Memuji menjadi bagian dari teknik komunikasi terapeutik. Memuji itu perbuatan sepele, namun memberi makna yang besar. Memuji dapat digolongkan bagian dari sebuah seni, tapi tidak pernah diajarkan. Umumnya keterampilan memuji dapat dipelajari secara alamiah, namun dalam dunia konseling, teknik memuji harus dilatih secara kontinu, karena dapat memberikan dukungan serta motivasi kepada konseli.

Teknik komunikasi terapeutik selanjutnya adalah empati. Henry Backrack (1976, dalam DeVito, 1997: 260) mendefinisikan empati sebagai kemampuan dalam mengetahui sesuatu yang sedang dialami orang lain pada suatu saat tertentu, dari sudut pandang orang lain itu, melalui kacamata orang lain itu. Empati inilah yang menjadi kunci dalam menggali permasalahan yang dialami konseli.

Faktor yang melatarbelakangi tugas perkemangan siswa SMP dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan lingkungannya di Pondok Pesantren Modern salah satunya adanya komunikasi terapeutik yang dilakukan guru bimbingan konseling (BK) kepada siswa. Komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling (BK) kepada siswa sudah bersifat aktif terjalin kelanjutan yang mendalam. Dalam komunikasi terapeutik siswa dapat menerima pesan secara langsung dan guru bimbingan konseling (BK) dapat menanggapi dengan menyampaikan umpan balik. Dengan adanya komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling (BK) kepada siswa terjadi interaksi yang satu memengaruhi yang lain.

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa transisi ini remaja mengalami kesulitan dalam beradaptasi yang biasanya terdapat pada siswa SMP yang usianya antara 11-15 tahun. Remaja sering merasa tertekan dan tidak mendapat tempat untuk mengekspresikan ungkapan hatinya. Hal ini akan dapat memengaruhi komunikasi remaja terutama komunikasi dengan orang tua atau orang dewasa lainnya (Sarfika, 2018: 79).

Terkait dengan permasalahan di atas, dalam berkomunikasi dengan remaja, perawat atau konselor harus mampu bersikap sebagai sahabat buat remaja. Tidak meremehkan atau memperlakukan mereka sebagai anak kecil dan tidak membiarkan mereka berperilaku sebagai orang dewasa. Pola asuh remaja perlu cara khusus, walaupun usia mereka masih belia, ia tak bisa diperlakukan sebagai anak kecil lagi, karena mereka sudah mulai menunjukkan jati diri. Biasanya remaja lebih senang berkumpul dan berbaur bersama teman sebaya daripada dengan orang tuanya.

Analisis Data *Self-Disclosure* Siswa

DeVito, (1989: 65) mengartikan “*self-disclosure* adalah jenis komunikasi untuk mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang biasanya sering disembunyikan. Informasi tentang diri sendiri, tentang pikiran, perasaan dan perilaku seseorang atau tentang orang lain yang sangat dekat yang sangat dipikirkannya. Dibawah ini akan dijelaskan hasil perhitungan dari kuesioner *self-disclosure* yang telah dibagikan pada siswa kelas VII di SMP Plus Al-aqsha Cibeusi.

Jumlah subjek penelitian yaitu sebanyak 69 siswa. Nilai tengah (median) sebesar 42, rentang antara skor (range) terkecil dengan skor terendah yaitu 19, skor minimum yang didapat dari seluruh subjek yang didapat dari seluruh subjek penelitian yaitu 31, dan skor maksimum yang didapatkan yaitu 50. Peneliti membagi dua kategori untuk variabel *self-disclosure* pada siswa yaitu *self-disclosure* yang tinggi *self-disclosure* yang sedang, dan *self-disclosure* rendah. Subjek dikategorikan memiliki *self-disclosure* yang tinggi, sedang, dan rendah berdasarkan pada tabel 3.10 norma kategorisasi.

Dari jumlah subjek sebanyak 69 siswa sebesar 14,50% berjumlah 10 siswa memiliki *self-disclosure* rendah, sebesar 69,60% berjumlah 48 siswa memiliki *self-disclosure* sedang, dan sejumlah 10 siswa sebesar 15,90% memiliki *self-disclosure* tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* yang rendah hampir sebanding dengan siswa yang memiliki *self-disclosure* tinggi, namun siswa yang memiliki *self-disclosure* sedang memiliki perbedaan jauh

dengan yang lain.

Pada suatu interaksi antara individu dengan orang lain untuk mengetahui orang lain menerima atau menolak akan cerita diri individu ini ditentukan oleh cara individu dalam mengungkapkan diri. Komunikasi interpersonal ini berupa sebuah *self-disclosure* atau proses dalam mengungkapkan informasi pribadi seseorang kepada orang lain, ini adalah satu jenis dari komunikasi untuk menceritakan pelbagai informasi mengenai diri (*self*) yang biasanya masih disembunyikan dalam diri individu dan tidak diceritakan kepada orang lain.

Orang sering membuka diri dalam memberikan informasi tentang berbagai hal yang menyangkut seputar dirinya kepada orang lain dengan seseorang yang membina hubungan untuk memperoleh kebahagiaan disebut dengan pengungkapan diri (*self-disclosure*). Menurut DeVito (1997: 61) suatu jenis komunikasi ketika kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang biasanya kita sembunyikan disebut *self-disclosure*. Komunikasi akan menjadi efektif dalam mewujudkan koneksi yang lebih bermakna melalui *self-disclosure*.

Self-disclosure sangat diperlukan di dalam suatu hubungan. Karena, akan membuat orang lain merasa dekat seiring dengan informasi yang dibagikan. Walaupun, *self-disclosure* cenderung lebih sedikit dilakukan di awal pertemuan, akan tetapi dengan semakin sering *self-disclosure* dilakukan membuat hubungan tersebut akan semakin *deep* dan intim.

Seseorang dalam melakukan *self-disclosure* kepada orang lain, dia dapat menunjukkan bahwa dirinya mempercayai, menghormati dan peduli kepada temannya (DeVito, 2013: 48). Hal ini yang mengarahkan temannya untuk melakukan hal yang sama, hal ini agar saling membentuk hubungan yang terbuka satu sama lain.

Self-disclosure ini membuat individu merasa memiliki teman untuk berbicara dalam menggali seputar dirinya berupa emosi dan persepsi yang terkadang tidak terkontrol oleh individu tersebut. Individu dapat memperoleh hubungan yang erat dengan individu lain, karena adanya saling percaya satu sama lain dalam menceritakan dirinya. Hal ini tidak hanya dilakukan oleh para remaja saja, melainkan juga dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa, bahkan sampai orang tua demi mempererat hubungan pertemanan atau *relationship*.

Aktivitas-aktivitas *self-disclosure* juga pernah terjadi pada zaman Nabi Muhammad salah satunya berkomunikasi dalam diri seseorang atau dapat disebut dakwah *nafsiyah*. Menurut Wiyono & Muhid (2020: 147) dakwah

nafsiyah dikenal pada zaman Rasulullah yang memiliki arti pengungkapan diri, hal ini menjadi dasar dari suatu dakwah islamiyah yang menempati posisi awal dari dakwah. Dalam menempa masyarakat supaya mengetahui nilai-nilai Islam sebagai landasan (*amar ma'ruf nahi munkar*), maka dakwah memiliki dimensi personal dan sosial.

Keterampilan komunikasi dalam *self-disclosure* dapat dipengaruhi oleh aktivitas lingkungan ketika seseorang tumbuh. Menurut Alberti dan Emmons (2002: 57). Faktor-faktor penyebab kesulitan dalam berkomunikasi adalah faktor lingkungan diantaranya; pola asuh, budaya, *stereotipe*, sosial ekonomi, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan seseorang. Lingkungan membentuk kebudayaan seseorang dalam berperilaku sosial. Jenis kelamin juga menjadi faktor terjadinya *self-disclosure* pada umumnya seorang pria lebih sedikit terbuka dari pada wanita.

Seseorang dalam mengungkapkan dirinya pasti melalui komunikasi dalam berhubungan dengan orang lain, hal ini terjadi disebabkan manusia selalu mencoba melakukan interaksi dengan lingkungannya. Dalam *self-disclosure* komunikasi menjadi kendaraan untuk seseorang mendapatkan dan memberi informasi yang diperlukan agar memengaruhi orang lain.

Personal individu yang mengetahui dan berbekal kuat dengan akidah dan syariat Islam merupakan landasan dari dakwah *nafsiyah*. Dakwah pertama yang dilakukan oleh Nabi yakni kepada dirinya sendiri sebelum melakukan dakwah kepada masyarakat secara luas, mulai meyakinkan diri sendiri terhadap kebenaran yang diterimanya dari malaikat Jibril. Setelah dakwah kepada diri sendiri selesai, dilanjutkan dengan dakwah kepada keluarga terdekat, dimulai dari istri, anak, keponakan, paman, dan sahabat.

Tidak semua orang memiliki kemampuan untuk mengungkapkan permasalahannya atau yang sering disebut dengan pengungkapan diri (Setianingsih, 2015: 47). Keterbukaan diri terbentuk jika adanya interaksi dengan lingkungan, pola asuh orang tua, sampai pengalaman seseorang. Dampak dari seseorang berkepribadian introvert yaitu kurang bisa atau lama dalam mencari solusi yang sedang dihadapi, disebabkan seorang introvert kurang mampu dalam bercerita dan meminta saran dari orang lain.

Hal ini berdampak pada keterbukaan diri siswa terhadap guru bimbingan dan konseling menjadi rendah. Sehingga, permasalahan dari siswa belum teratasi secara optimal. Pengambilan keputusan secara negatif oleh siswa perlu diwaspadai. Oleh karena itu, perlu adanya pencegahan sedini mungkin dalam menghindari tindakan-tindakan merugikan siswa hingga orang disekitarnya oleh siswa seperti membolos, merokok, mabuk,

sampai bunuh diri, disebabkan dari permasalahan siswa yang tidak segera ditangani.

Guru bimbingan dan konseling (BK) telah memberikan upaya agar para siswa mau terbuka mengenai permasalahan berupa masalah dirinya. Kebanyakan siswa sudah memandang guru bimbingan konseling (BK) sebagai orang tua mereka selama di sekolah. Walaupun, ada juga yang masih menganggap guru bimbingan konseling (BK) adalah polisi sekolah yang hanya bisa memberikan *punishment* kepada siswa berupa memotong rambut bila sudah panjang, memarahi siswa, bahkan menyidang siswa dengan ancaman akan dikeluarkan dari sekolah terkait.

Ada banyak macam keterampilan guru bimbingan konseling (BK) untuk mendekatkan diri pada siswa salah satunya yaitu mendengarkan, hal ini supaya siswa dapat lebih terbuka (*disclosure*) dan tidak merasa diadili. Biasanya siswa jika didengarkan cerita dari pelbagai kejadian masalah yang ada dalam dirinya, siswa cenderung mengungkapkan lebih banyak informasi seputar dirinya. Ini dikarenakan, siswa mendapat wadah dalam meluapkan segala persepsi dan emosi dari kejadian-kejadian dimasa lampauanya kepada guru bimbingan konseling (BK). Ini dapat menjadi metode guru bimbingan konseling (BK) agar siswa mau terbuka dalam menceritakan dirinya atau *self-disclosure*.

Hubungan Antara Komunikasi Terapeutik Guru Bimbingan Konseling dengan *Self-Disclosure* Pada Siswa

Dapat dikatakan bahwa komunikasi terapeutik guru BK memiliki hubungan dengan *self-disclosure* pada siswa dengan angka hubungan sebesar 0,254 atau 26% sisanya dipengaruhi faktor lain. Penjelasan secara pasti motif siswa melakukan *self-disclosure* yaitu cara untuk mengekspresikan emosi. Hal ini dapat dikaitkan dengan pendapat Derlega & Grzelak (1979) dalam (Sears, et al., 1985) kita mengungkapkan segala perasaan kita untuk “*membuang semua itu dari dada kita*”. Pengungkapan diri semacam ini mendapatkan kesempatan dalam mengekspresikan perasaan dari pikiran melalui verbal. Penyebab siswa melakukan pengungkapan diri yaitu hasil dari langkah guru BK dalam melakukan komunikasi terapeutik. Sehingga, siswa dapat mengungkapkan berbagai masalah dirinya, karena mereka merasa didengarkan. Dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 1. Uji Korelasional

		Correlations	
		Komunikasi Terapeutik	<i>Self-Disclosure</i>
Komunikasi Terapeutik	Pearson Correlation	1	.254
	Sig. (2-tailed)		.036
	N	69	69
<i>Self-Disclosure</i>	Pearson Correlation	.254*	1
	Sig. (2-tailed)	.036	
	N	69	69

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Sumber : SPSS Versi 25.0

Dilihat dari hasil tabel diketahui untuk nilai signifikansi untuk hubungan komunikasi terapeutik dengan *self-disclosure* adalah sebesar 0,036, yang artinya nilai signifikansi $0,036 < 0,05$ dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel komunikasi terapuetik dengan *self-disclosure*. Kemudian, pedoman derajat hubungan dapat dilihat nilai *pearson correlation* sebesar 0,254, jika dilihat di tabel derajat hubungan (0,20 s/d 0,40 adalah korelasi lemah) menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara komunikasi terapeutik dengan *self-disclosure* termasuk kategori korelasi lemah atau hubungan yang lemah. Selanjutnya, untuk melihat arah hubungan dari kedua variabel dapat dilihat pada nilai *correaltion pearson* yaitu positif 0,254, artinya dapat disimpulkan bahwa komunikasi terapeutik guru BK menunjukkan hubungan yang positif dengan *self-disclosure* pada siswa, walaupun dalam kategori korelasi lemah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor komunikasi terapeutik guru BK, maka akan sama tingginya dengan *self-disclosure* pada siswa kelas VII SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi.

Dapat dikatakan bahwa komunikasi terapuetik guru BK memiliki hubungan dengan *self-disclosure* pada siswa dengan angka hubungan sebesar 0,254 atau 26% sisanya dipengaruhi faktor lain. Penjelasan secara pasti motif siswa melakukan *self-disclosure* yaitu cara untuk mengekspresikan emosi. Hal ini dapat dikaitkan dengan pendapat Derlega & Grzelak (1979) dalam (Sears, et al., 1985) kita mengungkapkan segala perasaan kita untuk “*membuang semua itu dari dada kita*”. Pengungkapan diri semacam ini mendapatkan kesempatan dalam mengekspresikan perasaan dari pikiran melalui verbal. Penyebab siswa melakukan pengungkapan diri yaitu hasil dari langkah guru BK dalam melakukan komunikasi terapuetik. Sehingga, siswa

dapat mengungkapkan berbagai masalah dirinya, karena mereka merasa didengarkan.

Dalam interaksi seseorang dengan orang lain, seseorang mengungkapkan dirinya dalam banyak cara. Nada suara dan cara memposisikan tubuh, kemampuan untuk melakukan kontak mata, dan jarak yang seseorang pertahankan saat berbicara satu sama lain adalah cara untuk mengungkapkan sesuatu tentang informasi kepada orang lain. Perilaku ini terjadi secara otomatis dan di luar kesadaran.

Sesi konseling dengan remaja menggunakan komunikasi verbal antara konseli dengan konselor adalah bentuk utama dari interaksi. Konselor dan konseli mengungkapkan diri mereka terutama melalui interaksi verbal yang terjadi di lingkungan terapeutik atau sesi konseling. Terlihat dalam konteks ini, *self-disclosure* disamakan dengan pengungkapan verbal. Definisi ini memiliki batasan pada informasi verbal yang diungkapkan oleh seseorang kepada orang lain (Stricker, 1990: 157).

Konseling pada masa klasik Islam, jika ditela'ah menurut konseling modern, tampak lebih proaktif dalam mengatasi masalah. Konselor tidak bekerja sebatas ketika klien yang butuh bantuan datang kepadanya. Pada konseling Islam klasik, konselor merupakan pekerja pemerintah dan diberi wewenang untuk melakukan dakwah amar ma'ruf nahi mungkar, turut bertanggung jawab atas terciptanya kondisi yang harmonis, penuh dengan kebaikan dan menjauhi kemungkaran. (Tajiri, 2012: 234).

Informasi yang ada didalam diri seseorang terdiri dari deskriptif dan evaluatif. Informasi deskriptif artinya individu mencoba untuk menggambarkan fakta tentang informasi dirinya kepada orang lain, misalnya profesi, alamat, atau usia. Sedangkan, informasi evaluatif artinya perasaan atau pendapat individu terhadap sesuatu, misalnya karakteristik orang yang dibenci atau disukai. *Self-disclosure* bersifat eksplisit, yaitu informasi diri lebih bersifat rahasia, sebab tidak memungkinkan untuk diketahui oleh orang lain, kecuali jika seseorang memberikan informasi.

Beberapa perilaku nonverbal secara konsisten tidak selalu tercermin dalam keadaan emosional tertentu. Seorang konseli yang berlinang air mata biasanya menunjukkan kesedihan. Rasa gelisah menjadi bagian dari indikator kecemasan, sedangkan tersenyum menjadi sinyal universal dari kehangatan dan penerimaan. Tapi, kebanyakan perilaku nonverbal memerlukan perhatian yang cermat terhadap faktor-faktor kontekstual seperti karakteristik gaya interpersonal konseli dan hubungan yang bersifat terapeutik.

Seorang konseli yang jarang bertemu dengan tatapan konselor selama sesi mungkin secara karakterologis cenderung menghindar. Hal ini disebabkan, karena konseli mengalami ketidaknyamanan, fokus yang teralihkan oleh benda-benda yang ada di ruang konseling, atau kemarahan dengan konselor dalam proses konseling. Pada akhirnya, komunikasi interpersonal seorang konselor membutuhkan kata-kata dan gerak tubuh untuk menjadi isyarat nonverbal bahkan diranah verbal (Farber, 2006: 26).

Salah satu faktor fungsi komunikasi terapeutik itu sendiri untuk memicu terjadinya *self-disclosure*, karena untuk membicarakan masalah yang sedang dihadapi siswa. Seperti yang diungkapkan oleh Derlega dan Grzelak (1979) pikiran yang lebih jernih, sehingga dapat melihat duduk persoalannya dengan baik. Akan tetapi, dalam melakukan pengungkapan diri ini tidak semua siswa bisa mengungkapkannya langsung pada guru BK secara verbal untuk mengekspresikan sesuatu yang dirasakan. Maka, guru BK sesering mungkin untuk menggali melalui cerita atau pertanyaan yang mudah di terima oleh siswa. Selain itu, sama dengan hasil penelitian Leung (2002) bahwa sharing emosi negatif bisa meningkatkan keintiman relasional dapat menguatkan pengungkapan kepercayaan pada orang lain dan memunculkan dukungan sosial, perspektif alternatif, dan saran dari pendengar dalam hal ini audien.

Penelitian pada buku *Self-Disclosure in Psychotherapy* karya Barry A. Farber tahun 2006 pada halaman 207 mengatakan bahwa masih belum jelas antara hubungan terapis atau *disclosure* pada pasien dan hasil terapeutik, hal ini karena masih terlalu sedikit studi yang menarik kesimpulan tegas mengenai hubungan tersebut. Pada buku *The Heart of Counseling (Counseling Skills Through Therapeutic Relationships)* karya Jeff L. Cochran dan Nancy H. Cochran tahun 2015 pada halaman 253 mengatakan reaksi setiap orang terhadap akhir dari hubungan terapeutik dengan konselor berdasarkan pikiran dan perasaan yang dialaminya, namun konselor berharap agar konseli untuk lebih cepat dalam melakukan *self-disclosure* untuk menemukan suatu masalah yang dialaminya.

Selanjutnya, pada buku *self-disclosure in the Therapeutic Relationship* karya George Stricker dan Martin Fisher tahun 1990 halaman 287 mengatakan dalam penggunaan *self-disclosure* untuk menyelesaikannya kebuntuan terapeutik pada *self-disclosure*, maka pasien dibiarkan untuk menceritakan pengalaman tentang kurangnya penyelarasan dirinya sendiri, dan ini kontraproduktif secara terapeutik. Terakhir, pada bukunya Rika Sarfika, Esthika A. Maisa dan Windy Freska tahun 2018 halaman 51-53 yang

berjudul *Komunikasi Terapeutik dalam Keperawatan (Buku Ajar Keperawatan Dasar 2)* terdapat penjelasan dari prinsip-prinsip komunikasi terapeutik pada klien, adanya aitem yang menyebutkan bahwa *self-disclosure* dapat menumbuhkan sikap terbuka pada klien dapat dilakukan dengan mendengar klien, percaya dengan apa yang mereka lakukan, tidak menghakimi.

Komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh konselor/terapis berguna untuk memancing konseli/pasien dalam melakukan *self-disclosure*. Seperti terdapat pada jurnal An-Nida' yang berjudul Komunikasi Terapeutik di Era Nabi Muhammad SAW pada tahun 2023 halaman 14 mengatakan hubungan saling percaya antara perawat dengan pasien akan membuat rasa keterbukaan terhadap pasien. Konseli/pasien akan merasa dihargai, jika cerita tentang diri mereka di dengar, hal ini sejalan dengan dimensi komunikasi terapeutik yaitu menunjukkan penerimaan pada konseli.

Keterampilan komunikasi terapeutik di sekolah dimiliki oleh konselor sekolah atau guru Bimbingan dan Konseling (BK). Guru BK melakukan komunikasi terapeutik kepada siswa untuk memantik keterbukaan diri siswa, hal ini untuk melatih siswa agar pandai menceritakan dirinya jauh lebih detail kepada orang yang tepat. Selain itu, agar siswa mengetahui berbagai hikmah dari perjalanan hidup *self-disclosure* yang diceritakan kepada guru BK melalui komunikasi terapeutik.

Maka, dapat disimpulkan hubungan positif komunikasi terapeutik guru BK dengan *self-disclosure* pada siswa kelas VII di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi yaitu sebagai salah satu strategi dari keterampilan konselor sekolah dalam menggali permasalahan siswa dalam *self-disclosure* agar mereka mudah dalam beradaptasi dilingkungan barunya. *Self-disclosure* dapat dikatakan baik apabila siswa sesering mungkin berkunjung kepada guru BK, lalu melakukan sesi konseling. Guru BK biasanya akan menggunakan komunikasi terapeutik dalam sesi konseling agar siswa sering melakukan *self-disclosure*.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat ditarik kesimpulan bahwa Komunikasi terapeutik yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling (BK) berada pada kategori yang hampir seimbang antara komunikasi terapeutik guru BK yang tinggi dan rendah. Siswa yang mendapat komunikasi terapeutik dari guru BK yang tinggi sebesar 19%, siswa yang mendapat komunikasi terapeutik dari guru BK kategori sedang

sebesar 66,6%, dan siswa yang memiliki komunikasi terapeutik rendah sebesar 14,5%.

Self-disclosure pada siswa kelas VII di SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi mendapat hasil sebesar 14,5% untuk siswa yang memiliki tingkat *self-disclosure* tinggi. Kemudian, *self-disclosure* pada siswa yang masuk kedalam kategori sedang sebesar 69,6%. Lalu, siswa yang memiliki tingkat *self-disclosure* rendah memiliki hasil persentase sebesar 15,9%

Terdapat hubungan positif antara komunikasi terapeutik guru bimbingan konseling (BK) dengan *self-disclosure* pada siswa kelas VII di SMP Plus Cibeusi Pondok Modern Al-Aqsha tahun angkatan 2022/2023 sebesar 0,254 atau 26%. Dibuktikan dengan Guru BK menunjukkan perhatian dan menunjukkan penerimaan kepada siswa untuk memantik keterbukaan diri siswa. Berupa siswa mampu mengontrol, mengutarakan, membatasi waktu, mengetahui hal yang pantas untuk diungkapkan, dan menyadari informasi-informasi yang akan dikatakan pada orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2017). Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program, Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Astutik. A. (2018). Komunikasi Terapeutik dengan Tingkat Kepuasan Pasien. (Skripsi). Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Insan Cendekia Medika, Jombang.
- Cochran, J., & Cochran, N. (2015). The Heart of Counseling: Counseling Skills Therapeutic Relationships. New York & London: Routledge.
- Derlega, V. J., and Grzelak. (1979). Appropriateness of Self Disclosure "in G.J Chulune & Assoc," Self Disclosure: Origins, Pattern and Implications of Openness in Interpersonal Relationships. San Francisco: Jossey-Bass.
- Derlega, V.J., & Berg, J. H. (1987). Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy. New York, NY, US: Plenum Press.
- DeVito, J. (1997). Komunikasi Antar Manusia Kuliah Dasar. Professional Books.
- DeVito, J. A. (2013). The Interpersonal Communication Book, edition-13. United States: Pearson Education.
- Devito, J., A. (1989). The Interpersonal Communication Book. Fifth Edition, Harper & Row, Publishers, New York.
- Dewi, R. (2015). Komunikasi Terapeutik Konselor Laktasi Terhadap Klien Relaktasi. Jurnal Kajian Komunikasi. 3 (2). hlm. 192-211.

- Farber, B. (2006). *Self-Disclosure in Psychotherapy*. New York : The Guilford Press.
- Gainau, M. (2009). Keterbukaan Diri (self disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*. 33 (1). Hlm. 95-112.
- Hidayat, F., & Darmawan, D. (2019). Komunikasi Terapeutik dalam Bimbingan dan Konseling Islam. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 16 (2). Hlm. 139-151.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta. Erlangga.
- Khaeriyah, U. (2013). Pengaruh Komunikasi Terapeutik (SP 1-4) Terhadap Kemauan dan Kemampuan Personal Hygiene Pada Klien Defisit Perawatan Diri di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKES: Tlogorejo Semarang.
- Leung, L. (2002). "Generational differences in content generation in social media: The roles of the gratifications sought and of narcissism". *Computers in Human Behavior*, 29, 997-1006.
- Muliawan, D. (2017). Komunikasi Terapeutik Korban Penyalahgunaan Narkoba melalui Tarekat. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*. 11 (1), Hlm. 173-196.
- Nazirman. (2015). Dakwah Terapeutik. *Jurnal Ilmu Dakwah dan Konseling Islam*. 6 (1). hlm. 80-97.
- Sarfika, R., dkk. (2018). Komunikasi Terapeutik dalam Keperawatan Buku Ajar Keperawatan Dasar 2. Padang : Andalas University Press.
- Sauma, M. (2023). Komunikasi Terapeutik di Era Nabi Muhammad SAW. *An-Nida' : Jurnal Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam*. 11 (1). Hlm. 1-24.
- Setianingsih, E., K. (2015). Keterbukaan Diri Siswa (Self-disclosure). Empati jurnal Bimbingan dan Konseling. 2 (2). Hlm. 46-64.
- Stricker, G., & Martin, F. (1990). *Self-Disclosure in the Therapeutic Relationship*. New York : Springer Science+Business Media.
- Stuart dan Sunden. (1998). *Principle and Practice of psychiatric Nursing*, Sixth-Edition. Toronto; CV Masby. Co.
- Subandi, M. A. (2002) Psikoterapi: Pendekatan konvensional dan Kontemporer. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sukmadinata, N. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sumijati, S., Astuti, D., & Setiawan, A. (2020) *Islamic Counseling*

- Communication of Nurses on Cancer Patients in Islamic Hospital. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*. 14 (2), hlm. 275-296.
- Supratikna. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi Pendekatan Psikologi*. Yogyakarta: Konisius.
- Tajiri, H. (2012). Konseling Islam: Studi terhadap Posisi dan Peta Keilmuan. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*. 6 (2), hlm. 226-248.
- Tubbs, S. & Moss, S. (1996). *Humas Communication*. Bandung Barat: Remaja Rosdakarya.
- Wiyono & Muhid. (2020). Self-Disclosure Melalui Media Instragram: Dakwah Bi Al-Nafsi Melalui Keterbukaan Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Dakwah*. 40 (2). Hlm. 141-154.