

## **Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016**

**Rifda El Fiah, Ica Anggralisa**

Dosen dan Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Raden Intan Lampung

Diterima: 27 Mei 2015. Disetujui: 12 Juni 2015. Dipublikasikan: Juli 2015

**Abstrak:** Komunikasi interpersonal yang dimiliki Peserta Didik jauh dari harapan para guru. Misalnya untuk berbicara dengan teman, Peserta Didik lebih sibuk dengan urusan pribadi. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan kesulitan berkomunikasi adalah melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektif atau tidak penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal Peserta Didik kelas X MAN Krui 1 Lampung Barat tahun ajaran 2015/2016. Desain penelitian adalah penelitian eksperimen one-group pretest-posttest design. Populasi penelitian ini adalah seluruh Peserta Didik MAN Krui Lampung Barat. Sampel penelitian menggunakan pendekatan purposive sampling/sampel bertujuan sehingga diperoleh jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 Peserta Didik. Variabel penelitian yang digunakan ada dua yaitu layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita sebagai variabel bebas, yang dilambangkan dengan (X) dan komunikasi interpersonal sebagai variabel terikat yang dilambangkan dengan (Y). Instrumen dalam pengambilan data pada penelitian ini menggunakan angket dan metode pendukung berupa observasi. Uji validitas dilakukan melalui uji Z ditunjukkan oleh perubahan skor komunikasi interpersonal Peserta Didik dari hasil pre-test sebesar 95 dan hasil post-test sebesar 143,4 maka terdapat selisih 48,4. Layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita efektif untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal Peserta Didik, dapat dilihat dari pengujian hipotesis didapatkan hasil perhitungan  $Z_{hitung} = 2,803 > Z_{tabel} = 1,96$  dari signifikan 0,05% dan derajat kebebasan ( $df = n - 2 = 10 - 2 = 8$ ). Dengan demikian penelitian ini yang menyimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan “Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita Efektif untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat tahun ajaran 2015/2016”, terbukti kebenarannya.  
**Kata kunci:** Konseling Kelompok, Komunikasi Interpersonal, Pendekatan Realita

### **Pendahuluan**

Komunikasi merupakan salah satu masalah penting yang dapat menghambat berjalannya proses pendidikan. Dikarenakan, dalam proses mendidik, belajar dan mengajar di sekolah, komunikasi memegang peranan penting untuk membantu perkembangan peserta didik secara optimal. Perkataan yang jelas dan terang akan menjadi salah satu faktor keberhasilan suatu pendidikan. Apabila komunikasi tidak berjalan efektif dalam proses pendidikan, maka dapat berakibat peserta didik sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan dan peserta didik kurang cakap dalam berkomunikasi, serta peserta didik merasa terisolir pada saat bertransaksi dengan lingkungan dimana dia berada.

Supaya komunikasi tidak menghambat proses pendidikan, maka dalam kehidupan sehari-hari peserta didik dituntut untuk dapat berkomunikasi dengan orang lain agar dapat bersosialisasi, berinteraksi, dan tidak terisolasi atau dikucilkan dari pergaulan yang ada dilingkungannya. Peristiwa komunikasi merupakan suatu hal yang unik, karena keunikannya maka hampir dapat dipastikan komunikasi terdapat pada setiap aspek kehidupan manusia, dan komunikasi interpersonal merupakan salah satu jenis komunikasi yang terdapat di dalamnya. Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap peserta menangkap reaksi yang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal.

Jadi komunikasi interpersonal adalah suatu proses penyampaian pesan antara dua orang atau lebih yang dilakukan langsung secara tatap muka, sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima dan ditanggapi secara langsung dalam menciptakan suatu suasana. Dalam

kenyataannya, komunikasi interpersonal yang dilakukan tidak mengandung pesan yang jelas, menggunakan media yang tidak tepat, makna yang disampaikan dapat membuat lawan bicara tersinggung, dan perbedaan persepsi atau pendapat dapat menjadi penghambat dalam perkembangan peserta didik.

Pada saat berkomunikasi, perlu diperhatikan tempat, situasi, dan kondisi yang ada. Karena, komunikasi tidak akan berjalan dengan baik jika kondisi yang ada tidak mendukung untuk berlangsungnya proses komunikasi. Tidak semua peserta didik terampil dalam berkomunikasi di lingkungan dimana dia berada, dikarenakan peserta didik yang satu dengan yang lain memiliki kekurangan dan kelebihan dalam berkomunikasi. Jika dilihat dari pengertiannya, komunikasi interpersonal berperan sangat penting bagi pertumbuhan kepribadian dan penyaluran kesadaran peserta didik. Komunikasi interpersonal yang terjalin dengan baik diharapkan mampu menciptakan kebahagiaan peserta didik dan membantu perkembangan intelektual dan sosial peserta didik.

Dengan demikian, identitas atau jati diri peserta didik dapat terbentuk melalui komunikasi yang terjalin baik dengan orang lain. Bimbingan dan konseling merupakan program yang disediakan sekolah untuk membantu mengoptimalkan pengembangan peserta didik. Jadi bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan atau pertolongan yang diberikan oleh pembimbing/ guru BK (konselor) kepada peserta didik (konseli) untuk mengungkap masalah, sehingga konseli mampu menerima keadaan dirinya sendiri serta mampu memecahkan sendiri masalah yang dihadapinya. Dalam bimbingan dan konseling, terdapat beberapa layanan yang dapat membantu konseli dalam menyelesaikan masalah. Salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dapat membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah adalah dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok yaitu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Dengan menggunakan konseling kelompok dan memanfaatkan dinamika kelompok, maka proses konseling kelompok dilaksanakan akan berjalan dengan terbuka guna membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Konselor dapat memberikan layanan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita.

Tujuan dari pendekatan realita adalah agar setiap individu mendapatkan cara yang lebih efektif untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan menjadi suatu bagian dari suatu kelompok, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan. Dengan menggunakan pendekatan tersebut, diharapkan masalah kesulitan dalam berkomunikasi yang dihadapi oleh klien dapat diselesaikan dan klien dapat menyelesaikan sendiri masalah yang dihadapinya. Di bawah ini beberapa dari cirri-ciri yang menonjol dari teori pendekatan realita adalah sebagai berikut:

- 1) Penolakan terhadap model medis. Membuang konsep ortodoks dari sakit mental, termasuk gangguan neurotik dan psikotik merupakan kekuatan pendorong dari pendekatan realitas sejak awal.
- 2) Tidak menekankan pada transferensi. Terapi realitas melihat transferensi sebagai cara terapis untuk membuat dirinya tetap tersembunyi sebagai orang. Terapi ini menuntut terapis untuk menjadi dirinya sendiri dan tidak memikirkan atau pun yang mengajar bahwa dirinya memainkan peran sebagai ibu atau ayah si klien.

Konseling kelompok dengan pendekatan realita memiliki fungsi terapi yang diwujudkan dalam kelompok kecil melalui pertukaran- pertukaran masalah pribadi antar anggota kelompok. Selain itu peserta didik juga dapat memanfaatkan interaksi-interaksi yang terjadi untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan nilai-nilai serta tujuan untuk belajar bersikap dan berperilaku yang baik dan bersama-sama mencari pemecahan terbaik di dalam menangani permasalahan. Melalui layanan konseling kelompok dengan teknik realitas yang

dilaksanakan secara intensif dapat efektif mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal. Berdasarkan uraian masalah tersebut, menjadi salah satu alasan peneliti untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat Tahun Pelajaran 2015/2016”.

## A. Layanan Konseling Kelompok

### 1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Menurut *Hellen*, konseling merupakan salah satu tehnik dalam pelayanan bimbingan dimana proses pemberian bantuan itu berlangsung melalui wawancara dalam serangkaian pertemuan langsung dan tatap muka antara pembimbing dengan konseli, dengan tujuan agar konseli itu mampu mengarahkan dirinya untuk mengembangkan potensi yang baik.

Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan peserta didik, konseling kelompok bersifat pencegahan. Supriatna mengungkapkan “selain bersifat pencegahan, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya”. Konseling kelompok menyajikan dan memberi dorongan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah dirinya selaras dengan minatnya sendiri. Layanan konseling kelompok juga bisa dimaknai sebagai upaya pemberian bantuan kepada peserta didik yang mengalami masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

Seperti yang diungkapkan oleh Tohirin bahwa “layanan konseling kelompok yaitu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal”. Selanjutnya, konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pemecahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Dalam konseling kelompok peserta didik dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu, untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.

Winkel dan Hastuti mengungkapkan bahwa “layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik”. Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah suatu upaya pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan, dengan diselenggarakannya konseling kelompok diharapkan tercapainya perkembangan dan pertumbuhan yang optimal.

### 2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Tujuan bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu memperkembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimilikinya (seperti kemampuan dasar dan bakat-bakatnya), berbagai latar belakang yang

ada (seperti latar belakang keluarga, pendidikan, status sosial ekonomi), serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Sedangkan dalam tujuan Konseling yaitu: membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Individu yang dimaksud di sini adalah orang yang dibimbing (binimbing), baik dengan cara individual maupun kelompok. Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakekatnya sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukan sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, makhluk sosial, dan sebagai makhluk berbudaya.

### 3. Tahap-Tahap Konseling Kelompok

Dalam melaksanakan konseling kelompok, dikenal beberapa tahap pelaksanaan konseling. Pada umumnya, keseluruhan proses konseling kelompok terdiri atas tiga tahap yaitu:

- a. Tahap awal, yang merupakan pendahuluan, penyepakatan tindakan bantuan dalam proses konseling kelompok, dan persiapan operasional untuk kegiatan yang dilakukan pada tahap selanjutnya.
- b. Tahap pertengahan, yang merupakan tahap inti perlakuan dan upaya konselor untuk menganalisis masalah kelompok konseli dan melaksanakan tindakan bersama kelompok konseli.
- c. Tahap akhir, yang merupakan upaya untuk mengakhiri pertemuan kelompok, jika konselor dan konseli telah merasa kegiatan dapat diakhiri, dan untuk memberikan motivasi kepada kelompok untuk melakukan kegiatan selanjutnya, serta melaksanakan sesi konseling kelompok berikutnya jika diperlukan.

### 4. Asas dalam Konseling Kelompok

Dalam penyelenggaraan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, seperti yang diungkapkan Atmaja asas-asas yang harus ditaati antara lain:

- a. Asas Kerahasiaan  
Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok.
- b. Asas Kesukarelaan  
Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal rencana pembentukan oleh pemimpin kelompok (konselor).
- c. Asas Keterbukaan  
Anggota kelompok menampilkan diri tanpa rasa takut, malu atau ragu.
- d. Asas Kegiatan  
Anggota kelompok mengikuti konseling kelompok dengan aktif dinamika kelompok akan semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan asas kegiatan.
- e. Asas Kekinian  
Asas kekinian memberikan isi actual dalam pembahasan yang dilakukan. Anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang hal-hal yang akan datang direncanakan sesuai dengan kondisi yang ada sekarang.
- f. Asas Kenormatifan  
Asas kenormatifan diterapkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertatakrama dalam kegiatan kelompok dan dalam mengemas isi bahasan.
- g. Keahlian

Asas keahlian diperlihatkan oleh pemimpi kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok dalam mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan dalam konseling kelompok.

## B. Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita

### 1. Konsep Pokok Teknik Konseling Kelompok Realita

Terapi realita memfokuskan pada perbuatan serta pikiran yang dilakukan sekarang dan bukan pada pemahaman masa lalu ataupun motivasinya yang tidak disadari. Suatu kelompok dapat memperbaiki kualitas hidup melalui evaluasi terhadap kelompoknya, kemudian kepada anggota kelompok diajarkan kebutuhan pokok dan diminta untuk mengidentifikasi keinginan anggota kelompok. Menurut Corey kelompok ditantang untuk mengevaluasi apakah yang anggota kelompok lakukan bisa memenuhi kebutuhannya atau tidak. Apabila tidak bisa, kelompok didorong untuk membuat rencana untuk bisa berubah, untuk melakukan komitmen terhadap rencana kelompok dan terus setia pada komitmennya.

### 2. Tujuan Konseling Kelompok Realita

Fokus terapi realita adalah pada apa yang disadari oleh konseli dan kemudian menolong konseli menaikkan tingkat kesadarannya. Setelah konseli sadar betapa tidak efektifnya perilaku yang konseli lakukan untuk mengontrol dunia, mereka akan lebih terbuka untuk mempelajari alternatif dari cara lain dari cara berperilaku.

Inti dari terapi realita adalah menolong konseli mengevaluasi apakah yang konseli inginkan itu realistis dan apakah perilakunya bisa menolongnya kearah itu. Menurut Corey menyatakan bahwa tujuan dari terapi realita adalah agar setiap individu mendapatkan cara yang lebih efektif untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan menjadi suatu bagian dari suatu kelompok, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan.

### 3. Ciri-ciri Konseling Kelompok Realita

Menurut Corey, ada delapan hal yang menjadi ciri khas dari teori realita, antara lain sebagai berikut:

- a. Terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental (medis). Teori realitas menyamakan gangguan mental dengan tingkah laku yang tidak bertanggung jawab dan sebaliknya, menyamakan mental dengan perilaku yang bertanggung jawab.
- b. Terapi realitas memfokuskan pada tingkah laku sekarang terlebih pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Terapi realitas tidak bergantung pada pemahaman untuk mengubah sikap-sikap tetapi menekankan perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.
- c. Terapi realitas terfokus pada saat sekarang, bukan pada masa lampau.
- d. Teori realitas berasumsi bahwa masa lampau seseorang adalah tetap dan tidak bisa dirubah maksud yang bisa diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang.
- e. Teori realitas menekankan pada pertimbangan-pertimbangan nilai, terapi realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran konseli dalam menilai kualitas konseli yang dialami konseli. Jadi jika para konseli sadar bahwa individu tidak akan memperoleh apa yang individu inginkan, maka ada kemungkinan terjadinya perubahan yang positif.
- f. Terapi realitas tidak menekankan transferensi. Terapi realitas menghimbau agar para terapis menjadi diri sendiri tidak memerankan peran sebagai ayah atau ibu konseli.
- g. Terapi realitas menekankan aspek-aspek kesadaran. Terapi realitas menegaskan bahwa ketidaksadaran berarti mengelak dari pokok masalah yang menyangkut ketidak

bertanggungjawab konseli dan memaafkan kesalahan konseli atas tindakannya dalam menghindari kenyataan.

- h. Terapi realitas meniadakan hukuman. Memberikan hukuman untuk mengubah tingkah laku adalah tidak efektif. Terapi realitas menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karena dianggap sebagai hukuman.
- i. Terapi realitas menekankan tanggung jawab. Konseli perlu belajar mengoreksi diri apabila konseli berbuat salah dan membanggakan diri apabila konseli berbuat benar.

#### 4. Teknik dan Tahapan Konseling Kelompok Realita

- a. Melibatkan permainan peran dengan konseli
- b. Menggunakan humor
- c. Mengkonfrontasikan konseli dan menolak dalih apapun
- d. Membantu konseli dalam berumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan
- e. Bertindak sebagai model dan guru
- f. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi
- g. Menggunakan “terapi kejutan verbal”
- h. Melibatkan diri dengan konseli dalam upayanya mencari kehidupan efektif.

#### 5. Proses dan Langkah-langkah Konseling Kelompok Realita

Dalam Penerapannya, teknik konseling kelompok realita dengan menggunakan teknik bermain peran dapat di kerjakan dengan beberapa tahapan yang akan dilakukan. Proses konseling kelompok realita dibingkai oleh kerangka kerja untuk memberi penguatan kepada konseli bahwa konseli harus berani menghadapi realita sekarang, dan tidak mengulangi masa lalu. Realita tersebut dapat dibentuk melalui teknik bermain peran yang diterapkan dalam teknik konseling realita. Konseling kelompok merupakan proses penggunaan dinamika kelompok untuk membantu konseli memecahkan masalahnya. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan dalam konseling realita adalah teknik bermain peran. Dengan menggabungkan teknik bermain peran dalam konseling realita, maka dapat dibuat tahapan- tahapan dalam menjalankan proses konseling realita.

Tahapan tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

##### a. Tahap Awal

Pada tahap ini akan dilaksanakan proses pembentukan kelompok yang temanya pengenalan. Langkah awal ini dimulai dengan menjelaskan tentang adanya layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita bagi peserta didik atau konseli, pengertian, tujuan, dan kegunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita. Selanjutnya, konselor menyampaikan perencanaan kegiatan meliputi penetapan materi, tujuan yang ingin dicapai, sasaran kegiatan, bahan dan sumber kegiatan konseling kelompok, rencana penilaian, tempat dan waktu.

##### b. Tahap Pertengahan

Tahap pertengahan yang merupakan tahap inti perlakuan (konseling realitas dengan teknik bermain peran) dan upaya konselor menganalisis masalah kelompok dan melaksanakan tindakan bersama kelompok. Proses konseling pada tahap pertengahan meliputi diskusi, saling berbagi pendapat dan pengalaman, dan memecahkan masalah atau mengerjakan tugas-tugas. Pada tahap ini, konselor dapat memperkenalkan topik yang akan dibahas yaitu komunikasi interpersonal. Dengan menggunakan teknik bermain peran, permainan peran yang akan dimainkan misalnya berperan sebagai lurah, penjudi, nenek tua renta dan peran lain yang dikehendaki oleh anggota kelompok sebagai perwakilan diri untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal.

##### c. Tahap Akhir

Tahap ini merupakan upaya untuk mengakhiri pertemuan, jika konselor dan konseli telah merasa kegiatan dapat diakhiri, dan untuk memberikan motivasi kepada kelompok untuk

melakukan kegiatan selanjutnya, serta melaksanakan sesi konseling kelompok berikutnya jika diperlukan. Hasil penilaian kegiatan konseling kelompok perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan peserta dan seluk beluk penyelenggaraan konseling kelompok.

### C. Komunikasi Interpersonal

#### 1. Pengertian Komunikasi

Dalam kegiatan sehari-hari manusia lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkomunikasi daripada melakukan aktifitas lainnya. Komunikasi merupakan hal yang penting untuk mencari keberhasilan dalam kehidupan, baik kehidupan pribadi maupun profesi. Untuk mengetahui lebih lanjut tentang komunikasi, berikut pemaparan beberapa ahli tentang pengertian komunikasi. Menurut Rakhmat komunikasi adalah peristiwa sosial yang terjadi ketika manusia berinteraksi dengan manusia lain. Selanjutnya menurut Wood memandang bahwa komunikasi merupakan suatu proses sistematis dalam interaksi antar individu, dengan menggunakan berbagai simbol dalam rangka menciptakan dan menginterpretasi makna atau arti. Lebih lanjut menurut Hoben menyatakan komunikasi adalah pertukaran verbal dari pemikiran atau gagasan.

#### 2. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal atau lebih dikenal dengan komunikasi antar pribadi memiliki banyak pengertian dari para ahli, antara lain: Komunikasi interpersonal menurut Enjang adalah komunikasi antar orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap peserta menangkap reaksi yang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal.

Komunikasi interpersonal merupakan kegiatan yang sangat dominan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Hardjana menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antar dua atau beberapa orang, di mana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung pula.

#### 3. Proses Komunikasi Interpersonal

Secara sederhana proses komunikasi digambarkan sebagai proses yang menghubungkan pengirim dengan penerima pesan. Menurut Suranto proses komunikasi ialah langkah-langkah yang menggambarkan terjadinya kegiatan komunikasi". Proses tersebut terdiri dari enam langkah sebagai berikut:

- a. Keinginan berkomunikasi.
- b. *Encoding* oleh komunikator.
- c. Pengiriman pesan.
- d. Penerimaan pesan.
- e. *Decoding* oleh komunikan.
- f. Umpan balik. Setelah menerima pesan dan memahaminya, komunikan memberikan respon atau umpan balik. Umpan balik ini juga biasanya juga merupakan awal dimulainya suatu siklus proses komunikasi baru, sehingga proses komunikasi berlasung secara berkelanjutan.

#### 4. Komponen Komunikasi Interpersonal

Secara sederhana dapat dikemukakan suatu asumsi bahwa proses komunikasi interpersonal akan terjadi apabila ada pengirim menyampaikan informasi. Berdasarkan asumsi ini maka dapat dikatan dalam proses komunikasi interpersonal terdapat komponen-

komponen dalam komunikasi interpersonal. Seperti yang dinyatakan oleh Suranto komponen-komponen komunikasi interpersonal antara lain sebagai berikut:

- a. Sumber/komunikator  
Merupakan orang yang mempunyai kebutuhan untuk berkomunikasi, yakni keinginan untuk membagi keadaan internal sendiri, baik yang bersifat emosional maupun informasional dengan orang lain.
- b. *Encoding*  
*Encoding* adalah suatu aktifitas internal pada komunikator dalam menciptakan pesan melalui symbol-simbol verbal dan non verbal, yang disusun berdasarkan aturan-aturan tata bahasa, serta disesuaikan dengan karakteristik komunikan.
- c. Pesan  
Merupakan hasil encoding. Pesan adalah seperangkat symbol-simbol baik verbal maupun non verbal atau gabungan keduanya, yang mewakili keadaan khusus komunikator untuk disampaikan kepada pihak lain.
  - a. Saluran  
Merupakan sarana fisik penyampaian pesan dari sumber ke penerima atau yang menghubungkan orang ke orang lain secara umum.
  - b. Penerima atau komunikan  
Komunikan adalah orang yang menerima memahami, dan menginterpretasi pesan
  - c. *Decoding*  
Merupakan kegiatan internal dalam diripenerima. Melalui indra, penerima mendapat macam-macam data dalam bentuk “mentah”, berupa data-data dan symbol-simbol yang harus diubah kedalam pengalaman-pengalaman yang mengandung makna.
  - d. Respon  
Yakni apa yang telah diputuskan oleh penerima untuk dijadikan sebagai sebuah tanggapan terhadap pesan.
  - e. Gangguan (*noise*)  
Gangguan atau *noise* berakneka ragam, untuk itu harus didefinisikan dan di analisis. *Noise* merupakan apa saja yang mengganggu atau membuat kacau penyampaian dan penerimaan pesan, termasuk yang bersifat fisik dan phisikis.
  - f. Konteks Komunikasi  
Konteks ruang menunjuk pada lingkungan konkrit dan nyata tepat terjadinya komunikasi, seperti ruangan, halaman dan jalanan.

## 5. Fungsi Komunikasi Interpersonal

Menurut definisinya, fungsi adalah sebagai tujuan di mana komunikasi digunakan untuk mencapai tujuan tersebut. Komunikasi interpersonal telah berperan aktif dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Enjang fungsi komunikasi interpersonal, yaitu:

- a. Memenuhi Kebutuhan Sosial dan Psikologi  
Dengan komunikasi interpersonal kita dapat memenuhi kebutuhan sosial atau psikis kita. Para psikolog pun menyarankan bahwa pada dasarnya kita adalah makhluk sosial, yaitu orang yang membutuhkan orang lain, sebagaimana manusia membutuhkan makanan, minuman, perlindungan, dan sebagainya.
- b. Mengembangkan Kesadaran Diri. Melalui komunikasi interpersonal akan terbiasa mengembangkan kesadaran diri.
- c. Matang Akan Konvensi Sosial  
Kita berkomunikasi, beramah-tamah dengan orang lain dalam rangka memenuhi konvensi social. Mengabaikan orang lain dan tidak berbicara, berarti menentang konvensi sosial dan menimbulkan kesan melalaikan orang lain.
- d. Konsistensi Hubungan Dengan Orang Lain.



- e. Mendapatkan Informasi Yang Banyak.  
Informasi yang akurat dan tepat waktu merupakan kunci untuk membuat keputusan yang efektif. Jika kita bisa memperoleh sebagian informasi melalui observasi langsung, membaca, mendengarkan dari berbagai media, kita bisa memperoleh banyak informasi yang bisa digunakan untuk mengambil keputusan selama berbicara dengan orang lain.
- f. Bisa Memengaruhi atau Dipengaruhi Orang Lain  
Melalui komunikasi interpersonal kita memengaruhi dan atau dipengaruhi orang lain.

#### 6. Hambatan yang Menyebabkan Kesulitan dalam Berkomunikasi

Hambatan biasa ditemui dalam proses apapun, termasuk di dalam proses berkomunikasi apapun bentuknya. Menurut Tierney menyatakan bahwa dalam komunikasi terdapat beberapa hambatan yang akan dijumpai, hambatan yang dimaksud antara lain adalah sebagai berikut:

##### a. Ketidakjelasan

Banyak pesan-pesan yang bermuatan abstrak dan tidak memberi kesempatan pada pendengarnya untuk memahami konsep-konsepnya secara sederhana. Pesan yang bermuatan abstrak tersebut adalah banyak hal yang tidak perlu dilakukan tetapi dilakukan sehingga pendengar merasa pusing dan jenuh.

##### b. Membuat pilihan yang kurang baik

Cara lain yang membingungkan atau kehilangan perhatian lawan bicara adalah memilih kata-kata atau gambaran yang samara tau tidak sesuai dengan situasi yang ada. Oleh sebab itu, janganlah membuat lawan bicara memiliki tafsiran yang samar mengenai apa yang dimaksudkan.

c. Memilih dan memakai media yang salah. Hal ini terjadi karena banyaknya pilihan yang tersedia, sehingga komunikator terlalu mudah dan terlalu cepat mengambil keputusanyang kurang bijaksana tentang cara dalam mengkomunikasikan pesan.

#### 7. Lima Sikap Positif yang Mendukung Komunikasi Interpersonal

##### a. Keterbukaan

Keterbukaan adalah sikap dapat menerima masukan dari orang lain, serta berkenan menyampaikan informasi penting kepada orang lain. Hal ini tidaklah berarti bahwa orang harus dengann segera membukakan semua riwayat hidupnya, tetapi rela membuka diri ketika orang lain menginginkan informasi yang diketahuinya. Dengan kata lain, keterbukaan adalah kesediaan membuka diri mengungkapkan informasi yang biasanya disembunyikan, asalkan pengungkapan diri informasi ini tidak bertentangan dengan asas kepatutan

##### b. Empati

Empati ialah kemampuan seseorang untuk merasakan kalau seandainya menjadi orang lain, dapat memahami sesuatu yang sedang dialami orang lain, dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain, dapat memahami sesuatu persoalan dari sudut pandang orang lain, melalui kacamata orang lain.

##### c. Sikap mendukung

Hubungan interpersonal yang efektif adalah hubungan di mana terdapat sikap mendukung. Artinya masing-masing pihak yang berkomunikasi memiliki komitmen untuk mendukung terselenggaranya interaksi secara terbuka. Oleh karena itu komunikasi yang relevan adalah respon yang bersifat spontan dan lugas, bukan respon betahan dan berkelit.

##### a. Sikap positif.

Sikap positif ditunjukkan dalam sikap dan perilaku. Dalam bentuk sikap, maksudnya adalah dalam pihak-pihak yang terlibat dalam komunikasi interpersonal harus memiliki perasaan dan

pikiran positif bukan prasangka atau curiga. Dalam bentuk perilaku, artinya dalam tindakan yang dipilih adalah relevan dengan tujuan komunikasi interpersonal, yaitu secara nyata melakukan aktivitas untuk terjalinnya kerjasama.

b. Kesetaraan

Kesetaraan ialah pengakuan bahwa kedua belah pihak memiliki kepentingan, kedua belah pihak sama-sama bernilai dan beragama, dan saling memerlukan.

8. Efektivitas Komunikasi Interpersonal

Menurut Hardjana komunikasi interpersonal dapat dikatakan efektif apabila pesan diterima dan dimengerti sebagaimana dimaksud oleh pengirim pesan, pesan ditindaklanjuti dengan sebuah pembuatan secara suka rela oleh penerima pesan, dapat meningkatkan kualitas hubungan antar pribadi, dan tidak ada hambatan untuk hal itu. Berdasarkan definisi tersebut, dapat dikatakan bahwa komunikasi interpersonal dikatakan efektif apabila memenuhi tiga persyaratan utama, yaitu pesan yang dapat diterima dan dipahami oleh komunikan sebagaimana dimaksud oleh komunikator, ditindak-lanjuti dengan perbuatan secara sukarela, dan meningkatkan kualitas hubungan antar pribadi.

- a. Pengertian yang sama terhadap makna pesan
- b. Melaksanakan pesan secara suka rela indikator
- c. Meningkatkan kualitas hubungan antar pribadi

### Metode Penelitian

Penelitian dengan pendekatan eksperimen adalah suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara kuat. Hal ini berarti bahwa eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu dan setiap gejala yang muncul diamati dan dikontrol secermat mungkin, sehingga dapat diketahui hubungan sebab- akibat munculnya gejala tersebut. Penelitian ini dilaksanakan bermaksud untuk menerapkan efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat.

Desain penelitian yang digunakan adalah menggunakan desain Pre- Experimental Designs (nondesign) dengan metode pre-test Post-test One group design adalah suatu kelompok test diberikan suatu perlakuan yang sama sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Desain ini, melakukan 2 kali pengukuran terhadap subjek. Pengukuran yang pertama dilakukan untuk mengukur kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik sebelum diberikan konseling kelompok dengan pendekatan realitas melalui pre-test dan pengukuran yang kedua untuk mengukur keterampilan komunikasi interpersonal setelah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan realitas melalui post-test.

### Hasil dan Pembahasan

a. Hasil Pre-test Komunikasi Interpersonal

Uji Tanda (*Sign Test*) untuk menganalisis hasil eksperimen yang menggunakan *pre-test dan post test one group design*. Dalam kegiatan penelitian, data mentah akan memberi arti bila dianalisis dan ditafsirkan. Data tersebut akan dianalisis dengan mengelola dan menganalisa data angket dengan membandingkan nilai-nilai *pre-test* dan *post-test*. Hasil

Tabel 1. Data Pre-test Komunikasi Interpersonal

No	Sampel Penelitian	Jumlah Skor	Kategori Mutu
1.	LA	79	Rendah
2.	FA	116	Cukup Tinggi

3.	NL	81	Rendah
4.	FD	110	Cukup Tinggi
5.	AA	110	Cukup Tinggi
6.	FR	111	Cukup Tinggi
7.	SY	113	Cukup Tinggi
8.	MG	76	Rendah
9.	NV	79	Rendah
10.	TW	75	Rendah
	N= 10	$\Sigma \frac{\varepsilon}{n}$ $= \frac{950}{10}$	

Sumber: Hasil Pre-test Pada Tanggal 26 Januari 2016

Kemudian hasil rata-rata jumlah skor *pre-test* yang di peroleh di konsultasikan dengan kategori mutu sebagai berikut:

Tabel 2. Interval Skor Komunikasi Interpersonal

Jika skor antara 168 – 200	Sangat tinggi
Jika skor antara 136 – 167	Tinggi
Jika skor antara 104 – 135	Cukup tinggi
Jika skor antara 72 – 103	Rendah
Jika skor < 72	Sangat kurang

Berdasarkan hasil *pre-test* di atas menunjukkan bahwa siswa yang memiliki perolehan skor antara 72–103 sebanyak 5 siswa, maka termasuk dalam kategori mutu komunikasi interpersonal rendah, siswa yang memiliki perolehan skor antara 104 - 135 sebanyak 5 siswa, maka termasuk dalam kategori mutu komunikasi interpersonal cukup tinggi.

Hasil rata-rata perolehan pada *pre-test* dengan jumlah skor adalah 95 maka termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki komunikasi interpersonal yang rendah. Setelah pelaksanaan *pre-test* langkah selanjutnya yakni memberikan layanan kepada siswa, baik siswa yang memiliki komunikasi interpersonal rendah, maupun siswa yang memiliki komunikasi interpersonal yang cukup tinggi.

b. Melakukan Post-test Angket Komunikasi Interpersonal

Setelah proses kegiatan layanan dilaksanakan peneliti memberikan *post-test* kepada para siswa yang menjadi sampel untuk mengetahui adakah peningkatan mengenai komunikasi interpersonal siswa ketika sebelum diberikan layanan konseling kelompok dan setelah diberi layanan konseling kelompok dengan teknik realita. Berikut hasil dari *post-test* yang telah didistribusikan:

Tabel 3. Data Post-Test Komunikasi Interpersonal

No	Sampel Penelitian	Jumlah Skor	Kategori Mutu
1.	LA	130	Cukup Tinggi
2.	FA	144	Tinggi
3.	NL	126	Cukup Tinggi
4.	FD	159	Tinggi

5.	AA	158	Tinggi
6.	FR	159	Tinggi
7.	SY	160	Tinggi
8.	MG	131	Cukup Tinggi
9.	NV	133	Cukup Tinggi
10.	TW	134	Cukup Tinggi
	N= 10	$\Sigma = 1434$ $\Sigma$ $X1 = n$ $= \frac{1434}{10}$ $= 143,4$	

Standarisasi dalam menafsirkan skor yang ditujukan untuk mengetahui makna skor yang dicapai peserta didik dalam pendistribusian respon terhadap instrumen. Pengelompokan skor disusun berdasarkan skor yang diperoleh subjek pada setiap komponen maupun skor total instrumen. Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas, Kemudian hasil rata-rata jumlah skor *post-test* yang di peroleh di konsultasikan dengan kategori mutu sebagai berikut :

Tabel 5. Interval Skor Komunikasi Interpersonal

Jika skor antara 168 – 200	Sangat tinggi
Jika skor antara 136 – 167	Tinggi
Jika skor antara 104 – 135	Cukup tinggi
Jika skor antara 72 – 103	Rendah
Jika skor < 72	Sangat kurang

Berdasarkan hasil *post-test* di atas menunjukkan bahwa siswa yang memiliki perolehan skor antara 104 - 135 sebanyak 5 siswa, maka termasuk dalam kategori mutu komunikasi interpersonal cukup tinggi, siswa yang memiliki perolehan skor antara 136 - 167 sebanyak 5 siswa, maka termasuk dalam kategori mutu komunikasi interpersonal tinggi. Jadi hasil rata-rata perolehan pada *post-test* dengan jumlah skor adalah 143,4 maka termasuk dalam kategori mututinggi. Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik realita terhadap kesulitan komunikasi interpersonal siswa dalam penelitian menggunakan taraf signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05 yang juga disebut sebagai taraf arti atau taraf nyata. Maka, peneliti yakin hipotesis diterima sebesar 95% dan terjadi peluang kesalahan sebesar 5%. Ini berarti sebesar 5% terjadi peluang kesalahan dengan menolak hipotesis yang seharusnya diterima. Kriteria pengujian tolak  $H_0$  jika  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ , dan hasil uji beda diperoleh perhitungan  $Z_{hitung} = 2,803 > Z_{tabel} = 0,2224$  dari signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan ( $db = N - 2 = 10 - 2 = 8$ ), dengan demikian  $H_0$  ditolak. Ini berarti ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik realita terhadap komunikasi interpersonal siswa.

Hal ini senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh sobirin pada tahun 2010 menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan realita dapat meningkatkan komunikasi antar pribadi. Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui efektif atau tidak penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik realita terhadap komunikasi interpersonal siswa MAN KRUI Lampung Barat, maka tujuan penelitian tersebut tercapai. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pada siswa mengalami peningkatan yang signifikan setelah siswa mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik realita.

## Simpulan dan Saran

Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik realita terhadap kesulitan komunikasi interpersonal siswa dalam penelitian menggunakan taraf signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05 yang juga disebut sebagai taraf arti atau taraf nyata. Maka, peneliti yakin hipotesis diterima sebesar 95% dan terjadi peluang kesalahan sebesar 5%. Ini berarti sebesar 5% terjadi peluang kesalahan dengan menolak hipotesis yang seharusnya diterima. Kriteria pengujian tolak  $H_0$  jika  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ , dan hasil uji beda diperoleh perhitungan  $Z_{hitung} = 2,803 > Z_{tabel} = 0,2224$  dari signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan ( $db = N - 2 = 10 - 2 = 8$ ), dengan demikian  $H_0$  ditolak. Ini berarti ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik realita terhadap komunikasi interpersonal siswa. Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui efektif atau tidak penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik realita terhadap komunikasi interpersonal siswa MAN KRUI Lampung Barat, maka tujuan penelitian tersebut tercapai. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pada siswa mengalami peningkatan yang signifikan setelah siswa mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik realita. Kegiatan layanan konseling kelompok perlu diberikan secara khusus dan rutin, untuk itu perlu penambahan jam masuk kelas untuk guru bimbingan dan konseling.

## Daftar Pustaka

- Ahdiyat, Muhammad. 2013. *Skripsi Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi Melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita pada Siswa Kelas VII C SMP Negeri 3 Kendal Tahun Ajaran 2012-2013*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Amin, Samsul Munir, *Bimbingan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2010.
- Arifin. 1976. *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Konseling Penyuluhan Agama (di sekolah dan diluar sekolah)*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Asrori, Mohammad. 2008. *Psikologi Pembelajaran Cet. II.*, Bandung: CV. Wawasan Prima.
- Atmaja, Dwi. 2012. *Web Kajian Psikologi dan Pendidikan*. (Online). ([http://kajianpsikologi.guru-indonesia.net/artikel\\_detail-35501.html](http://kajianpsikologi.guru-indonesia.net/artikel_detail-35501.html). diakses pada 30 Desember 2012).
- Budyatna, M. dan Leila, MG. 2011. *Teori komunikasi Interpersonal*. Jakarta: Kencana.
- Corey, Gerald. 1973. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Enjang, AS. 2009. *Komunikasi Konseling*. Bandung: Nuansa. Jurnal Sumberdaya Manusia. 2010. Komunikasi Interpersonal: Definisi, Klasifikasi, Tujuan dan Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas Komunikasi Interpersonal. <http://www.jurnal-sdm.blogspot.com/2010-01/komunikasi-interpersonal-definisi.html.htm>
- Lubis, NL. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Teknik*. Jakarta: Kencana.
- Natawidjaja, Rochman. 2009. *Konseling kelompok, konsep dasar dan pendekatan*. Bandung: Rizqi Press.
- Prayetno dan Erman Amti. 1999. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.

- Ricky. 2011. Penelitian Eksperimen. [http://www.rickysukandar.blogspot.com//2011-02penelitian eksperimen.html.htm](http://www.rickysukandar.blogspot.com//2011-02penelitian%20eksperimen.html.htm). (5 maret 2015)
- Rusmana, Nandang. 2009. Bimbingan dan konseling kelompok disekolah (metode, teknik dan aplikasi). Bandung: Rizqi Press.
- Sobirin, 2010. Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Antarpribadi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Realitas Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri Watukumpul Pemasang Tahun 2009/2010. Malang: Universitas Negeri Malang
- Soenarjo, dkk, 1995. Al-Qur'an dan Terjemahnya, Semarang : TohaPutra.
- Supriatna, Mamat. 2011. Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Suranto, AW. 2011. Komunikasi Interpersonal. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.
- Tim Mentri Agama RI. 1993. Al-Qur'an dan Terjemahan. Semarang: CV. ASY-SYIFA'.
- Tohirin. 2011. Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah. Jakarta : Rajawali Pers.
- Vitalis DS, 2008. Layanan Konseling Kelompok. Diktat Mata Kuliah Bimbingan Konseling IKIP PGRI Madiun