



EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA

Luthfyah, Ria Safaria Sadif

Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Buton, Baubau

Email: luthfiyahbk.umb@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa. Metode penelitian menggunakan experimental dengan desain penelitian Pre Experimental Desain: One Group Pretest-Posttest design dan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini 77 siswa. Dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik Sampling Purposive yaitu teknik pengambilan sampel yang ditentukan oleh peneliti karena tujuan khusus tertentu. Dari 77 siswa yang diberikan instrument terdapat 8 orang siswa yang memiliki kategori rendah. Sehingga 8 orang siswa inilah yang diberikan intervensi dan Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data pada hasil pretest 14,87% Dan setelah diberikan intervensi melalui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi mengalami peningkatan komunikasi interpersonal siswa, dapat dilihat pada hasil posttest yaitu 23,45%. Hasil analisis uji test statistik uji wilcoxon masing-masing pretest posttest menunjukkan nilai Z (-2.527a) dan pada nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar $0.002 < 0.05$ atau ($p < 0.05$), yang berarti ada perbedaan yang signifikan pada pengisian skala komunikasi interpersonal sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dan setelah diberikan diskusi, sehingga bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Negeri 3 Baubau...

Kata Kunci: Bimbingan kelompok, Teknik diskusi, Komunikasi interpersonal

PENDAHULUAN

Kemampuan komunikasi interpersonal merupakan salah satu kompetensi sosial yang sangat penting dalam kehidupan siswa di sekolah. Komunikasi interpersonal yang efektif membantu siswa untuk menyampaikan gagasan, menjalin relasi, memahami sudut pandang orang lain, serta meningkatkan kemampuan kerja sama dalam lingkungan sosial. Menurut Sarwono (2011), komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran pesan yang terjadi secara langsung antara dua individu atau lebih yang melibatkan makna personal dan timbal balik. Dalam konteks pendidikan, keterampilan ini berperan dalam memperkuat relasi sosial siswa, memperlancar proses belajar, dan mendorong pengembangan karakter. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa tidak semua siswa memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik, bahkan sebagian mengalami hambatan serius yang berdampak pada proses adaptasi sosial dan pembelajaran (Yusak Ghozali Hasan 2018).

Permasalahan serupa ditemukan di SMA Negeri 3 Baubau, berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling. Masih banyak siswa kelas X yang menunjukkan kecenderungan pasif dalam komunikasi, seperti tidak mampu menyampaikan pendapat, mudah tersinggung saat diberi kritik, serta kurang responsif

terhadap interaksi sosial di lingkungan sekolah. Padahal menurut Permendikbud No. 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah, layanan BK memiliki peran penting dalam membantu siswa mengatasi masalah sosial-emosional seperti ini. Salah satu layanan yang dapat diberikan untuk mengatasi kesenjangan komunikasi interpersonal adalah bimbingan kelompok, khususnya dengan teknik diskusi yang memungkinkan siswa untuk berlatih menyampaikan pendapat dan menerima perbedaan dalam suasana yang mendukung (Prayitno, 2014).

Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi memungkinkan terciptanya dinamika kelompok yang mendorong keterlibatan aktif siswa, baik secara verbal maupun nonverbal. Teknik ini tidak hanya mendorong siswa untuk mengutarakan ide, tetapi juga melatih empati, mendengarkan aktif, dan menghargai perspektif orang lain. Menurut Prayitno (2014), diskusi dalam bimbingan kelompok berfungsi sebagai wahana untuk mengembangkan kemampuan sosial dan emosional siswa melalui proses partisipatif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fadmazati, A. P., & Lathifah, M. (2018) juga menunjukkan bahwa teknik diskusi dalam layanan kelompok efektif meningkatkan aspek-aspek komunikasi interpersonal seperti keterbukaan dan empati. Dengan demikian, pendekatan ini relevan

untuk diterapkan pada siswa yang menunjukkan hambatan komunikasi.

Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA Negeri 3 Baubau? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa yang berada pada kategori rendah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis maupun praktis dalam pengembangan strategi layanan BK yang mampu meningkatkan keterampilan sosial dan interpersonal siswa secara konkret.

Kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang difokuskan secara terstruktur pada lima aspek utama komunikasi interpersonal: keterbukaan, empati, sikap mendukung, rasa positif, dan kesetaraan (Sahputra, D. 2018). Tidak banyak penelitian sebelumnya yang secara spesifik mengevaluasi efektivitas teknik diskusi sebagai strategi utama dalam layanan kelompok untuk siswa yang mengalami kesulitan komunikasi interpersonal di jenjang SMA. Selain itu, penelitian ini memperkuat pendekatan partisipatif dalam layanan konseling sebagai upaya pencegahan sekaligus intervensi terhadap permasalahan sosial siswa yang sarat dengan hambatan komunikasi langsung (JAMIL, N. A. 2019)

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi-experiment*) dalam bentuk pra-eksperimental desain. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas suatu perlakuan terhadap perubahan variabel yang dapat diukur secara statistik. Fokus penelitian diarahkan pada pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terhadap peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Dalam hal ini, peneliti menggunakan data numerik yang dianalisis dengan uji statistik untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara kondisi sebelum dan sesudah perlakuan.

Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*, yaitu desain yang melibatkan satu kelompok subjek yang diberikan pengukuran awal (*pretest*), kemudian dikenai perlakuan (*treatment*), dan setelah itu dilakukan pengukuran kembali (*posttest*). Desain ini memungkinkan peneliti untuk melihat perubahan atau peningkatan hasil yang terjadi setelah perlakuan diberikan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 3 Baubau yang berjumlah 77 orang. Sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria sampel adalah siswa yang memiliki tingkat keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah berdasarkan hasil *pretest* skala komunikasi interpersonal. Dari hasil pengukuran awal, diperoleh 8 siswa yang memenuhi kriteria tersebut dan dijadikan sebagai subjek dalam perlakuan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala komunikasi interpersonal yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, rasa positif, dan kesetaraan. Skala ini menggunakan model Likert dengan empat pilihan jawaban: sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Skala telah diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan hasil 55 butir pernyataan valid dan nilai reliabilitas sebesar 0,856 berdasarkan uji Cronbach's Alpha, yang menunjukkan bahwa instrumen tergolong sangat andal.

Adapun teknik analisis data yang digunakan adalah uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test. Uji ini digunakan karena jumlah sampel relatif kecil dan data tidak berdistribusi normal. Uji Wilcoxon dilakukan untuk mengetahui signifikansi perbedaan skor komunikasi interpersonal sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor *posttest* secara signifikan dibandingkan *pretest*, yang menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilaksanakan pada siswa dengan jumlah 8 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah sampel yang benar-benar memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang rendah berdasarkan hasil *pretest*. Berikut hasil *Pre-Test* komunikasi interpersonal siswa.

Tabel 2. Kategorisasi Hasil *Pre-test* Komunikasi Interpersonal Siswa

| Kategori | Kriteria | F | (%) |
|---------------|----------|------------|--------------------|
| Rendah | 8 | 100 | $X < 114$ |
| Sedang | 0 | 0 | $114 \leq X < 162$ |
| Tinggi | 0 | 0 | $162 \leq X$ |
| | | 100 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa data pre-test dalam penelitian ini berdasarkan tiga kategorisasi yaitu, kategori rendah 8 siswa dengan presentasi 100%, kategori sedang 0 siswa dengan presentasi 0% dan kategori tinggi 0 siswa dengan presentasi 0%. Data pre-test di jadikan sebagai subjek penelitian yang artinya siswa yang diberikan treatment.

Kaya misalnya dan saya dikirimkan uang begitu Untuk melihat perubahan pada siswa terkait dengan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi yang diberikan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal. Pada hasil posttest dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Kategorisasi Hasil Posttest Komunikasi Interpersonal

| | Interv al | Frekue nsi | % | Kategorisa si |
|---------------------------|-------------------|---------------|------------|------------------|
| Komunika si | X <114 | 0 | 0 | Rendah |
| Interperso nal | 114≤ X <162 | 2 | 25 | Sedang |
| | 162≤ X | 6 | 75 | Tinggi |
| Total | | 8 | 100 | |

Berdasarkan hasil gambaran umum atau kategorisasi pretest menunjukkan bahwa kategori rendah terdiri dari 0 siswa dengan presentasi 0%, kategori sedang 2 siswa dengan presentase 25% dan kategori tinggi 6 siswa dengan presentase 75%. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA Negeri 3 Baubau. Delapan siswa yang menjadi subjek penelitian awalnya memiliki keterampilan komunikasi interpersonal pada kategori rendah, berdasarkan skor pretest yang diperoleh melalui skala yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya.

Skor rata-rata pretest yang diperoleh sebelum perlakuan adalah 14,87. Setelah diberikan intervensi berupa enam kali pertemuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, skor rata-rata posttest meningkat menjadi 23,45. Analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $Z = -2.527$ dengan signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0.002. Nilai ini lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Artinya, layanan bimbingan kelompok

dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

Peningkatan tidak hanya terjadi secara keseluruhan, tetapi juga terlihat pada aspek-aspek komunikasi interpersonal, seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, rasa positif, dan kesetaraan. Misalnya, sebelum perlakuan, hampir semua siswa menunjukkan skor rendah pada aspek empati dan kesetaraan. Namun, setelah perlakuan, terjadi peningkatan skor pada aspek-aspek tersebut, menunjukkan bahwa siswa mulai menunjukkan sikap terbuka, mendengarkan, dan mampu menerima perbedaan pendapat.

Hasil ini sejalan dengan temuan Fadmazati, A. P., & Lathifah, M. (2018) yang menunjukkan bahwa teknik diskusi dalam layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengembangkan komunikasi interpersonal karena mendorong interaksi dua arah, mendukung ekspresi diri, serta menciptakan suasana saling mendukung di antara peserta. Diskusi sebagai teknik dalam layanan kelompok juga telah terbukti meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan keterampilan menyampaikan pendapat secara efektif (Setyowati & Suryadi, 2021). Keberhasilan teknik ini ditunjang oleh dinamika kelompok yang memungkinkan siswa untuk belajar dari pengalaman komunikasi satu sama lain.

Selain itu, diskusi dalam kelompok kecil memberikan ruang aman bagi siswa yang selama ini pasif atau cenderung menarik diri untuk tampil dan berlatih menyampaikan ide. Hal ini memperkuat pandangan Prayitno (2014) bahwa bimbingan kelompok yang dirancang dengan dinamika partisipatif mampu membentuk keterampilan sosial yang lebih kuat dibandingkan dengan pendekatan individual. Teknik diskusi juga mendorong tumbuhnya empati dan pengakuan terhadap kesetaraan, dua aspek penting dalam komunikasi interpersonal menurut Sahputra, D. (2018).

Temuan dalam penelitian ini juga menunjukkan pentingnya layanan bimbingan dan konseling yang responsif dan kontekstual terhadap kebutuhan sosial siswa, terutama dalam menghadapi era digital yang sering kali melemahkan keterampilan komunikasi langsung. Sebagaimana disampaikan Janah, M. (2017), siswa di era digital memerlukan pendampingan yang sistematis untuk mengembangkan komunikasi interpersonal yang sehat sebagai penyeimbang interaksi daring yang minim empati dan kehadiran fisik.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menguatkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi merupakan intervensi yang

efektif dan dapat diterapkan secara luas oleh guru BK di sekolah untuk mengatasi permasalahan komunikasi interpersonal siswa, khususnya di jenjang pendidikan menengah

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA Negeri 3 Baubau. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor antara pretest dan posttest yang signifikan secara statistik berdasarkan uji Wilcoxon (Asymp. Sig. = 0,002 < 0,05). Dengan demikian, bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terbukti efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Harish M, dan Retno Tri Hariastuti, Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Terhadap Program Jurusan Kelas X.4 SMAN 2 Lamongan Tahun Ajaran 2012/2013, *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol 1, No 1, tersedia di: <http://journal.unesa.ac.id>, Di akses, 05 April 2022
- Abu Ahmad, Widodo Supriyono, (2013) "Psikologi Belajar", (Jakarta: Rineka Cipta).
- Acep Setia Permana, (2012) "Bahasa Indonesia 2", (Cimahi : Jabar Press).
- Anita Dewi Astuti (2013) Model Layanan BK Kelompok Teknik Permainan (Games) Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling* <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>. Di akses, 08 Februari 2022
- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dewa Ketut Sukardi 2015, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Fadmazati, A. P., & Lathifah, M. (2018). PENGARUH TEKNIK DISKUSI DALAM BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA KELAS VII H SMP NEGERI 21 SURABAYA. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 35(1), 11-18.
- Indha Rachmawati Sufis (2016) Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Melalui Metode Role Playing Pada Anak Di SD Negeri 2 Gombon. Di akses, 08 Februari 2022
- Indriana, Dina. 2011. *Ragam Alat Bantu Media Pengajaran*. Jogjakarta. Diva Press.
- JAMIL, N. A. (2019). PENGARUH PENGGUNAAN METODE DISKUSI TERHADAP KEMAMPUAN BERBICARA SISWA KELAS VI SDN SANA TENGAH 1 KECAMATAN PASEAN KABUPATEN PAMEKASAN.
- Janah, M. (2017). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan keterampilan sosial peserta didik kelas xii sma negeri 7 bandar lampung tahun ajaran 2016/2017 (Doctoral dissertation, IAIN Raden Intan Lampung)
- Lolang Mariana (2014) Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Outbound Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMK Swasta Kota Semarang. *Jurnal Bimbingan Konseling* <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>. Di akses, 08 Februari 2022
- Muslimin (2016) Upaya Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Natar Tahun Pelajaran 2015/2016
- Rindy Jihan Permatasari (2013) Upaya Meningkatkan Interaksi Sosial Melalui Experiential Learning Dengan Teknik Outbound Pada Siswa Kelas VII A DI SMP Negeri 13 Semarang. Di akses, 08 Februari 2022
- Sahputra, D. (2018). Komunikasi interpersonal pada siswa serta implikasinya dalam pelayanan bimbingan dan konseling. *Jurnal Wahana Konseling*, 1(2), 14-21
- Suranto. 2011. *Komunikasi interpersonal*. Yogyakarta: Graha ilmu.
- Sugiyono.(2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Yusak Ghozali Hasan (2018). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas XI TKJ SMK Pawyatan Daha 3 Kediri Tahun Pelajaran 2018/2019 Di akses, 08 Februari 2022
- Zuhara.2015. Efektivitas Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Ilmiah Edukasi*, 1 (1). Di akses, 08 Februari 2022
- Widodo.(2019). *Metodologi Penelitian Populer & Praktis*. Depok: PT RajaGrafindo Persada..