

## **BIMBINGAN KONSELING SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN PENGEMBANGAN DIRI DAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL**

**Sri Muldyahatmi**  
SMA Batik 1 Surakarta

### **Abstrak**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*Class Action Research*) yaitu suatu penelitian yang dikembangkan bersama-sama untuk peneliti dan *decision maker* tentang variable yang dimanipulasikan dan dapat digunakan untuk melakukan perbaikan. Adapun populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI IPA 1 SMA Batik I Surakarta sebanyak 30 orang. Dari penelitian diperoleh hasil bahwa pelaksanaan metode konseling kelompok dapat meningkatkan pengembangan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Batik I Surakarta. Kemudian, pengembangan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal pada peserta penelitian khususnya SMA Batik I Surakarta kelas XI IPA 1 mengalami peningkatan yang cukup signifikan.

**Kata kunci:** bimbingan konseling, pengembangan diri, komunikasi interpersonal

### **PENDAHULUAN**

Salah satu kekuatan manusia adalah minat dan kemampuannya untuk tumbuh dan berkembang. Manusia sebagai makhluk sosial selain harus dapat berdiri sendiri juga harus dapat melakukan suatu upaya pengembangan diri yang akan berguna bagi kehidupannya serta kemampuan berhubungan dengan individu lain (komunikasi interpersonal).

Oleh karena itu, keterampilan pengembangan diri dan komunikasi interpersonal sangat diperlukan bagi siapapun khususnya bagi siswa. Namun dalam realitasnya banyak pula siswa yang mengalami problematika berkaitan dengan kedua hal tersebut. Data Bimbingan dan Konseling SMA Batik 1 Surakarta pada tahun 2011 melalui Alat Ungkap Masalah menunjukkan bahwa masalah diri pribadi dan hubungan sosial siswa menduduki peringkat tertinggi dari masalah yang dihadapi siswa, sementara yang lain secara berturut-turut adalah karir dan pekerjaan, ekonomi dan keuangan, waktu senggang, agama, nilai dan moral; pendidikan dan pelajaran; keadaan keluarga; jasmani dan kesehatan; hubungan muda-mudi dan perkawinan.

Berbagai kondisi tersebut menunjukkan perlu diberikan suatu model tindakan, intervensi atau *assesment* untuk meminimalisir permasalahan yang dialami oleh para siswa khususnya masalah pengembangan pribadi dan hubungan sosial. Salah satunya adalah melalui bimbingan konseling dengan model bimbingan konseling kelompok. Dalam bimbingan konseling secara kelompok tersebut dapat diberikan melalui beberapa tindakan yang variatif diantaranya ceramah, *role play*, bernyanyi, diskusi dan *problem solving*.

Konseling kelompok merupakan alternatif pilihan dan dipandang strategis, efektif dan memiliki kontribusi yang memadai dalam mengembangkan pribadi dan pencegahan masalah sehingga memenuhi tuntutan kebutuhan dan peningkatan target pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. Sejalan dengan hal-hal di atas menurut Suyatre (2006) konseling kelompok efektif dapat mentransformasikan sikap dan perilaku belajar dan keterbukaan siswa.

Namun, pelaksanaan konseling kelompok di sekolah masih merupakan kebutuhan formal daripada kebutuhan aktual, lebih merupakan pekerjaan administratif yang menekankan bukti fisik daripada pekerjaan profesional yang menekankan proses pengembangan perilaku siswa. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu perubahan paradigma mengenai hal ini untuk menempatkan konseling kelompok sebagai suatu wahana untuk mendorong tumbuh kembang siswa secara pribadi maupun dalam konteks hubungan sosialnya.

Konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok (Sukardi, 2007). Dinamika kelompok yang terdapat dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan komunikasi, mengembangkan berbagai keterampilan, dan berani mengemukakan pendapat. Konseling kelompok dapat dijadikan sebagai media mengembangkan diri, mengembangkan sikap, keterampilan dan keberanian sosial yang bertenggang rasa (Prayitno, 1995). Konseling kelompok sangat berguna bagi remaja karena memberikan kesempatan untuk menyampaikan keluhan-keluhan, melepas keragu-raguan juga memberikan kesempatan untuk saling berinteraksi secara terbuka.

Berdasarkan pada latar belakang masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka perumusan masalahnya adalah sebagai berikut: (1) Apakah melalui bimbingan konseling kelompok dapat meningkatkan keterampilan

pengembangan diri? (2) Apakah melalui bimbingan konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal? (3). Apakah melalui bimbingan konseling kelompok dapat meningkatkan keterampilan pengembangan diri dan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Batik I Surakarta?.

## **LANDASAN TEORI**

### **A. Pengembangan Diri**

Pengembangan diri merupakan suatu proses yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri. Sejalan dengan hal tersebut, Wibowo (2010) berpendapat bahwa pengembangan diri adalah segenap kegiatan dan langkah dalam mengatur dan mengelola dengan sebaik-baiknya sehingga mampu membawa ke arah tujuan hidup. Menurut Prijosaksono (2010) pengembangan diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental, pikiran, maupun jiwa) dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya.

Sirodz (2010) mengemukakan pengembangan diri adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau menata tingkah lakunya sendiri. Prosedur ini melibatkan subjek dalam beberapa tahap, yaitu a) Menentukan sasaran tingkah laku yang hendak dicapai, tujuan yang sudah ditetapkan akan lebih mengarahkan seseorang pada bagaimana cara mencapai tujuan dan bagaimana ia menempatkan prioritas tugas yang diperlukan guna mencapai tujuan tersebut; b). Memonitor tingkah lakunya dengan cara menentukan sendiri prosedur yang hendak dipakai untuk memonitor perkembangan yang sudah dicapai, bentuk aplikasi dari teknik ini antara lain dengan cara mencatat atau membuat grafik sehingga perubahan data dapat dilihat individu yang bersangkutan dan berfungsi sebagai insentif atau penguat (*reinforcer*); dan c) Mengevaluasi perkembangan tingkah lakunya, dalam tahap ini, individu yang bersangkutan mengevaluasi kembali apa yang telah dikerjakannya, sudah sesuai dengan yang ditargetkan atau belum.

Fikriana (dalam Rengginas, 2005) menyebutkan beberapa ciri-ciri individu yang memiliki pengembangan diri tinggi, yaitu: (a) Mengenali diri sendiri terlebih dahulu agar lebih mudah dalam mengubah apa yang ingin diubah dalam diri sendiri; (b) Mempunyai komitmen yang besar pada diri sendiri. Jangan setengah-setengah, agar

benar-benar dapat berjalan dengan baik perubahan itu; (c) Lakukan perubahan atas kemauan sendiri. karena semua itu untuk diri sendiri bukan untuk orang lain. Pengaruh perubahan itu memang akan mempengaruhi diri orang lain.

Ciri-ciri pengembangan diri seseorang ditambahkan oleh Wibowo (2010), sebagai berikut: (a) Pendorongan diri (*self motivation*) adalah dorongan psikologis dalam diri seseorang yang merangsang sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan; (b) Pengorganisasian diri (*self organizing*) adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, energi, waktu, tempat dan benda dalam hidup pribadi sehingga semua terasa tertib dan lancar; (c) Pengendalian diri (*self control*) adalah berbagai tekad dan langkah untuk memacu semangat, mengikis keseganan dan mengerahkan energi untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan guna mencapai tujuan yang didambakan.

## **B. Komunikasi Interpersonal**

Pengertian komunikasi secara umum dibagi dua, yaitu secara etimologis, atau menurut asal katanya, dan secara terminologis. Dilihat dari asal katanya, istilah komunikasi berasal dari kata latin “*comunication*” dan bersumber dari kata “*communis*” yang berarti sama (sama makna) mengenai suatu hal. Jadi komunikasi berlangsung apabila antara orang-orang yang terlibat, terdapat kesamaan makna mengenai suatu hal yang dikomunikasikan. Sedangkan secara terminologis, komunikasi berarti proses penyampaian suatu pernyataan oleh seseorang kepada orang lain. Komunikasi antar personal atau *interpersonal communication* adalah komunikasi yang berlangsung pada umumnya antara dua orang secara dialogis (Effendy, 1990). Demikian pula Edward C. Linderman dalam bukunya yang berjudul “*The Democratic Way of Life*” mengatakan bahwa hubungan manusiawi adalah komunikasi antar personal yang berguna untuk membuat orang lain mengerti dan menaruh simpati (Effendy, 1990).

Komunikasi interpersonal merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan di antara dua orang atau di antara sekelompok kecil orang, dengan berbagai efek dan umpan balik (Rakhmat, 2002). Menurut DeVito (1997) komunikasi interpersonal sebagai umpan balik yang bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pribadi dan efektivitas antar pribadi. Umpan balik tersebut bersifat interpersonal, maka paling sedikit melibatkan dua orang atau lebih.

Pendapat lebih lanjut dikemukakan oleh Lunandi (2000), bahwa suatu komunikasi interpersonal disebut timbal balik apabila pesan yang dikirimkan mendapatkan jawaban atau tanggapan. Dalam memberi dan menerima tidaklah mudah karena adanya pengaruh pengalaman dan latihan. Umpan balik memungkinkan seseorang mengenal dirinya sendiri dengan lebih baik.

Sementara itu, Sarwono dan Meinarno (2010) mengemukakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan hal yang membentuk hubungan antar pribadi, di mana ada pihak yang menyampaikan pesan dan ada pihak yang menerima pesan. Jenis komunikasi antar individu yang langsung atau bertatap muka, adalah yang paling lengkap mengandung berbagai faktor psikologis dan terdiri dari beberapa aspek penting. Sedangkan Liliweri (1997) mengatakan bahwa komunikasi interpersonal akan berhasil jika terjadi umpan balik antara pemberi dan penerima pesan. Umpan balik yang terjadi dalam komunikasi interpersonal bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pribadi dan antar pribadi.

### **C. Konseling Kelompok**

Menurut Natawijaya (1987) konseling kelompok merupakan sarana belajar dan berlatih serta mendapat suasana aman dan demokratis untuk meningkatkan komunikasi. Tujuan konseling kelompok adalah pengembangan komunikasi dan interaksi sosial. Dalam konseling kelompok individu akan memperoleh umpan balik yang sangat berarti dan berguna untuk meningkatkan penampilannya. Umpan balik yang paling efektif bagi seseorang dapat diperoleh individu dari interaksinya dalam kelompok.

Konseling kelompok menjadi salah satu pilihan karena dalam konseling kelompok akan mempertebal pertalian emosional dan mempertinggi rasa percaya diri dan orang lain. Konseling kelompok dikarakteristikan oleh kondisi sosial pada ketertarikan dan kepemilikan, rasa diterima, dikasihi, dicintai dan dimengerti, norma-norma ekspresi diri sendiri, keterbukaan diri dan mendapatkan umpan balik yang membangun. Selanjutnya Winkel (2006) mengemukakan suasana konseling kelompok adalah suasana yang demokratis, yang didasari adanya penerimaan, kepercayaan dan rasa aman serta memberikan kesempatan klien untuk mendapatkan umpan balik dan latihan perilaku baru. Selanjutnya dinyatakan bahwa suasana tersebut memungkinkan

klien untuk belajar menghadapi, mengekspresikan gagasan, berkomunikasi dan mengembangkan keberanian dan rasa percaya diri.

Pelaksanaan konseling kelompok terdapat dinamika kelompok yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan keterampilan sosial, pengendalian diri dan tenggang rasa. Dalam kaitan itu suasana kelompok menjadi tempat penempatan sikap, keterampilan dan keberanian sosial yang bertenggang rasa. Konseling kelompok memberikan kesempatan kepada remaja untuk dapat belajar berkomunikasi dengan teman sebaya serta membicarakan masalah-masalah mereka secara terbuka. Melalui konseling kelompok individu-individu mencapai tujuannya dan berhubungan dengan individu lain dengan cara produktif dan inovatif.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian dilaksanakan pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Batik 1 Surakarta. Di mana langkah awal penelitian dalam pengambilan subyek beserta pembagiannya adalah dengan menggunakan data AUM (Alat Ungkap Masalah) yaitu pada kelas XI IPA 1. Populasi penelitian ini sebanyak 30 orang. Penelitian ini merupakan pengembangan metode dan strategi pembelajaran. Metode dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*Class Action Research*) yaitu suatu penelitian yang dikembangkan bersama-sama untuk peneliti dan *decision maker* tentang variable yang dimanipulasikan dan dapat digunakan untuk melakukan perbaikan. Sementara teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif di mana data dianalisis sejak tindakan pembelajaran dilakukan, dikembangkan sampai perolehan data hingga pengolahan data. Teknik yang digunakan adalah media alur, yang terdiri dari tiga kegiatan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Tindakan Siklus 1**

Sesuai perencanaan yang telah dibuat tindakan pembelajaran dikembangkan dalam dua siklus tindakan. Tindakan pada siklus I dilaksanakan satu kali pertemuan (4 x 60 menit). Pada awal siklus I diawali dengan pembentukan kelompok. Subjek penelitian terdiri dari 30 orang yang diambil dari kelas XI IPA 1 SMA Batik 1 Surakarta. Kemudian dari 30 subjek tersebut dibuat 5 kelompok berisi anggota 6 orang.

## **B. Tindakan Siklus II**

Pembelajaran dilaksanakan dengan menggunakan modul pelatihan konseling kelompok selama 2 jam pelajaran (80 menit). Materi ajar yang disampaikan mengenai pengembangan diri dan konseling kelompok.

Tabel 1.  
Hasil perbandingan Skor  
Siklus 1 dan II

No	Nama	Pengembangan Diri			Komunikasi Interpersonal		
		Siklus I	Siklus II	Peningkatan	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
1	Ade Ayu Nurlaeli	9	15	6	7	18	11
2	Adhitya Vishnu P.	8	16	8	7	17	10
3	Andana M.	8	18	10	8	18	10
4	Aprilila Ratnaningsih	7	17	10	7	16	9
5	Adha Aga Saputra	11	15	4	10	17	7
6	Arum Sari Asmoro	8	16	8	10	18	8
7	Awang Eka Nugraha	8	18	10	11	20	9
8	Bhrahara B. W.	7	17	10	5	18	13
9	Brian Prasetya	9	18	9	7	17	10
10	Cindra Paramukti	10	20	10	7	16	9
11	Deflin Anggita P.	8	15	7	8	18	10
12	Diah Ayu Pitaloka	7	17	10	9	17	8
13	Dimas Firmansyah	9	18	9	11	20	9
14	Eka Wulan Andari	9	16	7	7	18	8
15	Fariza Shinta N.	11	20	9	8	17	9
16	Ganis Kurniawati H.	11	20	9	9	19	10
17	Gilang Arif Prakoso	10	18	8	10	16	6
18	Indra Yuniar Agus	8	18	10	10	18	8
19	Kharisa Ayu Masitha	10	16	6	7	17	10
20	Khaznah Shafa K.	7	17	10	7	18	11
21	Lylya Wahyuni	7	16	9	8	15	7
22	Mas Agung Laksana	7	14	7	7	17	10
23	Mayura Maris	8	18	10	6	16	10
24	Nindyan Agna R.	5	15	10	10	20	10
25	Nurul Chasanah	6	17	11	11	17	6
26	Prawida Febria N.	7	18	8	7	19	12
27	Purnaning Endah S.	7	17	10	7	18	11
28	Rizkawati Harum P.	8	16	8	10	18	19
29	Rizki Ayu Fahrunita	9	18	9	8	19	11
30	Sedhani Yunita	6	17	11	7	18	11

Sumber: Data olahan peneliti (2011).

Berdasarkan hasil skor diketahui semua subjek penelitian berhasil mengalami peningkatan yang signifikan, pada variabel pengembangan diri skor peningkatan terkecil adalah 6 dan skor peningkatan terbesar adalah 11, sedangkan pada variabel keterampilan komunikasi interpersonal skor peningkatan terendah adalah 6 adapun skor peningkatan tertinggi adalah 13. Adapun kategori pengembangan diri dan keterampilan berkomunikasi interpersonal pada masing-masing subjek dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2  
Hasil Skor dan Kategorisasi  
Pengembangan Diri dan Keterampilan Komunikasi Interpersonal

NO	Nama	Pengembangan Diri		Komunikasi Interpersonal	
		Nilai	Kategori	Nilai	Kategori
1	Ade Ayu Nurlaeli	15	Tinggi	18	Sangat tinggi
2	Adhitya Vishnu Pradana	16	Sangat tinggi	17	Sangat tinggi
3	Andana M	18	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
4	Aprilila Ratnaningsih	17	Sangat tinggi	16	Sangat tinggi
5	Adha Aga Saputra	15	Tinggi	17	Sangat tinggi
6	Arum Sari Asmoro	16	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
7	Awang Eka Nugraha	18	Sangat tinggi	20	Sangat tinggi
8	Bhrahara Biyandaru W.	17	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
9	Brian Prasetya	18	Sangat tinggi	17	Sangat tinggi
10	Cindra Paramukti	20	Sangat tinggi	16	Sangat tinggi
11	Deflin Anggita Putranti	15	Tinggi	18	Sangat tinggi
12	Diah Ayu Pitaloka	17	Sangat tinggi	17	Sangat tinggi
13	Dimas Firmansyah	18	Sangat tinggi	20	Sangat tinggi
14	Eka Wulan Andari	16	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
15	Fariza Shinta Niwandha	20	Sangat tinggi	17	Sangat tinggi
16	Ganis Kurniawati Hadi Putri	20	Sangat tinggi	19	Sangat tinggi
17	Gilang Arif Prakoso	18	Sangat tinggi	16	Sangat tinggi
18	Indra Yuniar Agus	18	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
19	Kharisa Ayu Masitha	16	Sangat tinggi	17	Sangat tinggi
20	Khaznah Shafa Kinana	17	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
21	Lylia Wahyuni	16	Sangat tinggi	15	Tinggi
22	Mas Agung Laksana	14	Tinggi	17	Sangat tinggi
23	Mayura Maris	18	Sangat tinggi	16	Sangat tinggi
24	Nindyan Agna Ramadhan	15	Tinggi	20	Sangat tinggi
25	Nurul Chasanah	17	Sangat tinggi	17	Sangat tinggi
26	Prawida Febria Novita	18	Sangat tinggi	19	Sangat tinggi
27	Purnaning Endah Safitri	17	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
28	Rizkawati Harum Pradara	16	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi
29	Rizki Ayu Fahrunita	18	Sangat tinggi	19	Sangat tinggi
30	Sedhani Yunita	17	Sangat tinggi	18	Sangat tinggi

Sumber: Data olahan peneliti (2011).



Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui terdapat 5 (16,66%) subjek memiliki pengembangan diri tergolong tinggi, dan 25 (83,33%) subjek memiliki kategori sangat tinggi. Selain itu, diketahui pula terdapat 1 (3,33%) subjek memiliki keterampilan komunikasi interpersonal tinggi, dan 29 (96,66,66%) subjek memiliki keterampilan komunikasi interpersonal sangat tinggi. Melihat kondisi tersebut menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang memiliki kategori pengembangan diri dan komunikasi interpersonal yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberian konseling kelompok efektif untuk meningkatkan pengembangan diri dan keterampilan berkomunikasi interpersonal. Dengan demikian hipotesis penulis yang diajukan teruji. Hasil penelitian ini mendukung pendapat Natawijaya (1987) konseling kelompok merupakan sarana belajar dan berlatih serta mendapat suasana aman dan demokratis untuk meningkatkan komunikasi. Tujuan konseling kelompok adalah pengembangan komunikasi dan interaksi sosial. Dalam konseling kelompok individu akan memperoleh umpan balik yang sangat berarti dan berguna untuk meningkatkan penampilannya. Umpan balik yang paling efektif bagi seseorang dapat diperoleh individu dari interaksinya dalam kelompok. Sebagaimana diungkapkan Shechtman (2002) dijelaskan konseling kelompok menjadi salah satu pilihan karena dalam konseling kelompok akan mempertebal pertalian emosional dan mempertinggi rasa percaya diri dan orang lain. Konseling kelompok dikarakteristikan oleh kondisi sosial pada ketertarikan dan kepemilikan, rasa diterima, dikasihi, dicintai dan dimengerti, norma-norma ekspresi diri sendiri, keterbukaan diri dan mendapatkan umpan balik yang membangun.

Sejalan dengan hal-hal di atas menurut Suyatre (2006) konseling kelompok efektif dapat mentransformasikan sikap dan perilaku belajar dan keterbukaan siswa. Ditambahkan oleh Winkel (2006) suasana konseling kelompok adalah suasana yang demokratis, yang didasari adanya penerimaan, kepercayaan dan rasa aman serta memberikan kesempatan klien untuk mendapatkan umpan balik dan latihan perilaku baru. Selanjutnya dinyatakan bahwa suasana tersebut memungkinkan klien untuk belajar menghadapi, mengekspresikan gagasan, berkomunikasi dan mengembangkan keberanian dan rasa percaya diri.

Berdasarkan hasil analisis, maka konseling kelompok merupakan alternatif pilihan dan dipandang strategis, efektif dan memiliki kontribusi yang memadai dalam mengembangkan pribadi dan pencegahan masalah sehingga memenuhi tuntutan kebutuhan dan peningkatan target pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah khususnya dalam peningkatan pengembangan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal. Namun demikian terdapat pula keterbatasan pada penelitian ini antara lain: (1) Tidak semua siswa (peserta pelatihan) cocok berada dalam kelompok, beberapa diantaranya membutuhkan perhatian dan intervensi individual, selain itu tidak semua siswa bersikap terbuka dan jujur mengemukakan isi hatinya terhadap teman-temannya di dalam kelompok, lebih-lebih bila yang akan dikatakan terasa memalukan dirinya; (2). Persoalan pribadi satu-dua anggota kelompok mungkin kurang mendapat perhatian dan tanggapan sebagaimana mestinya, karena perhatian kelompok terfokus pada persoalan pribadi anggota yang lain, sebagai akibat siswa tidak merasa puas; (3) Peran konselor menjadi menjadi lebih menyebar dan kompleks, karena yang dihadapi tidak hanya satu orang tetapi banyak orang. Konselor harus mampu secara simulasi mengarahkan setiap siswa, memberi respon interaksi di antara para anggota dan mengamati dinamika dari kelompok tersebut; (4) Menjadi konselor kelompok dibutuhkan latihan yang intensif dan khusus, apabila konselor tidak mempunyai dasar teori dan terlatih untuk memimpin kelompok dikhawatirkan justru membuat lebih buruk keadaan daripada memperbaikinya.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil pengamatan dan analisis selama penelitian berlangsung maka dapat disimpulkan beberapa hal yakni:

1. Pelaksanaan metode konseling kelompok dapat meningkatkan pengembangan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Batik I Surakarta.
2. Pengembangan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal pada peserta penelitian khususnya SMA Batik I Surakarta kelas XI IPA 1 mengalami peningkatan yang cukup signifikan.

## **SARAN**

- (1) Bagi Guru. Diketahui bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan pengembangan diri dan keterampilan berkomunikasi interpersonal oleh karena itu, metode tersebut layak untuk dipergunakan dalam proses penanganan siswa bermasalah khususnya dalam masalah pribadi dan hubungan sosial.
- (2) Bagi Siswa. Diharap dapat mengaplikasikan materi dan pembelajaran konseling kelompok yang telah diikuti dalam kegiatan sehari-hari, baik dalam lingkungan sekolah, keluarga maupun pergaulan. Siswa juga diharapkan banyak mengisi waktu luang dengan kegiatan yang positif, seperti berorganisasi, mengikuti kursus, les, atau keterampilan tertentu yang bermanfaat bagi pengembangan potensi diri subjek.
- (3) Bagi Peneliti Lain. Diharapkan selektif dalam memilih subjek atau responden penelitian, beberapa kondisi subjek mungkin kurang cocok jika berada dalam konseling kelompok, misalnya (1) siswa yang memiliki kelainan takut berbicara dengan orang asing/belum dikenal (*enoofobia*); (2) siswa yang terlalu banyak minta perhatian dari orang lain sehingga sangat mengganggu dalam kelompok; (3) siswa memiliki kondisi fisik lemah (cacat) yang dapat mengganggu mobilitas kelompok; (4) siswa dengan kecerdasan (inteligensi) rendah atau bawah rata-rata yang mengganggu pelaksanaan efektivitas konseling kelompok.

## DAFTAR PUSTAKA

- DeVito, J.A. 1997. *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Profesional Books.
- Effendy, O.U. 1990. *Dinamika Komunikasi*. Bandung: Remaja Karya
- Liliweri, A. 1997. *Perspektif Teoritis Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Lunandi, A.G. 2000. *Komunikasi Mengena: Meningkatkan Efektifitas Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Natawijaya, R. 1987. *Peranan Guru Dalam Bimbingan di Sekolah*. Bandung: CV Abardin.
- Prayitno, A. 1995. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prijosaksono, A. 2010. *Self Mangement Series*. Jakarta: Gramedia.
- Rakhmat, J. 2002. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Puskakarya.
- Rengginas, D.R.P. 2005. *Peran Manajemen Diri dan Kematangan Emosi dengan Pengambilan Keputusan*. Tesis. Yogyakarta: Sekolah Pascasarjana Fakultas Psikologi UGM.
- Sarwono, S.W dan Meinarno, E.A. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sirodz, A. 2010. *Aktualisasi Nilai Dalam Pengembangan Diri*. Jakarta: Evolitera
- Sukardi, K D. 2007. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suyatre, K I. 2006. *Cara Meningkatkan Pengelolaan Bimbingan Konseling Melalui Konseling Kelompok*. Tesis. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wibowo, H. 2010. *Psikologi Untuk Pengembangan Diri*. Bandung: Widya Padjadjaran.
- Winkel, W.S. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.