

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM
MENGURANGI KECEMASAN BERKOMUNIKASI PADA
SISWA SMP MUHAMMADIYAH 2 MEDAN
TAHUN AJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Melengkapi Tugas dan Memenuhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling**

Oleh :

ZAVIRA ANGGRAINI ZEIN

NPM : 1402080186



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2018**



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

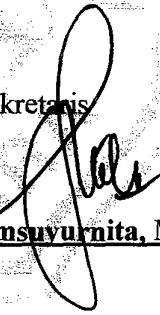


Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Kamis, Tanggal 29 Maret 2018, pada pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Zavira Anggraini Zein
NPM : 1402080186
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi pada Siswa SMP Muhammadiyah 2 Tahun Ajaran 2017/2018


Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

Ketua Sekretaris

Dr. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd **Dra. Hj. Svamsuyurnita, M.Pd**

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dra. Hj. Latifah Hanum, M.Psi
2. Drs. Zaharuddin Nur, MM
3. Dra. Hj. Ratnawati, MA

1. 

2. 

3. 

SURAT PERNYATAAN



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Zavira Anggraini Zein
NPM : 1402080186
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Januari 2018

Hormat saya

Yang membuat pernyataan,



Zavira Anggraini Zein

Diketahui oleh Ketua Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Dra. Jamila, M.Pd

ABSTRAK

Zavira Anggraini Zein.1402080186. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.Skripsi. Medan: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Salah satu tujuan siswa belajar adalah untuk menguasai kemampuan berkomunikasi yang baik. Namun pada kenyataannya, beberapa siswa mengalami *kecemasan dalam berkomunikasi*. Tujuan penelitian ini untuk melihat bagaimana perbedaan tingkat kecemasan berkomunikasi sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, jenis dalam penelitian ini adalah kualitatif.

Subjek penelitian ini diambil pada kelas VIII yang berjumlah 82 siswa yang terdiri dari 3 kelas sedangkan untuk menentukan sampel penulis hanya mengambil 10 orang siswa yaitu kelas VIII-B dan VIII-C masing 5orang siswa. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian menggunakan observasi dan wawancara yang sesuai dengan layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan reduksi data, penyajian data, dan mengambil kesimpulan.

Kata Kunci: Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa.

KATA PENGANTAR



Puji syukur kehadiran Allah Swt yang telah melimpahkan karunia-Nya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat dirampungkan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, Program Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara. Seiring dengan itu, ucapan shalawat dan salam kepada junjungan Rasulullah Muhammad Saw yang telah membawa umat manusia kejalan yang diridho-Nya.

Selesainya skripsi ini atas bantuan berbagai pihak terutama kedua orang tua penulis: Ayahanda **Zainal Arifin Zein, S.Pddan** Ibunda **Farida Wati** yang telah mendidik dan memberikan doa, bimbingan dan semangat sehingga penulis tetap termotivasi untuk menyelesaikan kuliah di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sumatra Utara.

Ucapan yang sama juga penulis sampaikan kepada berbagai pihak yang turut membantu menyelesaikan skripsi ini, antara lain:

- Bapak Dr. Agussani, M.AP, Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
- Bapak Dr. Elfrianto Nst, S.Pd, M.Pd Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

- Ibu Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Ibu Dra. Jamila, M.Pd.Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah.
- Bapak Drs. Zaharuddin Nur,MM. Seketaris Program Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah.
- Ibu Dra. Hj. Ratnawati,MA sebagai pembimbing I bidang materi yang telah meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan serta pengarahan kepada penulis sehingga selesainya skripsi ini.
- Ibu Deliati, S.Ag, M.Ag sebagai pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan serta pengarahan kepada penulis sehingga terselesaikan skripsi ini.
- Teristimewa buat kedua orang tua Ayahanda Zainal Arifin Zein, S.Pd dan Ibunda Farida Wati yang tidak pernah letih untuk selalu mendoakan anaknya dan tak pernah lelah memberikan motivasi, nasehat, merawat dan membimbing saya sehingga saya seperti ini.
- Terimakasih buat adik saya Yulia Tri Putri Zein yang telah mendukung dan menyemangati selama kuliah sampai saat ini.
- Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan pengajaran kepada penulis selama ini.

- Terima kasih kepada Andi Syahputra,SE sudah mendampingi dan mensupport semasa kuliah, serta teman-teman seperjuanganku Uswatun Hasanah Siregar, S.Pd & Rendi Nur Indah Sari, S.Pd, Nia Anjelina Sukamto, S.Pd, Ade Fara Masri, S.Pd, Yulia Agustina, S.Pd yang selalu memberikan dukungan dan semangat selama kuliah dan dalam menyelesaikan skripsi ini.
- Seluruh rekan-rekan stambuk 2014 jurusan Bimbingan dan Konseling khususnya BK Malam yang telah membantu saya dalam melaksanakan kegiatan belajar di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penulis telah berupaya dengan semaksimal mungkin dalam menyelesaikan skripsi ini, mengharapkan kritik dan saran. Dengan segala kerendahan hati penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Kerangka Teoritis.....	8
1. Layanan Bimbingan Kelompok	8
a. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	8
b. Azas-Azas Bimbingan Kelompok.....	9
c. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	10
d. Fungsi Bimbingan Kelompok.....	11
e. Komponen dalam Bimbingan Kelompok.....	11
f. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	13

2. Kecemasan Berkomunikasi	15
a. Pengertian Kecemasan.....	15
b. Pengertian Komunikasi.....	16
c. Pengertian Kecemasan Berkomunikasi	17
d. Ciri-ciri Kecemasan dalam Berkomunikasi	18
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan dalam Berkomunikasi	20
f. Faktor-faktor yang dapat mengurangi Kecemasan Berkomunikasi	21
g. Tipe-tipe dari Kecemasan Komunikasi	22
3. Efektifitas.....	23
B. Kerangka Konseptual.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	28
C. Instrumen Penelitian.....	29
D. Langkah-langkah Penelitian	33
E. Teknik Analisis Data	35
BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN	37
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	37
B. Deskripsi Hasil Penelitian	42
C. Diskusi Hasil Penelitian	52
D. Keterbasan Hasil Penelitian.....	53

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jadwal Kegiatan Penelitian	27
Tabel 3.2	Jumlah Populasi Siswa	28
Tabel 3.3	Sample siswa	29
Tabel 3.4	Pedoman Observasi Siswa	30
Tabel 3.5	Pedoman Observasi Guru Bimbingan dan Konseling	31
Tabel 3.6	Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling	32
Tabel 3.7	Pedoman Wawancara Kepala Sekolah	33
Tabel 4.1	Sarana dan Prasarana Sekolah	39
Tabel 4.2	Struktur Organisasi Sekolah	41
Tabel 4.3	Daftar Nama Guru	47
Tabel 4.4	Daftar Nilai Pre test	48
Tabel 4.5	Daftar Nilai Post Test	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 2	Lembaran Observasi
Lampiran 3	Hasil Wawancara Kepala Sekolah
Lampiran 4	Hasil Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling
Lampiran 5	Penilaian Layanan Bimbingan dan Konseling
Lampiran 6	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
Lampiran 7	Form K-1
Lampiran 8	Form K-2
Lampiran 9	Form K-3
Lampiran 10	Berita Acara Bimbingan Proposal
Lampiran 11	Lembar Pengesahan Seminar
Lampiran 12	Surat Keterangan Seminar
Lampiran 13	Surat Keterangan Plagiat
Lampiran 14	Surat Riset
Lampiran 15	Surat Balasan Riset
Lampiran 16	Berita Acara Bimbingan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi di dalam diri untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Sejarah aktivitas manusia berkomunikasi timbul sejak manusia diciptakan hidup di dunia ini. Manusia tidak dapat terlepas dari interaksi dengan manusia lain untuk melangsungkan kehidupannya. Di dalam berinteraksi antara manusia yang satu dengan yang lainnya tidak dapat terlepas dari kegiatan komunikasi. Manusia yang normal akan selalu terlibat komunikasi dalam melakukan interaksi dengan sesamanya sepanjang kehidupannya.

Komunikasi merupakan hal yang penting dalam kehidupan manusia. Komunikasi menyentuh segala aspek kehidupan manusia, tidak ada kegiatan yang dilakukan oleh manusia tanpa disertai dengan proses komunikasi. Dengan komunikasi setiap individu dapat membentuk saling pengertian, menumbuhkan persahabatan, memelihara kasih sayang, menyebarkan pengetahuan dan melestarikan peradaban. Begitu pentingnya komunikasi dalam kehidupan manusia, apabila mengalami hambatan dalam komunikasi akan mengalamai permasalahan

dalam kehidupannya. Dalam hal ini faktor komunikasi yang efektif memainkan peran yang penting apalagi dalam dunia modern sekarang ini. Komunikasi yang efektif dapat berbentuk apabila penerima informasi dapat menangkap isi dari komunikasi penyampaian dan antara keduanya terdapat umpan balik. Sedangkan komunikasi dinyatakan tidak efektif apabila isi pesan tidak dapat dipahami sehingga hubungan diantara komunikasi menjadi rusak.

Hardjana (2003 : 17) mengatakan bahwa relasi antar manusia dibangun melalui komunikasi. Hal ini berarti apabila individu dapat melakukan komunikasi yang baik dengan orang lain tentu saja akan mempermudah untuk mengenal lingkungannya serta mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

Remaja secara umum merupakan peserta didik. Peserta didik adalah bagian dari anggota masyarakat yang melakukan aktifitas disekolah. Peserta didik tidak hanya belajar untuk mencapai prestasi belajar, tetapi juga belajar untuk berinteraksi dan berkomunikasi yang baik dengan teman sebaya, guru-guru dan setiap individu yang berada disekolah maupun diluar sekolah. Hal ini dikarenakan hakikat manusia sebagai makhluk sosial, yaitu, manusia selalu berinteraksi dan berkomunikasi dengan manusia lainnya dalam memenuhi kebutuhannya.

Realita yang terjadi dilapangan banyak peserta didik yang tidak mampu menerapkan cara berkomunikasi yang baik, sehingga menghambat mereka dalam proses pendidikan.

Azwar (2008:143) menyampaikan bahwa “kecemasan komunikasi ditandai ketidaksediaan untuk berkomunikasi, penghindaran dari partisipasi dan rendahnya pengendalian terhadap situasi komunikasi”.

Kecemasan komunikasi adalah keadaan emosi yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan perasaan takut atau cemas ketika harus berbicara atau menyampaikan pendapat di muka umum, baik secara individual maupun kelompok, yang ditunjukkan dengan adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna.

Kecemasan berkomunikasi dalam realitasnya merupakan suatu bentuk perilaku yang normal dan bukan menjadi persoalan yang serius bagi setiap orang sepanjang individu tersebut mampu mereduksi *Communication Apprehension (CA)* yang dihadapinya sehingga tingkat kecemasannya tidak mengganggu atau berpengaruh terhadap tindak komunikasi yang dilakukakannya. Namun, apabila kecemasan tersebut sudah bersifat patologis, maka individu tersebut akan menghadapi permasalahan pribadi yang bersifat serius, seperti misalnya usaha untuk selalu menghindari berkomunikasi dengan orang lain atau didepan umum yang pada akhirnya akan mengarah pada ketidakpastian individu tersebut untuk berkomunikasi.

Kecemasan secara umum dimengerti sebagai emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang dialami dengan tingkat yang berbeda-beda. Kecemasan sering timbul dalam menghadapi masalah sehari-hari. Bila kemudian ia terpaksa berkomunikasi, sering pembicaraannya yang relevan tentu akan mengundang reaksi yang baik dari orang lain.

Hal ini sesuai dengan kondisi lapangan yang ditemukan dilapangan ketika melakukan observasi di SMP Muhammadiyah 2 Medan bahwa peserta didik yang

mampu berkomunikasi dengan baik didepan umum akan dianggap lebih pintar, lebih menarik, dan mampu menjadi pemimpin. Peserta didik yang kurang mampu berkomunikasi dengan baik didepan umum mempunyai kemungkinan besar untuk gagal dalam berprestasi karena tidak dapat mempengaruhi peserta didik lainnya, meskipun ia mempunyai ide yang bagus.

Bagi beberapa siswa berkomunikasi didepan umum adalah hal yang mencemaskan khususnya yang terjadi pada peserta didik SMP Muhammadiyah 2 Medan. Ketika peserta didik diminta untuk menyampaikan pendapatnya tampak pada siswa tersebut mengalami kecemasan, ditunjukkan dengan mengalihkan pada temannya. Kecemasan yang terjadi kepada peserta didik biasanya dikarenakan peserta didik tidak memiliki pengetahuan yang maksimal ditambah lagi minimalnya pengalaman untuk berbicara didepan umum.

Kecemasan yang dialami peserta didik juga dialami walaupun dia memiliki pengalaman yang baik dalam berkomunikasi didepan umum, hanya saja perbedaan tingkat pengelolaan kecemasan dan pengendalian diri yang berlebihan. Oleh karena itu, agar peserta didik mampu berkomunikasi dengan baik dibutuhkan pelatihan semenjak dini.

Layanan bimbingan kelompok diberikan kepada siswa agar para siswa dapat memperoleh bahan dan membahas pokok bahasan tertentu melalui dinamika kelompok yang terjadi pada saat proses layanan dilaksanakan. Dinamika yang tercipta didalam bimbingan kelompok dapat menjadi wahana dimana masing-masing anggota kelompok tersebut secara perseorangan dapat memanfaatkan informasi, tanggapan kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan masalahnya

tersebut. Kesempatan feedback inilah yang merupakan dinamika dari kehidupan kelompok yang akan membawa kemanfaatan bagi para anggotanya. Oleh karena itu membimbing serta membantu siswa dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi, maka diperlukan cara yang tepat untuk menanganinya.

Sesuai dengan latar belakang di atas, maka penulis merasa penting dan tertarik untuk meneliti permasalahan ini dengan judul **“EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENGURANGI KECEMASAN BERKOMUNIKASI PADA SISWA SMP MUHAMMADIYAH 2 MEDAN TAHUN AJARAN 2017/2018.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Siswa mengalami kecemasan ketika diminta untuk mengemukakan pendapat pada saat belajar kelompok dengan teman sekelasnya.
2. Siswa kurang mampu mengatur tata bahasa dalam berkomunikasi antar siswa maupun dengan guru.
3. Guru BK disekolah belum efektif memberikan layanan-layanan bimbingan konseling kepada siswa.
4. Siswa sering gugup ketika guru memintanya untuk berbicara didepan kelas.

C. Batasan Masalah

Melihat beberapa faktor yang teridentifikasi di atas, maka perlu dilakukan pembatasan masalah atas masalah yang akan diteliti. Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada “Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi

kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018”.

D. Rumusan Masalah

Masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah “Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018”.

E. Tujuan Penelitian

Bertolak latar belakang tersebut, maka permasalahan yang diteliti adalah: Untuk mengetahui efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan teori-teori tentang bimbingan dan konseling yang berhubungan dengan bimbingan kelompok khususnya dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi siswa dalam kelompok belajar.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penulisan diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi banyak pihak:

1. Bagi penulis, dapat menjadi sarana berlatih terutama untuk mengembangkan keterampilan ilmiah. Dalam hal ini melakukan penelitian, mencari referensi, dan menyusun laporan ilmiah.
2. Bagi orang tua atau pendidik, dapat menjadi lebih sadar akan kekuatan kata-kata mereka baik yang menghancurkan maupun yang membangun dan membiasakan penerapan kata-kata positif (*positive words*) sejak dini untuk meningkatkan kecemasan berkomunikasi.
3. Bagi siswa, dapat belajar sejak dini akan pembiasaan *positive words* sehingga kelak dapat membentuk pribadi yang lebih percaya diri, optimis dan sukses terutama sukses dalam berbicara dan berkomunikasi dengan baik.
4. Bagi masyarakat, dapat ikut membantu penerapan kata-kata positif dengan mengurangi pemberian contoh kata negatif dalam lingkungannya.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Layanan Bimbingan Kelompok

1.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Mungin (2005 : 17) menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok di mana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Dewa Ketut Sukardi (2008: 64) menyatakan bahwa adalah layanan bimbingan kelompok yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan. Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat (Sukardi 2003: 48).

Dari beberapa pendapat para ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu dari jenis layanan bimbingan konseling yang beranggotakan 10-15 orang dengan memanfaatkan dinamika

kelompok yang dipimpin oleh pimpinan kelompok yang didalamnya saling berpendapat untuk mengembangkan potensi diri yakni bakat, minat, dan kemampuan berkomunikasi serta memperoleh informasi baru dari topik yang akan dibahas.

1.2 Asas bimbingan kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu :

1. Asas Kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.

2. Asas Keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keragu-raguan atau kekhawatiran dari anggota.

3. Asas kegiatan

Hasil layanan bimbingan kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menumbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam menyelesaikan masalah.

4. Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, dan setiap anggota kelompok harus mengikuti norma-norma yang telah ditentukan didalam kelompok.

5. Asas Kerahasiaan

Setiap ada pendapat dari setiap anggota kelompok anggota tidak diharuskan memberitahu kepada kelompok yang lainnya dan menjadikan sebuah rahasia bagi regu tersebut.

Dari paparan diatas dapat dijelaskan bahwa ada 5 asas dalam bimbingan kelompok yaitu, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan dan asas kerahasiaan.

1.3 Tujuan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan bimbingan kelompok. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal (Tohirin, 2007:172). Sedangkan menurut Romlah (2001:13) menyatakan bahwa “tujuan bimbingan kelompok yaitu untuk membantu individu menemukan dirinya sendiri, mengarahkan diri dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya”.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok ada dua yaitu melatih berkomunikasi, yakni mengeluarkan

pendapat, menerima pendapat orang lain dan jangan sekali-kali mengkritik dan menyalahkan pendapat orang lain, serta memperoleh informasi baru dari topik yang akan dibahas.

1.4 Fungsi Bimbingan Kelompok

Menurut Sukardi (2008:64) layanan bimbingan kelompok mempunyai tiga fungsi yaitu informative, fungsi pengembangan, preventif dan kreatif. Penjelasan dari keempat fungsi tersebut adalah sebagai berikut :

- a. Fungsi informative, memberikan informasi yang luas tentang berbagai hal yang terjadi di lingkungan sekitar.
- b. Fungsi pengembangan, bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih proaktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan konseli. Teknik bimbingan yang dapat digunakan disini adalah pelayanan informasi, tutorial, diskusi kelompok atau curah pendapat (brain stroming), home room, dan karyawisata.
- c. Fungsi preventif (pencegahan) dan kreatif, artinya usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah dan kreatif dalam memunculkan dinamika kelompok yang baik. Dalam fungsi pencegahan ini layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

1.5 Komponen dalam Bimbingan Kelompok

Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok perlu diperhatikan komponen-komponen yang terdapat dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dalam

layanan bimbingan kelompok ada dua pihak yang berperan, yaitu (1) Pemimpin Kelompok, (2) Anggota kelompok atau peserta (Prayitno,2004:4).

Pimpinan kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang dalam melakukan kegiatan bimbingan kelompok. Ini menjelaskan bahwa tidak semua orang bisa menyelenggarakan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Oleh sebab itu pemimpin kelompok memiliki karakter dan peranan penting dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok.

Peranan pemimpin kelompok yaitu proses mempengaruhi kegiatan individu dan kelompok dalam usaha untuk mencapai tujuan dalam situasi tertentu. Upaya untuk mempengaruhi banyak orang melalui komunikasi untuk mencapai tujuan. Dengan kata lain pemimpin kelompok harus memiliki kompetensi untuk mengarahkan, mengkoordinasi, sekaligus menimbulkan minat kepada anggota kelompok untuk berperan secara aktif dalam kegiatan kelompok.

Anggota kelompok (AK) adalah semua individu yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok. Anggota kelompok memiliki peranan terpenting dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok.

Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok keanggotaan perlu diperhatikan. Hal tersebut bukan berarti mendiskriminasikan melainkan untuk mempermudah pencapaian tujuan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam keanggotaan kelompok yakni : jenis kelompok, umur, kepribadian, dan hubungan awal.

1.6 Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok diselenggarakan dengan secara sistematis, terencana dan memiliki tujuan serta sasaran yang jelas. Oleh sebab itu, dalam penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok terdapat beberapa langkah atau tahapan. (Prayitno, 2004: 65) membagi tahapan bimbingan kelompok meliputi :

1. Tahap pembentukan

Tahap ini adalah tahap pengenalan dan perlibatan dari anggota ke dalam kelompok dengan tujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya. Pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-kegiatan kelompok, anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, dan melakukan permainan pengakraban.

2. Tahap peralihan

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keragu-raguan atau

belumsiapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok.

Tujuan dari tahap ini adalah terbebasnya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya; makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan; makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

3. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasanya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok; kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan. Sedangkan untuk bimbingan kelompok topik bebas, kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan; menetapkan topik yang akan dibahas dahulu; kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.

4. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (follow up). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Dalam kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh melalui layanan bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (reinforcement) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri; pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan; membahas kegiatan lanjutan; kemudian mengemukakan pesan dan harapan.

2. Kecemasan Berkomunikasi

2.1 Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan bagian hidup yang tidak mungkin ditiadakan. Alwisol, (2005:28) mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan.

Hal ini didukung oleh Sundari (2005:51) mengatakan bahwa kecemasan terjadi karena individu tidak mampu mengadakan penyesuaian terhadap diri sendiri di dalam lingkungan pada umumnya. Kecemasan ini timbul karena manifestasi perpaduan bermacam-macam proses emosi.

Kecemasan merupakan perasaan takut, gugup, khawatir, panik yang disertai dengan detak jantung meningkat, berkeringat, ketegangan otot, peningkatan pernapasan dan mulut kering.

Dari berbagai pengertian kecemasan menurut para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan tegangan yang menimbulkan emosi tidak menyenangkan seperti perasaan khawatir, gelisah dan takut yang muncul secara bersamaan sebagai reaksi terhadap bahaya yang nyata atau tidak nyata dan melibatkan konflik jiwa dalam diri sendiri. Perasaan tidak menyenangkan muncul karena adanya bahaya yang mengancam dan hambatan yang dapat menimbulkan stress pada dirinya serta menimbulkan akibat yang dapat dilihat melalui gejala psikologis serta sosial dalam diri individu.

2.2 Pengertian Komunikasi

Marwansyah (2010:321) mengemukakan bahwa “*Komunikasi adalah petukaran pesan antar manusia dengan tujuan pemahaman yang sama*”. Komunikasi merujuk pada kalimat mendiskusikan makna, mengirim pesan dan memberikan informasi, pesan, atau gagasan pada orang lain dengan maksud agar orang lain tersebut memiliki kesamaan informasi, pesan atau gagasan dengan pengirim pesan.

Dari beberapa pendapat mengenai komunikasi dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah proses interaksi sosial dan pertukaran informasi yang melibatkan individu-individu dalam suatu hubungan, kelompok dan masyarakat dalam mendiskusikan makna ataupun gagasan pada orang lain dengan mengirimkan pesan.

2.3 Pengertian Kecemasan Berkomunikasi

Kecemasan dapat terjadi dalam berbagai situasi, salah satunya adalah kecemasan yang dialami dalam lingkup komunikasi. Kecemasan komunikasi sebagai keadaan takut pada seseorang ketika harus mengungkapkan kata-kata seperti pidato di depan umum yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis, fisiologis, dan reaksi perilaku secara umum.

Reni, (2003:404) menyebut kecemasan berkomunikasi dengan istilah *communication anxiety*, yang didefinisikan sebagai kondisi individu yang merasa cemas dalam menghadapi situasi komunikasi, khususnya komunikasi di depan umum. Kecemasan berkomunikasi mempunyai banyak istilah yaitu sebagai demam panggung (*stage fright*), kecemasan komunikasi (*communication anxiety*), kecemasan tampil di depan umum (*performance anxiety*), dan kemudian berkembang dengan istilah *communication apprehension*. *Communication apprehension* didefinisikan sebagai kecemasan atau ketakutan yang di derita oleh individu secara nyata atau antisipasi komunikasi, baik dalam suatu kelompok atau individu dengan individu. Sehingga kecemasan komunikasi akan sangat mempengaruhi komunikasi verbal mereka.

Berdasarkan penjelasan diatas disimpulkan bahwa kecemasan dalam berkomunikasi yaitu ketakutan, kekhawatiran, berupa perasaan negative yang dirasakan individu dalam melakukan komunikasi, biasanya berupa perasaan tegang, gugup, ataupun panik yang dialami individu dalam melakukan komunikasi ketika berada didalam situasi tertentu, baik dalam situasi komunikasi yang nyata ataupun komunikasi yang akan dilakukan individu dengan orang lain maupun dengan orang banyak.

2.4 Ciri-ciri Kecemasan Dalam Berkomunikasi

Sri (2014:50) Individu yang mengalami kecemasan dalam melakukan komunikasi memiliki beberapa karakteristik. Horwitz menerangkan bahwa ciri-ciri kecemasan berkomunikasi sebagai berikut :

- a. Ketakutan sebelum dan selama aktivitas atau kegiatan berlangsung.
- b. Pembangkitan fisiologis (kegelisahan yang ditimbulkan oleh meningkatnya aktivitas system saraf otonom).
- c. Pembangkit reaksi subjektif pada diri individu.
- d. Tidak dapat mengendalikan perasaan.
- e. Ketakutan atau kecemasan dalam menyatakan sesuatu.
- f. Perasaan takut dinilai oranglain.

Hal ini tidak jauh berjauh berbeda dengan kecemasan dalam komunikasi disebabkan olehbanyak hal diantaranya yaitu :

- a. Gen

Kecemasan komunikasi bisa disebabkan oleh genetika, yaitu karena dalam genetiknya terdapat sifat cemas dalam komunikasi.

b. Persepsi

Kecemasan komunikasi ini bisa disebabkan oleh persepsi yang buruk terhadap yang diajak berkomunikasi, misalnya mempersepsikan orang yang diajak berbicara menakutkan, atau yang diajak komunikasi akan marah jika dia berbicara.

c. Adanya penilaian

Adanya penilaian juga bisa mengakibatkan kecemasan dalam berkomunikasi, hal ini disebabkan karena takut dinilai buruk maka akan mengalami kecemasan dalam komunikasi.

d. Kurang pengetahuan atau tidak menguasai yang dibiasakan

Kurangnya pengetahuan terhadap yang terhadap yang dibicarakan biasanya juga menyebabkan kecemasan, hal ini karena tidak menguasai sehingga tidak tahu apa yang harus disampaikan atau dijawab jika diberikan pertanyaan atas apa yang dibicarakannya.

e. Asing

Ketika berbicara dengan orang yang belum dikenal biasanya orang yang mengalami kecemasan dalam komunikasi hal ini disebabkan karena belum mengetahui seperti apa orang yang diajak bicara sehingga tidak tahu apa yang seharusnya diperlakukan pada orang tersebut.

f. Konsep diri negative

Diantara hal-hal yang menyebabkan kecemasan dalam komunikasi terdapat konsep diri negative. Konsep diri negative juga berpengaruh besar dalam menyebabkan kecemasan dalam komunikasi.

2.5 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Dalam Berkomunikasi

Kecemasan komunikasi yang dialami individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah seorang ilmuwan Powell & Powell (2010:50) mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan komunikasi yaitu :

1. Genetika

Faktor genetik dimana penampilan fisik dan bentuk tubuh dapat menimbulkan ketakutan dalam bersosialisasi dan menyebabkan kecemasan komunikasi.

2. Skill Acquisitio

Ketika individu tidak dapat mengembangkan keterampilannya dalam berinteraksi seperti penggunaan bahasa, kepekaan terhadap komunikasi non verbal, keterampilan dalam mengatur interaksi dengan individu lainnya maka akan cenderung menimbulkan kecemasan komunikasi.

3. Modelling

Kecemasan komunikasi akan muncul ketika individu melihat kecemasan yang ditunjukkan oleh orang lain saat berinteraksi dan kemudian individu tersebut mengimitasinya sehingga kecemasan komunikasi muncul ketika ia berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

4. Reinforcement

Kecemasan komunikasi dipengaruhi oleh seberapa sering individu mendapat penguatan untuk melakukan komunikasi dari lingkungan sekitarnya. Individu yang menerima *reinforcement positive* dalam komunikasi akan dapat mengurangi kecemasan komunikasi, sedangkan individu yang jarang

diberikan kesempatan untuk melakukan komunikasi dan tidak didorong untuk berkomunikasi akan mengembangkan sikap negatif mengenai komunikasi sehingga muncul kecemasan komunikasi.

Reinforcement adalah proses belajar, individu yang belajar mengembangkan komunikasi akan dapat mengurangi kecemasan komunikasi dibandingkan individu yang tidak belajar untuk mengembangkan komunikasi yang akan dilakukan.

Faktor penyebab lain dalam kecemasan berkomunikasi yaitu kurang mempersiapkan diri, harapan yang terlalu tinggi, cemas karena akan dinilai, pengalaman buruk di masa lampau yang menjadi ketakutan tersendiri, pembicara di hadapkan dengan situasi baru, merasa mempunyai saingan yang lebih unggul, merasa memiliki tekanan dari pewawancara, memiliki pemikiran akan mengalami situasi bahaya.

2.6 Faktor –faktor Yang Dapat Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi

Litle John dan Foss, 2009: 101 yang mengemukakan beberapa carayang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan berkomunikasi yaitu dengan melakukan *training* untuk keterampilan berkomunikasi. Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan konseling yang melatih keterampilan berkomunikasi pada siswa. Di dalam kegiatan bimbingan kelompok anggota bisa membahas tentang cara terampil berkomunikasi. Sehingga dengan informasi dan latihan yang diberikan, kecemasan berkomunikasi pada siswa menurun (berkurang).

Pernyataan ini dapat diterima, karena tujuan bimbingan kelompok adalah :

- a. Melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya. Semakin rendah tingkat kecemasan berkomunikasi siswa, semakin berani ia dalam berkomunikasi atau berpendapat.
- b. Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok.
- c. Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya.
- d. Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok.
- e. Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- f. Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial.
- g. Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan diatas upaya yang dapat meminimalisirkan kecemasan berkomunikasi dapat disimpulkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dapat membantu mengatasi permasalahan siswa dalam berkomunikasi, seperti kecemasan berkomunikasi.

2.7 Tipe-tipe Dari Kecemasan Komunikasi

Powell & Powell (2010:57) mengemukakan bahwa kecemasan komunikasi dapat dibagi berdasarkan tipe-tipe dari kecemasan komunikasi, ada 4 tipe dari kecemasan berkomunikasi diantaranya yaitu :

1. Traitlike Communication Apprehension

Kecenderungan kecemasan komunikasi yang relatif panjang waktunya dan stabil ketika individu dihadapkan pada konteks komunikasi. Tipe ini dapat

dilihat sebagai refleksi orientasi kepribadian dari individu yang mengalami tingkat kecemasan berkomunikasi. Contoh dari kecemasan tipe ini adalah individu yang memiliki kecemasan karena faktor bawaan atau kepribadian yang dimiliki individu dan tipe ini cenderung sulit untuk diubah karena merupakan sifat bawaan dari individu.

2. *Audience-Based*

Individu merasa cemas apabila individu dihadapkan ketika individu berkomunikasi pada tipe-tipe orang tertentu tanpa memandang waktu dan konteks. Contoh dari kecemasan tipe ini adalah individu akan mengalami kecemasan komunikasi apabila dalam melakukan pidato dihadapkan pada orangtua dari individu tersebut, namun apabila individu melakukan pidato tanpa kehadiran orangtua, maka individu tersebut tidak akan mengalami kecemasan.

3. *Situational*

Kecemasan komunikasi yang berhubungan dengan situasi ketika seseorang mendapatkan perhatian yang tidak biasa (*unusual*) dari orang lain.

4. *Context-Based*

Merupakan kecemasan komunikasi hanya pada *setting* tertentu. Kecemasan komunikasi timbul karena berada dalam tempat-tempat tertentu.

3. Efektivitas

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata efektif mempunyai arti efek, pengaruh, akibat atau dapat membawa hasil. Jadi, efektifitas adalah keaktifan, daya guna, adanya kesesuaian dalam suatu kegiatan orang yang melaksanakan

tugas dengan sasaran yang dituju. Efektifitas pada dasarnya menunjukkan pada taraf tercapainya hasil, sering atau senantiasa dikaitkan dengan pengertian efisien, meskipun sebenarnya ada perbedaan diantara keduanya. Efektifitas menekankan pada hasil yang dicapai, sedangkan efisiensi lebih melihat pada bagaimana cara mencapai hasil yang dicapai itu dengan membandingkan antara input dan outputnya (Siagian, 2001: 24).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efektifitas adalah suatu keadaan yang menunjukkan sejauh mana rencana dapat tercapai. Semakin banyak rencana yang dapat dicapai, semakin efektif pula kegiatan tersebut, sehingga kata efektivitas dapat juga diartikan sebagai tingkat keberhasilan yang dapat dicapai dari suatu cara atau usaha tertentu sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai. Media pembelajaran bisa dikatakan efektif ketika memenuhi kriteria, diantaranya mampu memberikan pengaruh, perubahan atau dapat membawa hasil.

B. Kerangka Konseptual

Pada dasarnya, komunikasi perlu dalam diri individu terutamanya pada peserta didik karena sebagian besar dari proses pembelajaran peserta didik bagaimana cara beradaptasi dengan lingkungan baru terutama di lingkungan sekolah. Kecemasan berkomunikasi adalah rasa takut ataupun kekhawatiran individu dalam berkomunikasi baik itu antar pribadi langsung maupun komunikasi dengan orang banyak. Bentuk kecemasan tersebut dapat berupa rasa gugup, ketegangan, ketakutan, ataupun kekhawatiran yang berkaitan dengan komunikasi.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang ahli atau guru pembimbing pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai tujuan tertentu. Informasi yang akan diberikan bertujuan untuk mengurangi kecemasan komunikasi salah satunya dengan teknik diskusi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 2 Medan yang berlokasi di Jln. Pahlawan No.67 Kecamatan Medan Perjuangan.

Sesuai dengan judul penelitian yang penulis tetapkan maka lokasi penelitian ini menjadi tempat yang tepat sebagai penelitian kualitatif.

2. Waktu Penelitian

Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tahun 2017/2018, yang dilakukan dari bulan Oktober 2017 sampai dengan bulan Januari 2018.

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018 yang terdiri dari 3 kelas yang berjumlah 81 siswa. Peneliti menggunakan subjek penelitian untuk menggali informasi kepada informan peneliti, dalam hal ini informan peneliti yang dimaksud adalah : guru bidang study dan guru bimbingan konseling.

Menurut Arikunto (2006:145) subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti. Dalam penelitian ini, responden adalah orang yang diminta memberikan keterangan tentang suatu fakta atau pendapat.

Maka dalam penelitian ini ditentukan subjek penelitian yang kiranya peneliti dapat menggali informasi dari kepala sekolah sebagai pimpinan sekolah, guru bidang study yang memberikan informasi mengenai hasil belajar siswa, guru bimbingan konseling yang memberikan saran serta informasi mengenai kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan.

Tabel 3.2

Populasi siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Medan

No.	Kelas	Populasi
1.	VIII-A	22
2.	VIII-B	23
3.	VIII-C	37
	Jumlah Siswa	82

2. Objek Penelitian

Menurut Sugiyono (2012:13) adalah sebagai berikut :“Objek penelitian adalah sasaran ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu tentang sesuatu hal objektif.

Objek penelitian ini memakai penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang tujuannya menganalisis kejadian yang terjadi pada siswa. Pada penelitian ini mengambil 10 orang siswa dari kelas VIII-B dan VIII-C SMP Muhammadiyah 2 Medan.

Tabel 3.3

Sampel Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Medan

No.	Kelas	Sampel
1.	VIII-B	5
2.	VIII-C	5
	Jumlah Siswa	10

C. Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang pasif dan relative cepat dalam menghimpun data atau informasi yang dibutuhkan maka peneliti dalam penelitian ini menggunakan alat atau instrumen berupa observasi dan wawancara.

1. Observasi

Menurut Gunawan (2013:22) menyatakan bahwa “observasi merupakan suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengadakan penelitian secara teliti, serta pencatatan sistematis”.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengobservasi siswa untuk melihat permasalahan yang ada pada siswa di sekolah. Dalam pengamatan ini peneliti menggunakan jenis observasi partisipan, yaitu observer terjun langsung dan berinteraksi langsung untuk mengumpulkan data dilingkungan yang di observasi, dimana observer membuat materi yang dibuat sebelumnya sesuai dengan tujuan observasi.

Untuk memudahkan proses observasi agar tidak meluas maka dibuat pedoman observasi. Adapun kisi-kisi yang dijadikan pedoman observasi adalah sebagai berikut

Tabel 3.4
Pedoman observasi untuk siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan

No	Aspek Yang Diamati	Hasil observasi
1.	Kemampuan siswa menyesuaikan diri dalam kelompok	
2.	Interaksi siswa dengan guru BK selama proses bimbingan kelompok berlangsung	
3.	Sejauh mana keberanian siswa mengungkapkan masalah dalam proses layanan bimbingan kelompok	
4.	Sejauh mana keberanian siswa dalam menanggapi masalah	

Tabel 3.5
Pedoman Observasi Terhadap Guru Bimbingan Konseling

No.	Indicator	Item
1.	Sarana prasarana bimbingan konseling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ruang 2. Perlengkapan 3. Administrasi 4. Materi belajar 5. Papan jadwal kegiatan 6. Papan jadwal program bimbingan 7. Alat peraga 8. Recorder 9. Rak buku 10. Jam dinding 11. Infokus 12. Computer/laptop
2.	Program bimbingan dan konseling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Harian 2. Mingguan 3. Bulanan 4. Tahunan 5. Program pengumpulan data 6. Program penilaian dan tindak lanjut
3.	Kegiatan bimbingan dan konseling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah kasus 2. Layanan bimbingan konseling 3. Evaluasi
4.	Pemberian layanan dengan bimbingan dan konseling berjalan dengan baik	Pemberian layanan bimbingan konseling dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok yang berjalan dengan baik.
5.	Mengadakan sosialisasi tentang bimbingan dan konseling setelah jam sekolah selesai	Memberikan layanan-layanan bimbingan konseling kepada siswa agar membantu siswa untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

2. Wawancara

Menurut Sugiyono(2010:194) Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti akan melaksanakan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.

Wawancara merupakan teknik paling luas penggunaannya dalam layanan bimbingan konseling. Wawancara dapat dibedakan berdasarkan tujuannya, antara lain untuk membantu siswa mengatasi masalah sendiri dan wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi atau keterangan tentang individu.

Dalam penelitian ini yang akan di wawancarai adalah guru bimbingan konseling, guru bidang study dan siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan. Adapun pedoman wawancara yang digunakan sebagai berikut :

Tabel 3.6
Pedoman Wawancara Dengan Guru Bimbingan dan Konseling

No.	Pertanyaan	Hasil
1	Bagaimana pelaksanaan bimbingan konseling di SMP Muhammadiyah 2 Medan	
2	Hambatan apa saja yang biasanya muncul dalam menyelesaikan masalah siswa ?	
3	Layanan apa saja yang sudah diberikan di SMP Muhammadiyah 2 Medan ?	
4	Bagaimana cara menyikapi siswa yang mengalami kecemasan berkomunikasi dalam tata cara berbicara dan bersikap dengan baik ?	
5	Apakah bapak melibatkan guru lain dalam menyelesaikan masalah siswa ?	
6	Apakah kasus terberat yang pernah bapak hadapi di SMP Muhammadiyah 2 Medan ?	

Tabel 3.7
Pedoman Wawancara Dengan Kepala Sekolah

No.	Pertanyaan	Hasil
1	Bagaimana kinerja guru-guru yang ada di SMP Muhammadiyah 2 Medan ?	
2	Bagaimana kinerja guru bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 2 Medan ?	
3	Sejauh apa keterlibatan bapak dalam menyelesaikan masalah siswa ?	
4	Menurut bapak apa yang masih kurang dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 2 Medan ?	

D. Langkah-langkah Penelitian

Dalam melakukan kegiatan penelitian ini, dibutuhkan langkah-langkah dalam menjalankan kegiatan penelitian. Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini yaitu:

1. Melakukan Observasi

Untuk mendapatkan sumber data yang akurat dalam penelitian ini dilakukan observasi lapangan terlebih dahulu. Peneliti dapat mengobservasi sekolah, guru bimbingan dan konseling dan juga siswa kelas VIII di SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

2. Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok

Peneliti dapat memberikan layanan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku siswa yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal.

3. Melakukan Wawancara

Wawancara dapat membantu peneliti untuk mendapatkan data dan jawaban penelitian, yang mana dalam penelitian ini akan melihat efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

4. Dokumentasi

Peneliti melakukan dokumentasi pelaksanaan kegiatan penelitian melalui foto atau gambar, sebagai bukti fisik pelaksanaan penelitian.

5. Menyimpulkan Hasil

Melalui observasi dan wawancara dan juga pemberian layanan bimbingan kelompok yang telah dilakukan, diharapkan siswa dapat mengetahui dan memahami tentang kecemasan berkomunikasi. Dan dengan adanya layanan bimbingan kelompok ini dapat mengentaskan permasalahan siswa dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian kualitatif, analisis data yang telah ditemui sejak pertama penelitian data ke lokasi penelitian yang dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir terkumpul semua.

Analisis data merupakan salah satu langkah penting dalam rangka memperoleh temuan-temuan hasil penelitian. Teknik analisis data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan membuat gambaran yang dilakukan dengan cara (1) reduksi data atau penyederhanaan (*data reduction*), (2) paparan/penyajian data (*data display*), dan (3) penarikan kesimpulan.

1. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengobservasian, dan transformasi data mentah/data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan.

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah proses penyusunan informasi yang kompleks dalam bentuk sistematis, sehingga menjadi bentuk yang sederhana serta dapat dipahami maknanya.

3. Penarikan Kesimpulan

Langkah terakhir yang dilakukan peneliti dalam menganalisis data secara terus menerus baik pada saat pengumpulan data atau setelah pengumpulan data. Dalam penelitian kualitatif penarikan kesimpulan tersebut dengan cara induktif,

yang mana peneliti berangkat dari kasus-kasus yang bersifat khusus berdasarkan pengalaman nyata kemudian dirumuskan menjadi model, konsep, teori, prinsip, atau definisi yang bersifat umum. Dengan kata lain, penarikan kesimpulan secara induktif adalah proses penelitian yang diawali dengan mengumpulkan data dan kemudian mengembangkan suatu teori dari data-data tersebut.

BAB IV
PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Profil Sekolah

Nama Sekolah	: SMP MUHAMMADIYAH 2 MEDAN
Alamat Sekolah	: Jl. Pahlawan No. 67 kecamatan Medan Pahlawan, Deli Serdang
Telepon Sekolah	: 061-456-853-5
Kota	: Medan
Provinsi	: Sumatera Utara
Beroperasi Tahun	: 1965
Sistem Kurikulum	: KTSP/K-13
Kepala Sekolah	: M. Andres, S.Pd.I
Pendidikan Terakhir	: S1
Jurusan	: PAI

2. Gambaran Umum Sekolah

SMP Muhammadiyah 2 Medan didirikan pada tanggal... Untuk tahun pembelajaran 2017/2018 SMP Muhammadiyah 2 Medan memiliki jumlah siswa-siswi sebanyak, dengan pembagian berikut:

Kelas VII-A	: 24 Siswa
Kelas VII-B	: 24 Siswa
Kelas VII-C	: 47 Siswa
Kelas VIII-A	: 22 Siswa

Kelas VIII-B	: 23 Siswa
Kelas VIII-C	: 37 Siswa
Kelas XI-A	: 24 Siswa
Kelas XI-B	: 37 Siswa

Proses kegiatan mengajar di mulai dari pagi hari pada pukul 07.30 WIB dan berakhir pada pukul 14.30 WIB. Pada setiap pukul 13.00 ISOMA siswa diwajibkan sholat berjamaah dan jam makan siang setelah itu masuk kembali untuk belajar.

Kedisiplinan, kerapian, dan kebersihan adalah hal yang sangat diutamakan dari sekolah. Apabila ada siswa-siswi yang melanggar peraturan di sekolah seperti siswa-siswi yang terlambat hadir disekolah, maka siswa-siswi tersebut akan diberikan hukuman yang bentuknya dapat bermacam-macam, seperti membersihkan semua toilet, membersihkan pekarangan sekolah, dan lain-lain.

3. Visi dan Misi SMP Muhammadiyah 2 Medan

a. Visi SMP Muhammadiyah 2 Medan

Mewujudkan Siswa yang Bertaqwa, Berakhlak mulia, dan unggul dalam prestasi.

b. Misi Muhammadiyah 2 Medan

1. Memberikan nilai-nilai dasar islam berupa kesempurnaan budi pekerti dan akal serta terpeliharanya ketaqwaan dan kesolehan hidup.
2. Menumbuhkan penghayatan dan pengalaman terhadap ajaran islam.
3. Melaksanakan Pengajaran dan bimbingan secara efektif.

4. Menyiapkan anak didik yang mampu menyesuaikan diri dalam menghadapi perubahan zaman sesuai dengan tujuan persyarikatan Muhammadiyah.
5. Menyiapkan anak didik memiliki keterampilan dalam bidang Teknologi.

4. Keadaan Sarana dan Prasarana Sekolah SMP Muhammadiyah 2

Medan

Untuk melaksanakan KBM dan pengelolaan sekolah lainnya, infrastruktur sekolah yaitu berupa ruangan juga memiliki peranan penting yang dapat digunakan sesuai dengan fungsinya masing-masing diantaranya adalah :

Tabel 4.1

Sarana dan Prasarana Sekolah

No	Jenis Sarana dan Prasarana	Jumlah	Keterangan
1.	Ruang Kepala Sekolah	1	Permanen
1.	Ruang BK	1	Permanen
3.	Ruang Guru	1	Permanen
4.	Ruang Belajar Siswa	8	Permanen
5.	Ruang Penjaga Sekolah	1	Permanen
6.	Ruang Administrasi	1	Permanen
7.	Ruang Tata Usaha	1	Permanen
8.	Musholla	1	Permanen
9.	Lapangan Olahraga	1	Permanen
10.	Kantin	1	Permanen
11.	Toilet Siswa	3	Permanen
12.	Toilet Guru	1	Permanen
13.	Gudang	1	Permanen

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018 telah lengkap dan memenuhi sesuai kebutuhan belajar mengajar keberadaan fasilitas tersebut diharapkan mampu mendukung proses pendidikan secara efektif dan efisien.

5. Struktur Organisasi SMP Muhammadiyah 2 Medan

Adapun struktur struktur organisasi yang terdapat di SMP Muhammadiyah 2 Medan yaitu seperti yang terlihat pada gambar 4.2 dibawah ini :

Tabel 4.2

Struktur Organisasi SMP Muhammadiyah 2 Medan



6. Keadaan Guru pada SMP Muhammadiyah 2 Medan

Guru merupakan salah satu unsur pendidikan dalam kegiatan belajar di sekolah. Efektifitas dan efisien belajar siswa di sekolah sangat bergantung kepada peran guru. Bukan hanya sebatas mengajar, guru juga harus bisa mendidik,

melatih dan membimbing siswa kearah tujuan yang ditetapkan. Guru melaksanakan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan, memiliki tanggung jawab yang strategis sejak dari merencanakan,melaksanakan dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di SMP Muhammadiyah 2 Medan.

Tabel 4.3

Daftar Nama Guru SMP Muhammadiyah 2 Medan

No.	Nama Guru	Jabatan
1.	Muhammad Andres, S.Pd.I	Kepala Sekolah
2.	Arief Hakim, S.Pd	Waka Kesiswaan/Humas
3.	Fikri Hazmi, S.Pd	Guru
4.	Nuraisah Nst, S.Pd	*
5.	Fachrurrozi, SH	*
6.	Zakiah, S.Pd	*
7.	Sakdiah Lubis, S.Pd	*
8.	Mawarliah, S.Pd	*
9.	Afriana, S.Pd	*
10.	Yarto, S.Pd	*
11.	Nelda Nita, S.Pd	*
12.	Hery Subyanto, S.Pd	*
13.	Rismaini Hrp, S.Pd	*
14.	Jimmy, S.Pd	Guru BK
15.	Riska	*

16.	Maya Ela Roza, S.Pd	*
17.	Didit Fauzi, S.Pd	*
18.	Siti Fatimah, S.Pd	*
19.	Al Alimul Ihsan, S.Pd.I	*
20.	Rahmayanti, S.Pd	*
21.	Iwan	*
22.	Sri Suryati	Bendahara
23.	Rosdiana Julita Lubis, S.Pd.I	Tata Usaha

Keterangan: Dilihat dari tabel diatas dapat diketahui bahwa jumlah guru yang mengajar di SMP Muhammadiyah 2 Medan rata-rata telah menyelesaikan pendidikan strata satu (S1). Dan ada beberapa orang pegawai yang terdapat pada sekolah tersebut dan diberi tanda (*).

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Dalam penelitian yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018 yang bertempat di Jl. Pahlawan No. 67 kecamatan Medan Pahlawan, Deli Serdang. Yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah 10 siswa dari 2 kelas yaitu kelas VIII dengan keseluruhan jumlah 81 orang siswa, dari kelas VIII-B 5 orang dan VIII-C 5 orang. Sebelum melakukan penelitian peneliti terlebih dahulu melakukan observasi disekolah. Penelitian ini menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok.

Adapun yang ingin diteliti dalam penelitian ini adalah efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan. Langkah-langkah yang peneliti lakukan adalah

observasi, wawancara, dan melaksanakan bimbingan kelompok sambil menjelaskan tentang kecemasan berkomunikasi.

Melalui observasi dan wawancara yang telah dilakukan, penelitian mendapatkan hasil yang disimpulkan bahwa kepala sekolah mendukung penuh setiap kegiatan bimbingan dan konseling dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling kepada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti dilakukan didapatkan hasil bahwa ada beberapa siswa yang mengalami kecemasan berkomunikasi sehingga kurang mampu mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik dikelas.

1. Deskripsi Kecemasan Berkomunikasi

Kecemasan berkomunikasi di artikan berbeda-beda oleh berbagai pihak, beberapa para ahli menyebutkan kecemasan berkomunikasi adalah keadaan takut pada seseorang ketika harus mengungkapkan kata-kata seperti berbicara di depan umum.

Menurut Bapak Jimmy, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling SMP Muhammadiyah 2 Medan mengatakan “Dua hal yang paling mempengaruhi, kecemasan berkomunikasi dapat ditimbulkan karena faktor psikologis, fisiologis.

Pendapat lainnya juga di sampaikan oleh seseorang siswa kelas VIII-C dia menyebutkan bahwa kecemasan berkomunikasi adalah salah satu penghambat belajar dan keadaan takut pada seseorang ketika harus mengungkapkan sesuatu pendapat.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan berkomunikasi adalah kondisi individu yang merasa cemas dalam menghadapi situasi komunikasi, khususnya komunikasi di depan umum atau di depan kelas.

2. Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa

Bimbingan sangat dibutuhkan untuk memberi bantuan kepada individu (peserta didik) agar dengan potensi yang dimiliki mampu mengembangkan diri secara optimal dengan jalan memahami diri, lingkungan, mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik. Berikut dijelaskan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa.

Ada 10 jenis layanan bimbingan dan konseling tetapi di dalam penelitian ini hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dengan layanan bimbingan kelompok ini siswa biasa mengungkapkan permasalahan yang dialaminya dan akan diselesaikan secara berkelompok sehingga siswa dapat lebih mudah mengatasi permasalahan yang dihadapinya.

Berikut penerapan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan Bapak Jimmi S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 2 Medan mengenai pelaksanaan layanan bimbingan kelompok belum berjalan dengan efektif di SMP Muhammadiyah 2 Medan. Hal ini sesuai dengan observasi yang dilakukan penelitian, bahwa memang benar pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok belum berjalan dengan

baik. Hasil wawancara yang dilaksanakan penelitian dengan guru BK bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami kecemasan berkomunikasi.

Bimbingan kelompok yang dilakukan oleh peneliti kepada RAL, MFL, KUN, RUP, AS, SS, DEP, MID, MH, NAK sebagai langkah awal penelitian memberikan topik tugas mengenai pemahaman pendidikan seks. Dalam hal penelitian memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pengetahuan mereka tentang kecemasan berkomunikasi, ada yang mengatakan gugup, takut untuk mengungkapkan sesuatu. Siswa saling memberikan pendapatnya saat bimbingan kelompok dimulai, mereka mulai memahami tentang kecemasan berkomunikasi. Bahwa anggapan mereka tentang kecemasan berkomunikasi masing kurang tepat sehingga mereka masih tidak tau apa solusi dalam mengatasi kecemasan berkomunikasi tersebut. Penelitian juga menyarankan agar siswa mulai mengerti dan memahami apa dampak jika mereka terus-menerus mengalami rasa ketakutan dalam hal mengungkapkan pendapat atau tidak bisa menjaga tata bicara komunikasi dengan baik. Setelah selesai layanan bimbingan kelompok, siswa diberikan penelitian hasil segera.

Berdasarkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, siswa merasa sangat senang mengikuti layanan tersebut. Siswa AS menyatakan bahwa saya senang Buk, mengikuti layanan ini, dengan Ibu memberikan layanan ini, kami bisa lebih memahami tentang kecemasan berkomunikasi dan saya akan memulai untuk lebih aktif dalam proses belajar mengajar dan memulai untuk lebih mengatur tata cara berkomunikasi yang baik baik dengan guru maupun dengan teman sebaya.

Hal ini sesuai dengan pendapat Bapak Muhammad Andres, S.Pd.I selaku kepala sekolah SMP Muhammadiyah 2 Medan dan Bapak Jimmi S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling yang menyatakan bahwa “perlunya pemberian layanan bimbingan kelompok untuk mengetahui informasi baru dan topik yang dibahas secara bersama, yang bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan dan karakter peserta didik. Jika layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dengan baik di sekolah maka kita sebagai guru BK dapat dengan mudah mengetahui apa yang dibutuhkan oleh siswa sesuai dengan tahap perkembangannya”.

Dari pendapat diatas dapat dipahami bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok adalah cara yang sangat efektif dalam mengetahui informasi baru yang dibahas secara bersama-sama dan tercapailah dengan baik.

Tampaknya bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok belum berhasil secara maksimal, dilihat dari observasi yang dilakukan oleh peneliti tentang kecemasan berkomunikasi yang dilakukan oleh objeknya tidak sesuai dengan pemahaman yang dimiliki oleh peserta didik.

Sehingga peneliti melakukan layanan konseling kelompok yang ke II kepada RAL, MFL, KUN, RUP, AS, SS, DEP, MID, MH, dan NAK sebagai langkah awal peneliti memberikan kesempatan untuk mengerjakan soal *fre test* mengenai sikap social sebelum melakukan bimbingan kelompok. Setelah selesai penelitian memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pengetahuan mereka tentang kecemasan berkomunikasi

Siswa saling memberikan pendapatnya saat melakukan bimbingan kelompok, mereka mulai memahami tentang kecemasan berkomunikasi tersebut. Bahwa anggapan mereka tentang kecemasan berkomunikasi sangat tepat bagi mereka, sehingga mereka akan tau cara berkomunikasi yang baik dalam proses belajar mengajar. Setelah selesai bimbingan kelompok, siswa di berikan peneliti soal *post test* dengan pertanyaan yang sama tentang kecemasan berkomunikasi dan penilaian hasil bimbingan kelompok.

Berdasarkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, siswa merasa senang mengikuti layanan tersebut. Siswa MFL menyatakan bahwa “Saya senang Buk, mengikuti layanan ini, dengan Ibu memberikan layanan ini, saya lebih berani untuk mengeluarkan pendapat dan berani berbicara didepan orang banyak. Saya ingin kegiatan ini dapat dilakukan lagi disekolah ini dengan materi yang berbeda, agar kami memiliki pemahaman baru.

Tabel 4.4
Daftar Nilai *Pre test*

No	Nama Siswa	Sebelum
1	RAL	50
2	MFL	80
3	KUN	40
4	RUP	40
5	AS	80
6	SS	50
7	DEP	30
8	MID	40
9	MH	30
10	NAK	70
	Jumlah	510

Dari tabel 4.4 di atas dapat diuraikan pemahaman tentang kecemasan berkomunikasi, hal ini terlihat dari nilai yang dicapai hanya 2 orang siswa yang memperoleh nilai 80.

Tabel 4.5
Daftar Nilai *Post Test*

No	Nama Siswa	Sebelum
1	RAL	90
2	MFL	100
3	KUN	90
4	RUP	80
5	AS	100
6	SS	80
7	DEP	90
8	MID	80
9	MH	80
10	NAK	80
	Jumlah	872

Dari tabel 4.5 diatas dapat diuraikan bahwa nilai *post test* siswa sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok tentang sikap social terhadap kenaikan nilai, untuk siswa inisial RAL dari 50 menjadi 90, selanjutnya untuk MFL kenaikan dari nilai 80 menjadi nilai100, selanjutnya untuk KUN ada kenaikan pemahaman dari 40 menjadi 90, selanjutnya untuk RUP ada kenaikan pemahaman dari 40 menjadi 80, selanjutnya untuk AS pemahaman 80 menjadi 100, selanjutnya untuk SS ada kenaikan pemahaman 50 menjadi 80, selanjutnya untuk DEP ada kenaikan pemahaman 30 menjadi 90, selanjutnya untuk MID ada

kenaikan 40 menjadi 80, selanjutnya untuk MH ada kenaikan pemahaman 30 menjadi 80, selanjutnya untuk NAK ada kenaikan pemahaman 70 menjadi 80.

Berdasarkan hasil wawancara dan layanan segera serta soal yang diberikan di atas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan. Dan diharapkan kepada siswa agar dapat mengaplikasikannya pada kehidupan sehari-hari.

Dari beberapa definisi yang ada di atas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan kepada siswa dalam suasana kelompok dan didalamnya terdapat pemimpin kelompok (Guru pembimbing/konselor) dan anggota kelompok yang bertujuan untuk membahas masalah-masalah umum yang ada dalam kehidupan sehari-hari berguna untuk mengembangkan pengetahuan siswa.

3. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Setelah menyusun perencanaan, selanjutnya peneliti bertindak sebagai guru bimbingan dan konseling yang memberikan bimbingan kelompok. Pelaksanaan layanan ini dilakukan sebanyak 2 kali. Langkah awal yang dilakukan peneliti untuk melaksanakan bimbingan kelompok adalah dengan mengumpulkan siswa/i yang bermasalah menurut rekomendasi wali kelas dan kemudian peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan tahapan-tahapan sebagai berikut :

a. Tahapan Pembentukan

Setelah membentuk kelompok, pemimpin kelompok memulai kegiatannya ditempat yang telah ditentukan. Adapun langkah-langkah kegiatan pada tahapan ini yaitu:

- 1) Mengucapkan salam kepada anggota kelompok
- 2) Memimpin do'a
- 3) Menjelaskan pengertian, tujuan, azas dan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
- 4) Melaksanakan bimbingan kelompok dilanjutkan rangkaian nama

b. Tahap Peralihan

Dalam tahap peralihan langkah-langkah yang harus dilakukan pemimpin kelompok yaitu menjelaskan tentang topik yang akan dibahas didalam kelompok. Topik tersebut bisa bersifat tugas yaitu topik yang sudah dipersiapkan oleh pemimpin kelompok dan bersifat bebas yaitu topik yang berasal dari masing-masing anggota kelompok. Bila perlu pemimpin kelompok memberikan contoh topik yang akan dibahas dalam kelompok.

Pemimpin kelompok harus memperhatikan suasana kelompok dan mempertanyakan kembali kesiapan para anggota kelompok untuk berperan aktif dalam pembahasan pada tahapan kegiatan. Kemudian ajakan untuk membahas dan mendalami topik umum yang telah disepakati bersama.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan, pemimpin kelompok harus mengajak anggota kelompok untuk lebih fokus terhadap topik yang akan dibahas. Dalam bimbingan

kelompok tugas, topik bahasan dikemukakan secara langsung oleh pemimpin kelompok dan langsung dibahas sampai tuntas.

Pada bimbingan kelompok kali ini pemimpin kelompok harus mengambil tema tentang kecemasan berkomunikasi pada siswa. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok mengemukakan pendapat saya tentang masing-masing topik bahasan tersebut. Dan pada topik bahasan yang pertama ada 4 siswa yang belum muncul pemikiran kritisnya, dan pada pertemuan kedua hanya 2 siswa yang masih belum mampu mengeluarkan pendapatnya.

Untuk mengurangi kejenuhan dari masing-masing anggota kelompok, kegiatan dapat diselingi oleh permainan, nyanyian, dan lainnya. Selanjutnya, setiap anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan komitmennya dalam mengikuti bimbingan kelompok tersebut.

d. Tahap Pengakhiran

Dalam tahap pengakhiran, pemimpin kelompok memberikan informasi bahwa kegiatan akan diakhiri. Untuk itu para anggota diberi kesempatan untuk menyampaikan kesan dan pesan selama kegiatan berlangsung dan menanyakan kemungkinan diadakannya kegiatan selanjutnya. Anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan harapan pada pertemuan mendatang. Kemudian ditutup dengan ucapan terima kasih oleh pemimpin kelompok yang diakhiri dengan do'a bersama.

e. Evaluasi

Untuk mengetahui keberhasilan kegiatan kelompok, pemimpin kelompok dapat melakukan tiga tahap penilaian yaitu :

- 1) Penilaian segera (Laiseg), yaitu, dengan memperhatikan bagaimana partisipasi dan komitmen masing-masing anggota kelompok dalam proses menjalani kegiatannya.
- 2) Penilaian jangka pendek (Laijapen), yaitu dengan memperhatikan adanya perubahan tingkah laku dari masing-masing anggota kelompok setelah satu atau dua minggu kegiatan bimbingan kelompok.
- 3) Penilaian jangka panjang (Laijapang), yaitu dengan memperhatikan adanya perubahan sikap dan tingkah laku atau kemampuan lainnya pada akhir semester.

C. Diskusi Hasil Penelitian

Setelah peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok kepada siswa yang mengalami kecemasan berkomunikasi, peneliti melakukan observasi kembali kepada siswa yang telah diberikan layanan bimbingan kelompok untuk melihat seberapa efektif layanan bimbingan kelompok yang telah di berikan kepada siswa untuk mengatasi permasalahan siswa yang tata dalam berbicaranya kurang baik dalam belajar maupun tata cara bicara dan bersikap.

Dari hasil penelitian pada pelaksanaan bimbingan kelompok yang pertama, masih ada 4 orang siswa yang belum terlihat masih gugup ketika mengeluarkan pendapat dalam kegiatan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa siswa tersebut masih kurang mampu dalam berkomunikasi dengan baik seperti yang diharapkan peneliti. Maka dengan demikian peneliti melaksanakan kembali kegiatan bimbingan kelompok yang kedua kalinya untuk mengentaskan permasalahan mengenai kecemasan berkomunikasi pada siswa.

Pada pertemuan kedua ini peneliti melihat dan mendengarkan pendapat-pendapat yang mereka keluarkan. Kemudian hasil dari observasi yang dilakukan pada kegiatan bimbingan kelompok yang kedua ini dari 10 orang siswa dan 2 orang siswa masih juga terlihat yang cemas dan takut dalam mengungkapkan pendapatnya dalam kegiatan bimbingan kelompok ini.

Dengan demikian satu persatu siswa sudah mulai berkembang dalam kegiatan yang diadakan tersebut dan komunikasi mulai lancar. Berkomunikasi dengan baik sangat diperlukan karena untuk mendorong keberhasilan dan pencapaian cita-cita mereka untuk kedepannya.

D. Keterbatasan Penelitian

Penulis mengakui bahwa penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih banyak kekurangan dan keterbatasan yang penulis hadapi dalam penulisan skripsi. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa hal antara lain :

- 1) Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh penulis baik moral maupun moril dari awal pembuatan proposal serta pelaksanaan penelitian.
- 2) Penelitian dilakukan relatif singkat. Hal ini disebabkan penulis mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh peneliti.

Dengan demikian peneliti menyadari dengan sepenuh hati bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penelitian akan mendiskusikan lebih lanjut dengan rekan-rekan dan dosen pembimbing dalam upaya pengembangan dan penyempurnaan penelitian.

BAB V

KESIMPULAN dan SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis laksanakan atau lakukan mengenai Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan Tahun Ajaran 2017/2018, maka penulis menemukan beberapa kesimpulan.

1. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan topik khusus sudah berhasil dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Medan dengan menggunakan teknik diskusi kelompok dengan topik kecemasan berkomunikasi.
2. Efektifitas kecemasan komunikasi siswa di SMP Muhammadiyah 2 Medan cukup baik namun kemampuannya berbeda-beda, ada beberapa siswa yang masih cemas dalam komunikasi serta antusiasmenya mengikuti pelajaran.
3. Dari hasil penelitian, efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Medan terbilang cukup efektif dan efisien.

B. Saran

Dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa melalui layanan bimbingan kelompok, guru bimbingan dan konseling berupaya untuk meningkatkan kualitas dalam pemberian layanan guna mengaplikasikannya dalam kegiatan bimbingan kelompok siswa tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan maka penulis memberikan saran-saran yaitu :

1. Bagi Siswa

Diharapkan kepada seluruh siswa dalam kegiatan belajar harus mengikuti berbagai peraturan serta tata tertib yang diberlakukan di sekolah, dan setiap siswa dituntut untuk dapat berperan aktif atau ikut serta menjadi anggota bimbingan kelompok guna meningkatkan keberhasilan yang akan dicapai siswa diwaktu mendatang.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan kepada orang tua siswa untuk dapat memotivasi dan memberikan dukungan penuh kepada anaknya serta memberikan pengawasan dalam hal kegiatan pengembangan bimbingan kelompok.

3. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan kepada guru bimbingan dan konseling agar berperan aktif dalam mengarahkan, membantu dan membimbing para siswa dalam berperilaku lebih baik lagi.

4. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan kepada kepala sekolah agar lebih mendukung dan tanggap terhadap proses konseling yang dilaksanakan dan mengupayakan untuk melengkapi sarana dan prasarana di sekolah agar proses bimbingan dan konseling berjalan dengan optimal.

5. Bagi Penulis

Diharapkan kepada peneliti lain untuk lebih mengembangkan pembahasan mengenai efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa dalam setiap pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus M. Hardjana, 2003, *Komunikasi Intrapersonal&Komunikasi Interpersonal*, (Yogyakarta: Kanisius).
- Alwisol. 2005. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Apollo. 2007. *Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Berkomunikasi secara Lisan pada Remaja*.
- Arikunto, S.2008.*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Basrowi dan Suwandi. (2010).*Memahami Penelitian Kualitatif*.Jakarta: Rineka Cipta.
- Foss, Littlejohn .2009, *Teori Komunikasi*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Marwansyah. 2010. *Manajemen sumber daya manusia*. Alfabeta:Bandung.
- Powell. R & Powell. D. 2010.*Classroom Communication and Diversity*.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan kelompok*. Padang : Fakultas IlmuPendidikan Universitas Negeri Padang.
- Rahayu, I.T., Ardani, T.A., dan Sulistyaningsih. 2004. *Hubungan Pola Pikir Positif dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum*.
- Ramadhani 2012, Hapriyanti, “Perbedaan Kecemasan Komunikasi Antara Mahasiswa yang Mengikuti Pendekatan Pembelajaran Student Centered Learning dengan Teacher Centered Learning”,Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.

Romlah, Tatik. 2001. Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok.

Malang: Universitas Negeri Malang Press.

Sundari, Siti. (2005). Kesehatan Mental Dalam Kehidupan, Jakarta: Rineka Cipta

Sugiyono.(2010). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND. Bandung :

Alfabeta.

Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.

Bandung:Alfabeta.

Sukardi.2008, Metodologi penelitian kualitatif, kuantitatif dan R dan D, Bandung

Alfabet

Tohirin 2007, Bimbingan Konseling disekolah dan madrasah, Jakarta: Raja

Grafindo Persada.

Wahyuni, Sri. 2014. Jurnal hubungan antara kepercayaan diri dengankecemasan

berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi.

Wibowo, Mungin Edi. 2005. "*Bimbingan Kelompok Perkembangan*". Semarang:

UNNES Press.