

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Komunikasi adalah hal yang sangat berpengaruh dalam kehidupan seseorang, baik di masyarakat, keluarga, bahkan diri sendiri. Menurut Profesor Wilbur Schramm (dalam Cangara, 2004) tanpa komunikasi, tidak mungkin terbentuk suatu masyarakat. Sebaliknya tanpa masyarakat, manusia tidak mungkin dapat mengembangkan komunikasi.

Komunikasi merupakan sesuatu yang penting dalam kehidupan manusia dan akan selalu dilakukan kapan saja dan di mana saja. Melalui komunikasi yang dilakukan, manusia dapat menyampaikan perasaannya secara langsung kepada individu yang lain. Mengingat pentingnya komunikasi dalam kehidupan, kemampuan berkomunikasi menjadi kebutuhan utama dalam melakukan interaksi sosial salah satunya dalam lingkungan sekolah. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah merupakan tempat bagi siswa dalam menggali ilmu pengetahuan yang akan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Selain itu, sekolah juga merupakan tempat bagi siswa untuk belajar berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman sebaya, guru, maupun seluruh personil sekolah.

Rakhmat (2008) mengatakan bahwa ketakutan untuk melakukan komunikasi dikenal sebagai *communication apprehension*. Orang yang *aprehensif* (prihatin atau takut) di dalam berkomunikasi akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil

mungkin untuk berkomunikasi, dan akan berbicara jika terdesak saja. Bila kemudian ia terpaksa berkomunikasi, sering pembicaraannya tidak relevan, sebab berbicara yang relevan tentu akan mengundang reaksi yang baik dari orang lain. Orang yang kurang mampu berkomunikasi dengan baik di depan umum mempunyai kemungkinan besar untuk gagal presentasi karna tidak dapat mempengaruhi orang lain, meskipun ia memiliki ide bagus.

Menurut Elliot et al. (Ramadhani, 2012) komunikasi memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran yaitu hubungan antara guru dengan peserta didik, penyampaian materi pelajaran termasuk di dalamnya keaktifan atau keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran, serta pemberian feedback bagi peserta didik.

Proses pendidikan tidak terlepas dari komunikasi. Salah satu kegiatan dalam proses pendidikan yang berkaitan erat dengan proses komunikasi yaitu proses belajar mengajar di kelas. Pada proses belajar mengajar, peserta didik di tuntut untuk mengikuti kegiatan belajar dengan berpartisipasi secara aktif, misalnya bertanya kepada guru atau mengemukakan pendapat di dalam kelas. Partisipasi peserta didik dalam proses belajar mengajar dapat dijadikan indicator pemahaman peserta didik terhadap materi yang telah disampaikan.

Hambatan yang muncul dalam proses komunikasi yang timbulnya kecemasan saat melakukan komunikasi. Kecemasan komunikasi dapat terjadi dalam berbagai lingkup kehidupan manusia, antara lain dalam lingkup sosial, individu yang mengalami hambatan berupa kecemasan komunikasi cenderung akan menghindari lingkungan sosial yang menuntut untuk melakukan komunikasi secara langsung.

Kecemasan komunikasi dalam lingkup sosial akan terlihat dari kurangnya interaksi atau hubungan dengan orang lain.

Pada lingkup akademik, tidak jarang ditemukan peserta didik yang mengalami hambatan komunikasi berupa kecemasan. Kecemasan komunikasi dalam lingkup akademik dapat terlihat dari interaksi antara peserta didik dalam proses belajar mengajar, baik itu dengan peserta didik lain ataupun dengan guru. Pada lingkup akademik, proses pendidikan yang berlangsung akan sangat berkaitan erat dengan komunikasi. Segala sesuatu yang berkaitan dengan proses pendidikan tidak akan dapat berjalan tanpa adanya komunikasi.

Timbulnya berbagai macam permasalahan dalam proses pendidikan khususnya dalam proses belajar mengajar di kelas dapat bermula dari adanya persoalan atau hambatan dalam melakukan komunikasi. Permasalahan kecemasan dalam komunikasi antara lain ketika guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengemukakan pendapat, ide, atau gagasannya terkadang peserta didik terlihat takut, gugup, gelisah, bahkan sampai berkeringat dingin dan besarnya rasa cemas siswa saat mengemukakan pendapat. Reaksi terjadi karena peserta didik beranggapan pendapatnya akan salah dan akan diremehkan oleh guru dan teman-temannya.

Kecemasan berkomunikasi yang dialami pembicara berpengaruh terhadap proses pesan yang disampaikan. Menurut Devito (2001) mengungkapkan bahwa kecemasan berkomunikasi merujuk pada rasa malu, keengganan berkomunikasi, ketatukan berbicara di depan umum, dan sikap pendiam dalam interaksi komunikasi.

Kecemasan berkomunikasi pada siswa saat berbicara di depan umum banyak dialami

saat berada dalam situasi tertentu. Kecemasan komunikasi yang semakin meningkat dapat menghambat komunikasi antarkelompok yaitu antara pembicara dengan audien. Rakhmat (2008) mengungkapkan bahwa tidak ada individu yang mampu hidup normal tanpa adanya proses komunikasi atau berbicara dengan orang lain.

Realita yang terjadi dilapangan banyak peserta didik yang tidak mampu menerapkan cara berkomunikasi yang baik, sehingga menghambat mereka dalam proses pendidikan. Menurut Hawari (2011) diperkirakan jumlah yang menderita gangguan kecemasan baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan antara perempuan dan lelaki yaitu 2 banding 1. Antara 2% - 4% diantara penduduk di suatu saat kehidupannya mengalami gangguan cemas. Kepribadian pencemas ditandai dengan perasaan cemas, khawatir, tidak tenang, ragu, bimbang, kurang percaya diri, gerakan sering serba salah, tidak tenang bila duduk, gelisah dan gugup apabila tampil di muka umum atau demam panggung.

Berdasarkan penelitian Burgon (Siska 2003) mengemukakan sebesar 10-20% populasi di Amerika Serikat mengalami kecemasan berkomunikasi yang sangat tinggi, dan sekitar 20% mengalami kecemasan berkomunikasi cukup tinggi. Penelitian lain juga dilakukan oleh Rayahu dkk (2003:2) pada mahasiswa Akta IV Universitas Islam Negeri (UIN) Malang menghasilkan data 45,5% masiswa mempunyai kecemasan tinggi, 35,27% mahasiswa mempunyai kecemasan sedang, dan 20,23% mahasiswa mempunyai kecemasan rendah dalam hal berkomunikasi di depan umum.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMK Negeri 1 Kutacane, terdapat siswa yang mengalami kecemasan berkomunikasi. Baik faktor yang mempengaruhi

kecemasan berkomunikasi ini disebabkan faktor dari dalam diri maupun faktor dari luar diri siswa. Termasuk yang peneliti peroleh berdasarkan hasil sharing pendapat dari guru bimbingan dan konseling. Terdapat 45% siswa yang mengalami kecemasan tinggi, 30% siswa mengalami kecemasan sedang dan 25% siswa mengalami kecemasan rendah. Kecemasan berkomunikasi siswa yaitu seperti gugup saat ingin tampil di depan kelas atau di podium, tidak berani mengungkapkan perasaannya, takut mengungkapkan pendapat, tidak berani mengambil keputusan, tidak mau berkomunikasi terlalu lama dengan orang lain. Hal ini dapat dilihat ketika peneliti berinteraksi dengan siswa kelas XI TKJ SMK Negeri 1 Kutacane. Pendapat ini juga didukung oleh para guru bidang studi yang mengajar di kelas yang mengatakan hal demikian.

Berdasarkan paparan di atas dan fakta yang telah peneliti observasi, maka peneliti terdorong meneliti dan memecahkan masalah kecemasan berkomunikasi siswa melalui Konseling Kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*. Konseling Kelompok merupakan upaya memberi bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhan. Teknik *assertive training* merupakan salah satu teknik pendekatan perilaku yang dapat dilakukan untuk mengembangkan perilaku asertif dan mengubah tingkah laku lama menjadi tingkah laku baru menjadi lebih baik.

Penggunaan *assertive training* didasarkan pada asumsi bahwa banyak orang mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan

diri adalah tindakan yang layak atau benar. *Assertive training* dapat digunakan untuk membantu individu yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan, dapat bersikap jujur, jelas dan terbuka tetapi tanpa merugikan, melukai, serta menyinggung perasaan orang lain. Dalam *assertive training* peserta didik dapat menjelaskan dan menceritakan keinginannya secara jujur, jelas, dan terbuka namun tetap sesuai dengan norma-norma yang berlaku sehingga tidak merugikan orang lain/lingkungan disekitarnya.

Asumsi yang dipakai dalam penelitian ini adalah bahwa dengan bimbingan kelompok teknik *assertive training* akan terjadi proses interaksi antar individu. Diharapkan *assertive training* dijadikan wahana pemahaman nilai-nilai positif bagi peserta didik, khususnya dalam meningkatkan kemampuan berkomunikasi yang tidak hanya pendekatan personal namun dengan pendekatan kelompok seperti latihan assertif yang akan lebih optimal karena para peserta didik tidak akan merasa terhakimi dengan keadaannya sendiri, apalagi masalah kecemasan berkomunikasi merupakan masalah yang banyak dialami oleh remaja sehingga untuk mengefesienkan waktu teknik *assertive training* dimungkinkan lebih efektif.

Berdasarkan uraian di atas dan fakta yang diperoleh di lapangan maka peneliti tertarik untuk meneliti ***“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kecemasan Berkomunikasi Siswa Kelas XI TKJ 3 SMK Negeri 1 Kutacane Tahun Ajaran 2019/2020”***.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas yang telah diuraikan di atas, maka identifikasi masalah adalah:

1. Ada siswa yang merasa takut, gelisah, dan berkeringat dingin pada saat guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkomunikasi dengan mengemukakan pendapat, ide dan gagasannya.
2. Besarnya rasa cemas siswa saat mengemukakan pendapat
3. Siswa takut dianggap remeh oleh guru dan teman-temannya jika ia bertanya dan mengungkapkan pendapat.

## 1.3 Batasan Masalah

Setelah permasalahan diidentifikasi, maka perlu adanya pembatasan masalah yang diteliti. Dengan perhitungan keterbatasan yang dimiliki peneliti hanya dibatasi tentang pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kecemasan berkomunikasi siswa kelas XI 3 TKJ Negeri 1 Kutacane Tahun Ajaran 2019/2020

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kecemasan berkomunikasi siswa kelas XI TKJ 3 SMK Negeri 1 Kutacane Tahun Ajaran 2019/2020?.

## 1.5 Tujuan Penelitian

Bertitik tolak dari rumusan masalah tersebut, maka tujuan pelaksanaan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kecemasan berkomunikasi siswa kelas XI TKJ 3 SMK Negeri 1 Kutacane Tahun Ajaran 2019/2020.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Pentingnya suatu penelitian didasarkan atas manfaat yang diperoleh dari penelitian tersebut. Dari penelitian ini diharapkan bermanfaat, sebagai berikut:

### a. Manfaat Teoritis

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

### b. Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah, dapat dijadikan model untuk memberikan bimbingan pada siswa yang memiliki masalah yang sama.
2. Bagi Guru Bidang Studi, dapat mengetahui dan memahami gejala kecemasan berkomunikasi yang terjadi pada siswa.
3. Bagi Guru BK, dapat digunakan untuk meningkatkan kinerja guru BK dalam menangani masalah kecemasan berkomunikasi siswa.

4. Bagi Orang tua, dapat mengatasi kecemasan berkomunikasi siswa dan membiasakan siswa untuk aktif dalam kehidupan sosial sehingga kebiasaan cemas dalam berkomunikasi dapat diminimalisir.
5. Bagi Peneliti, peneliti mendapatkan pengalaman selama menjalani bimbingan kelompok untuk mengurangi kecemasan pada siswa. Pengalaman ini berguna untuk keterampilan peneliti saat menjadi guru BK atau konselor di sekolah.
6. Bagi Siswa, yang mempunyai masalah kecemasan berkomunikasi, setelah mendapat bimbingan ini menjadi lebih berani dalam berkomunikasi.
7. Bagi Mahasiswa/i PPB/BK UNIMED, dapat menjadikan penelitian ini sebagai pedoman dalam pelaksanaan bimbingan disekolah yang akan datang.