

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sebagai makhluk sosial manusia membutuhkan komunikasi dengan orang lain. Kata komunikasi atau *communication* dalam bahasa Inggris berasal dari bahasa Latin *communis* yang berarti “sama”, *communico*, *communication*, atau *communicare* yang berarti “membuat sama” (*to make common*). Istilah pertama (*communis*) paling sering disebut sebagai asal kata komunikasi yang merupakan akar dari bahasa Latin lainnya yang mirip. Istilah pertama (*communis*) paling sering disebut sebagai asal kata komunikasi yang merupakan akar dari bahasa Latin lainnya yang mirip. Komunikasi menyarankan bahwa suatu pikiran, suatu makna, atau suatu pesan dianut secara bersama (Mulyana, 2008, hal. 46)

Dalam proses Kegiatan belajar mengajar (KBM) di sekolah, pentingnya interaksi aktif antara guru dengan siswa dan siswa dengan siswa. Proses transfer ilmu dari guru kepada siswa melalui komunikasi, apabila komunikasi tidak berjalan dengan baik antara guru dengan siswa proses transfer pengetahuan pastinya akan terhambat. Tidak hanya guru dengan siswa saja namun siswa dengan siswa membutuhkan komunikasi untuk menjalin hubungan, membina kerja sama, saling memengaruhi, bertukar ide dan pendapat, serta mengembangkan inovasi kreatif. (Effendy, 2007, hal. 101-103) mengungkapkan pendidikan ialah komunikasi, proses yang dimaksud terlibat dua komponen yang terdiri atas manusia, yaitu pengajar sebagai komunikator dan pelajar sebagai komunikan. Menurut Nofrion, Fungsi komunikasi dalam pendidikan yaitu *Pertama*, sebagai

pengembangan pengetahuan dan keterampilan dimana Seorang guru yang bertindak sebagai pengirim pesan akan menyampaikan pesan kepada siswa. Pesan yang diterima siswa lalu dikembangkan dan dilanjutkan serta dielaborasi dan respon yang diberikan oleh siswa menjadi catatan bagi guru meninjau sejauh mana pemahaman siswa. *Kedua*, sebagai pembentukan sikap dan nilai, ketika seseorang berkomunikasi akan membentuk perilaku dan sikap serta menunjukkan nilai dalam dirinya (Nofrion, 2018, hal. 28-29).

Glossophobia adalah masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah salah satu masalah dalam komunikasi. *Glossophobia* (Atrup & Fatmawati, 2018, hal. 140-141) berasal dari kata “*glossa*” dan “*phobos*” dari istilah Yunani. *Glossa* yaitu, lidah sedangkan *phobos* yaitu, rasa takut atau ketakutan. *Glossophobia* adalah ketakutan atau kecemasan seseorang berbicara didepan umum dalam menyampaikan ide, gagasan ataupun pendapat. *Glossophobia* adalah keberanian yang tidak muncul atau ketakutan yang tidak beralasan ketika berbicara didepan umum yang artinya sama seperti “demam panggung”, misalnya saat berada disebuah situasi keramaian atau acara kemudian kita diminta berpidato berbicara didepan publik, tiba-tiba lutut terasa lemas, telapak tangan berkeringat, sulit mengeluarkan kata kata dan nafas terengah-engah (Musman, 2020, hal. 12).

Glossophobia sejenis phobia sosial (*social anxiety disorder*) dimana seseorang yang mengalami *Glossophobia* merasa cemas, takut salah, tidak percaya diri, gemetar, keringat dingin, jantung berdetak lebih kencang bahkan sampai nafas menggebu gebu ketika berbicara didepan umum. Menurut Hagopian dan Ollendick dalam (Bayhaqi, Murdiana, & Ridf, 2017, hal. 147) kecemasan adalah sebuah respon disebabkan oleh stimulus yang diperoleh dan dianggap

sebagai ancaman, respon yang dimaksud ialah fantasi-fantasi, perilaku menghindar, perasaan akan adanya bahaya, meningkatnya gairah-gairah fisik, dan perasaan tidak nyaman seperti diteror. Adler dan Rodman (dalam Gufron & Risnawati, 2011, hal 35) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan kecemasan adalah pengalaman masa lalu dan pemikiran yang irasional.

Dalam (Esposito, 2007, hal. 8) Masalah takut berbicara didepan umum adalah ketakutan nomor satu di Amerika berdasarkan sebuah studi data Sensus 1998 yang dilakukan oleh *National Institute of Mental Health* (NIMH). Takut berbicara di depan umum dan tampil termasuk dalam kategori fobia Sosial. Kriteria yang muncul menciptakan penderitaan yang signifikan bagi orang tersebut atau tanda-tanda yang mengganggu secara signifikan dengan pekerjaan, akademik, atau sosialnya. Ketakutan terbesar ketika berbicara didepan umum Menurut Hojanto ialah takut salah, takut salah berbicara, takut salah menjelaskan sehingga membentuk kegeisahan yang membelenggu orang ketika tidak mampu berdiri dan berbicara didepan umum (Hojanto, 2018, hal. 5).

Standar Kompetensi lulusan satuan pendidikan (SKL-SP) Dalam (Rachmawati, 2016, hal. 2) pada jenjang SMA adalah siswa yang mampu berkomunikasi secara efektif dan santun secara lisan dan tulisan, berkembang secara optimal dengan menggunakan kelebihannya dan memperbaiki kelemahannya. Sekolah Menengah Atas adalah masa dimana siswa mengembangkan potensinya dalam bidang pribadi, sosial, profesional, dan studinya. Kemampuan berbicara dalam dunia pendidikan sangatlah dibutuhkan. Siswa yang mampu menyampaikan informasi, ide atau gagasan dimuka umum akan menunjukkan kualitas diri seseorang dan cenderung menunjukkan sosok

pemimpin. Dimana pada waktu-waktu tertentu dan dengan tugas-tugas tertentu pada topik terkadang ada kegiatan untuk mempresentasikan hasil tugas dalam bentuk presentasi atau menyampaikan pendapat siswa di depan kelas guna menunjang hasil proses pembelajaran yang baik. Sedangkan siswa yang tidak mampu berkomunikasi dengan baik di muka umum mempunyai kemungkinan lebih besar untuk gagal dalam presentasi karena tidak dapat mempengaruhi orang lain walaupun memiliki ide atau gagasan dibalik layar. Adanya gejala *Glossophobia* pada siswa dapat menghambat tingkat perkembangannya.

Berdasarkan penelitian (Werhadiantiwi & Pratiwi, 2016, hal. 491) siswa SMA Negeri 1 Gedangan dari 31 siswa sebanyak 24 siswa (77,42%) terindikasi siswa yang mengalami ketakutan berbicara di depan banyak orang (*Glossophobia*) dengan tingkatan yang berbeda. Gejala yang dialami siswa yang mengalami *Glossophobia* yaitu gerogi, lupa harus berbicara apa, bingung, anggota tubuh gemetar, pusing, ingin pergi ke toilet, sakit perut hingga sesak nafas. Adapun penelitian yang dilakukan Rachmawati pada siswa kelas X SMAN 13 Surabaya dari hasil pengukuran terdapat 24 siswa yang masuk kategori tinggi, 87 siswa yang masuk pada kategori sedang , dan 23 siswa yang masuk kategori rendah (Rachmawati, 2016, hal. 5). Berdasarkan hasil penelitian di salah satu SMP di Kota Kediri, terdapat siswa yang takut berbicara di depan umum (*Glossophobia*) hampir di setiap kelas. Hal ini terlihat ketika siswa ditunjuk secara tiba tiba untuk menjawab soal mereka memilih diam, atau ketika diberikan kesempatan oleh guru bertanya mereka memilih diam dan bertanya kepada teman yang lain (Atrup & Fatmawati, 2018, hal. 145). Dikhawatirkan siswa yang menderita *Glossophobia* tidak berkembang secara optimal dan berlanjut hingga dewasa. Dari penelitian

tersebut memberikan informasi bahwa banyaknya siswa yang mengalami *Glossophobia*

Tujuan utama pendidikan dalam (Febrini, 2020, hal. 17) adalah berkembangnya kepribadian setiap siswa secara optimal. Pendidikan pada dasarnya menyeluruh, jika pendidikan hanya fokus pada akademik kepribadian siswa tidak berkembang secara optimal sesuai dengan tujuan pendidikan, diperlukan bimbingan untuk mengatasi masalah siswa, seperti masalah psikologis, misalnya kecemasan. Bimbingan Konseling adalah proses dimana klien dibantu dalam menghadapi permasalahan personal dan interpersonal oleh seorang konselor. Tujuan utama dari konseling adalah untuk membantu klien dan membawa perubahan yang secara sadar akan dilakukan oleh klien (Febrini, 2020, hal. 1). Bimbingan Konseling merupakan pelayanan psiko pedagogis yang membantu siswa dalam mengatasi berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangan dirinya untuk dapat menjalani kehidupan sehari-hari secara efektif, kreatif, dan dinamis.

Surat Keputusan Mendikbud Nomor 025/0/1995 tentang petunjuk teknis pelaksanaan jabatan fungsional menyatakan bahwa bimbingan konseling adalah pelayanan bantuan untuk siswa, baik secara individual maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung dan norma-norma yang berlaku. Tujuan Bimbingan dan konseling ialah membantu siswa mencapai kematangan dan kemandirian, tugas-tugas perkembangannya, dan aspek-aspek kepribadiannya. Pada unit Bimbingan dan Konseling terdapat strategi dalam Bimbingan dan

Konseling yang dapat diberikan dalam upaya mengatasi permasalahan yang dialami siswa misalnya, bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individu, layanan mediasi dan lain sebagainya. Melalui Konseling Kelompok sikap-sikap positif siswa dapat dikembangkan, dan membentuk karakter (Hartinah & Sitti, 2009: 64). Selain itu, Menurut Steinberg dalam (Wirada dkk, 2017 : 115) bagi remaja teman sebaya ialah faktor yang paling mempengaruhi kehidupan remaja. Remaja cenderung akan lebih mudah belajar dengan teman sebaya daripada orang dewasa. Karakteristik remaja yang menyukai hal baru, tidak menyukai hal-hal yang monoton tentunya akan menjadi tantangan bagi guru BK untuk menciptakan dinamika kelompok yang lebih menyenangkan. Untuk membuat remaja aktif dalam kegiatan kelompok, pembimbing harus merancang kegiatan yang aktif, menarik dan akan membuat anggota lebih mudah terlibat aktif dalam kegiatan.

Konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat membantu permasalahan siswa. Konseling kelompok bertujuan mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri masing-masing anggota kelompok. Kegiatan konseling kelompok pada umumnya menggunakan prinsip dinamika kelompok. Guna mengoptimalkan pelaksanaan konseling kelompok untuk meminimalisir tingkat *Glossophobia*, peneliti akan menggunakan teknik *Assertive Training* yang merupakan salah satu teknik yang bisa dilakukan dalam setting Konseling Kelompok.

Peneliti memandang perlu menggunakan konseling kelompok dengan teknik khusus untuk meminimalisir tingkat *glossophobia* siswa dengan teknik *Assertive Training*. Teknik *Assertive Training* merupakan salah satu teknik pada

pendekatan behavioristik, dimana pendekatan ini dapat mengubah tingkah laku individu. *Glossophobia* merupakan suatu yang dapat diubah atau dikurangi melalui perubahan tingkah laku dari hasil belajar di lingkungan sehingga dengan konseling kelompok teknik *Assertive Training* peneliti merasa mampu meminimalisir tingkat *Glossophobia* siswa. Menurut (Corey, 2013, hal 6) “Penggunaan *Assertive Training* didasarkan pada asumsi bahwa banyak orang yang menderita atas perasaan cemas dalam berbagai situasi interpersonal. *Assertive Training* merupakan sasaran dalam membantu individu mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal”. Penggunaan teknik *Assertive Training* bertujuan agar remaja bersikap tegas dan positif dalam merespons stimulus baik internal maupun eksternal (Futri, 2021, hal. 6).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMAS Budi Murni 3 Medan, siswa disekolah terutama kelas X mengalami *Glossophobia*. Gejala yang tampak menurut pengakuan Ibu Margaretha seorang guru BK di SMAS Budi Murni 3 Medan, masih banyaknya siswa yang malu bertanya, ketika diperintahkan menyampaikan ide, pendapat atau pemahamannya disaat pembelajaran siswa memilih diam, ketika berdiskusi kelompok banyak yang tidak aktif menyampaikan pendapat. Guru BK mengamati di kelas X Ketika tugas kelompok yang terdiri atas 5 orang dalam 1 kelompok, hampir setiap kelompok terdapat siswa yang tidak ikut berpartisipasi aktif, menghindar atau memilih diam saja. Selain itu guru BK di SMAS Budi Murni 3 Medan melihat adanya gejala *Glossophobia* yang terjadi pada siswa berbicara di depan kelas. Gejala tersebut yaitu gugup, keringat dingin, menundukkan kepala, ketakutan, muka memerah,

tangan atau kaki gemetar, dan lain sebagainya. Guru BK mengakui bahwa permasalahan penelitian ini penting dan sangat membantu siswa mengatasi kecemasannya berkomunikasi didepan kelas, dan menciptakan pembelajaran yang interaktif secara dua arah.

Konseling kelompok teknik *Assertive Training* diharapkan dapat diterapkan di kelas X IPS SMA Budi Murni 3 Medan untuk meminimalisir tingkat *Glossophobia* yang dialami siswa. Sehingga peneliti, guru BK dan kepala sekolah menyepakati bahwa konseling kelompok teknik *Assertive Training* diterapkan di kelas X SMA Budi Murni 3 Medan. Penerapan konseling kelompok teknik *Assertive Training* ini diharapkan dapat menjadi alternatif bagi para guru BK dalam meminimalisir tingkat *Glossophobia*. Oleh karena itu, peneliti merasa tertarik dan perlu untuk melakukan penelitian “**Upaya Meminimalisir Tingkat *Glossophobia* Melalui Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* Pada Siswa Kelas X SMAS Budi Murni 3 Medan**”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka permasalahan dalam penelitian adalah siswa yang mengalami *Glossophobia*.

1. Terdapat siswa yang takut berbicara didepan umum karena takut salah, tidak percaya diri
2. Terdapat siswa yang mengalami kecemasan ketika menyampaikan ide, gagasan atau pendapat
3. Terdapat siswa yang menolak ketika mempresentasikan tugas dikelas
4. Terdapat siswa yang tidak aktif dalam diskusi kelompok

5. Terdapat siswa yang mengalami gangguan somatik ketika berbicara didepan umum seperti gemetar, keringat dingin, nafas menggebu-gebu dan lain sebagainya.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka peneliti membatasi masalah penelitian yaitu “Upaya dalam meminimalisir *Glossophobia* melalui konseling kelompok teknik *Assertive Training* pada siswa kelas X SMAS Budi Murni 3 Medan tahun ajaran 2021/2022”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* dapat meminimalisir *Glossophobia* siswa kelas X SMAS Budi Murni 3 Medan tahun ajaran 2021/2022 ?”

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meminimalisir tingkat *Glossophobia* melalui konseling kelompok teknik *Assertive Training* siswa kelas X SMAS Katolik Budi Murni 3 Medan tahun ajaran 2021/2022

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoretis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dalam Bimbingan dan Konseling khususnya layanan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* untuk meminimalisir *glossophobia*. Selain itu penelitian ini dapat bermanfaat sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini bermanfaat untuk membantu siswa dalam mengatasi permasalahan *Glossophobia* yang dialami dan meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

b. Bagi Konselor

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran pada konselor tingkat *Glossophobia* yang dialami siswa kelas X SMAS Budi Murni 3 Medan. Selain itu hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu strategi bagi konselor dalam memberikan layanan bimbingan konseling dalam mengatasi masalah *Glossophobia* yang dialami siswa.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan solusi dan masukan dalam upaya membantu siswa dalam menyelesaikan masalah dan mengembangkan layanan bimbingan konseling disekolah

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menjadi pengalaman dalam membangun kompetensi sebagai calon konselor dan memperkuat ilmu pengetahuan yang dimiliki peneliti.