

Upaya Meningkatkan *Self-Disclosure* Siswa Melalui Teknik *Homeroom* dalam Layanan Bimbingan Kelompok

Norma Asmilasih¹, Rasimin², Hera Wahyuni³, Muhammad Alridho Lubis⁴

¹²³⁴*Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Jambi, Kota Jambi, Indonesia*

¹normaasmilasih19@gmail.com, ²Rasimin.fkip@unja.ac.id, ³Herawahyuni@unja.ac.id,

⁴muhammadalridholubis@unja.ac.id

First received:
25 November 2022

Revised:
23 November 2022

Final Accepted:
29 November 2022

Abstract

Self-disclosure is a person's ability to convey information to others which includes thoughts or opinions, desires, feelings and concerns. Based on observations and reinforced by the results of interviews with one of the BK teachers and class VIII D sociometry, it was found that there were students with low levels of self-disclosure. The purpose of this study was to reveal how much increased self-disclosure of class VIII D students at SMP Negeri 22 Jambi City through homeroom techniques in group guidance services. This type of research is Service Action Research (PTL). The subjects of this study were 10 students of class VIII D SMP Negeri 22 Jambi City, using the homeroom technique in group guidance services, with the criteria of students who are less able to express themselves, then lack intimacy so it is difficult to express their opinions, feelings and problems to friends, BK teachers and parents. This research was conducted in 3 cycles, each cycle consisting of planning, implementation, evaluation and reflection. Meanwhile, to see the process of the cycle that has been carried out, namely by using observations, interviews and supported by success criteria. The results showed that students' self-disclosure could be improved through BKP with the homeroom technique. Of the three cycles carried out, the third cycle obtained the best results, namely the level of self-disclosure of students through the success criteria sheet increased by 91% and the average activeness of students in the application of techniques reached 85% running actively. The results of this study are expected to be a breakthrough for Guidance and Counseling practitioners in developing knowledge to help increase student self-disclosure

Keywords: self-disclosure, homeroom teknik, group conseling

Abstrak

Pengungkapan diri adalah kemampuan seseorang untuk menyampaikan informasi kepada orang lain yang meliputi pikiran atau pendapat, keinginan, perasaan dan perhatian. Berdasarkan observasi dan diperkuat dengan hasil wawancara dengan salah satu guru BK dan sosiometri kelas VIII D ditemukan bahwa terdapat siswa dengan tingkat keterbukaan diri yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkapkan seberapa besar peningkatan keterbukaan diri siswa kelas VIII D di SMP Negeri 22 Kota Jambi melalui teknik wali kelas dalam layanan bimbingan kelompok. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Pelayanan (PTL). Subyek penelitian ini adalah 10 siswa kelas VIII D SMP Negeri 22 Kota Jambi, menggunakan teknik wali kelas dalam layanan bimbingan kelompok, dengan kriteria siswa yang kurang mampu mengekspresikan diri, kurang keakraban sehingga sulit untuk mengekspresikan diri. pendapat, perasaan dan masalah kepada teman, guru BK dan orang tua. Penelitian ini dilaksanakan dalam 3 siklus, setiap siklus terdiri dari

perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan refleksi. Sedangkan untuk melihat proses siklus yang telah dilakukan yaitu dengan menggunakan observasi, wawancara dan didukung dengan kriteria keberhasilan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui BKP dengan teknik wali kelas. Dari tiga siklus yang dilakukan, siklus III memperoleh hasil terbaik yaitu tingkat keterbukaan diri siswa melalui lembar kriteria keberhasilan meningkat sebesar 91% dan rata-rata keaktifan siswa dalam penerapan teknik mencapai 85% berjalan aktif. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi terobosan bagi praktisi Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan pengetahuan untuk membantu meningkatkan keterbukaan diri mahasiswa.

Kata Kunci: pengungkapan diri, teknik homeroom, bimbingan kelompok

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan salah satu indikasi bahwa manusia sebagai makhluk sosial. Manusia akan selalu berusaha bergaul dan menjalin hubungan dengan sesama sehingga komunikasi senantiasa dibutuhkan oleh manusia. Kecenderungan ini yang menimbulkan terjadinya proses komunikasi dalam kehidupan sehari-hari karena sejumlah kebutuhan dalam diri manusia dapat dipuaskan lewat komunikasi dengan sesama seperti yang dijelaskan oleh Deddy Mulyana (Febriyanti guru & sma,n.d 2018:22) bahwa: komunikasi interpersonal atau komunikasi antar individu merupakan komunikasi antar orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap individu menangkap reaksi orang lain secara langsung baik verbal maupun nonverbal.

Dalam hubungan berkomunikasi dengan orang lain, individu harus memiliki keterampilan sosial dengan baik. Salah satu keterampilan sosial yang mendukung seseorang agar terampil berkomunikasi dengan orang lain yaitu kemampuan mengungkapkan diri (*self-disclosure*). Menurut Julia Omarzu (Nurdin,2020) menjelaskan bahwa untuk

mencapai tujuan dalam komunikasi, seseorang dalam pengungkapan diri harus melalui proses komunikasi yang lebih rumit yakni seseorang harus mempelajari situasi lawan bicara dan sejauhmana tingkat pengungkapan diri tersebut dapat dilakukan. Menurut Rasimin, Yusra & Wahyuni (2021)rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal pada siswa dapat mengganggu efektivitas kehidupan sehari-hari seperti dapat menimbulkan persepsi, kesalahpahaman, mudah melakukan pelabelan dan dapat merenggangkan hubungan sosial.

Fenomena yang ada pada saat ini siswa lebih cenderung menggunakan media sosial untuk membagikan pendapat, keinginan dan perasaannya. Media sosial juga banyak digunakan untuk mengungkapkan emosi tertentu yang dialami oleh seorang individu. Penelitian Rosida (2019) tentang pengungkapan diri dalam komunikasi antar teman sebaya Siswa Menengah Atas (SMA) secara umum masih tergolong rendah yakni diperoleh hasil sebesar 87,5% siswa kurang dalam pengungkapan diri antar teman sebaya. Kemudian hasil wawancara dalam penelitian Nasyar & Ahmad (2020) tentang

permasalahan yang disampaikan siswa kepada guru BK masih tergolong rendah dan belum terbuka dalam proses kegiatan konseling. Hal ini juga dibenarkan oleh penelitian Chalidaziah, W (2019) bahwa Guru BK belum menjadi *Signifikan Person* dalam pengungkapan diri siswa.

Berdasarkan Permendikbud Nomor 103 tahun 2014 kemampuan yang perlu dikuasai generasi yang hidup di masa depan, yaitu: ketrampilan berkomunikasi, kreatif, berpikir jernih dan berpikir kritis. Hal ini juga seperti tercantum dalam K-2013 terdapat berbagai Kompetensi Inti (KI) Salah satu Kompetensi Inti yang harus dimiliki oleh peserta didik yakni keterampilan komunikasi yang tercantum dalam KI ada empat yakni mencoba, mengolah dan menyajikan dalam ranah nyata dan ranah tidak nyata sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lainnya yang sama dalam sudut pandang (Aldina, 2018) Siswa sebagai individu tidak lepas dari masalah dan siswaselaku anggota masyarakat juga rentan terpengaruh dengan lingkungannya. Misalnya di sekolah siswa harus dapat mengembangkan kemampuan intelektual dan kemampuan dalam berkomunikasi. Siswa harus mampu terbuka kepada orang lain berarti siswa tersebut mampu dalam berbagi informasi dan menyampaikan permasalahannya kepada guru BK di sekolah, orang tua dan teman sebaya.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 22 Kota Jambi di atas, maka peneliti mencoba mengadakan penelitian dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik *homeroom* untuk

meningkatkan pengungkapan diri (*self-disclosure*) siswa dengan tujuan untuk mengetahui keefektifitasan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dalam meningkatkan pengungkapan diri (*self-disclosure*) pada siswa kelas VIII D.

Menurut Yulianti and Hayati (2021) Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan primadona di sekolah artinya layanan semestinya dijadikan sarana untuk meningkatkan keterampilan siswa karena pada layanan ini terdapat dinamika kelompok. Menurut Gazda bimbingan kelompok di sekolah adalah kegiatan informasi yang dirancancang untuk membantu sekelompok siswa untuk merencanakan dan membuat keputusan yang tepat serta proses pemberian informasi dan dukungan fasilitator (guru pembimbing) kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai tujuan tertentu. teknik *homeroom* dalam Bimbingan kelompok yaitu teknik yang digunakan oleh konselor untuk membantu siswa memecahkan masalah yang mereka hadapi dan mengembangkan potensi mereka melalui kegiatan kelompok dalam suasana yang nyaman dan terbuka Dengan menggunakan teknik *homeroom* ini siswa diharapkan akan menjadi lebih mampu mengungkapkan diri dalam bimbingan kelompok terutama dalam membahas hal terkait aspek-aspek pengungkapan diri.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Tindakan Layanan. Menurut Sutja, dkk

(2017:140) menyatakan PTL ialah usaha penemuan perbaikan atau pemantapan praktik layanan Bimbingan Konseling yang dilakukan secara sistematis, berdaur ulang (siklus) dan bersifat reflektif yang dilakukan oleh praktisi BK secara mandiri atau kolaboratif dengan setting kelas, kelompok atau individual.

Berikut adalah langkah-langkah teknik *homeroom* dalam layanan bimbingan kelompok menurut Nursalim (Habsyah Siregar,2020) adalah:

1. Guru pembimbing mempersiapkan ruangan atau kelas yang diperlukan dengan segala sarana dan prasarannya.
2. Menghubungi siswa sebagai anggota kelompok untuk berkumpul.

HASIL TEMUAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 22 Kota Jambi mendapatkan bahwa 10 orang siswa dengan inisial AA, AN, BN, DE, EA, EM, HI, HS, JV, dan MD. Berdasarkan hasil sosiometri dan rekomendasi guru BK, ke 10 siswa tersebut tergolong siswa yang rendah dalam mengungkapkan diri kepada orang lain, baik itu di kelas, ataupun di luar kelas. Adapun kriteria yang dilihat dari aspek-aspek pengungkapan diri (*self-disclosure*) dalam Devito dan Culbert (Aji, 2017) yakni mampu menjelaskan masalah yang berkaitan dengan diri dan mampu bereaksi positif dengan orang lain (ketepatan), mampu menguasai diri dan jujur kepada diri sendiri dalam segala situasi (waktu),

3. Guru Pembimbing menjelaskan tujuan kelompok teknik *homeroom* dilaksanakan.
4. Mengajak berdialog terbuka antara guru pembimbing dan anggota kelompok teknik *homeroom* dilaksanakan.
5. Menyimpulkan hasil kegiatan

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 22 Kota Jambi. Siswa yang bersekolah di sini sebagian besar dari lingkungan sekitar karena sudah menjadi sekolah zonasi. Penelitian ini mengambil subjek dalam penelitian adalah kelas VIII D SMP Negeri 22 Kota Jambi. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2022. Penelitian ini direncanakan akan dilakukan dalam 3 siklus. Siklus 1 dilakukan dalam 1 minggu dengan frekuensi satu kali pertemuan

merasa termotivasi dalam mengungkapkan diri (motivasi), dapat mengungkapkan diri kepada orang lain (keintensifan), dan mampu menjelaskan dirinya sendiri terhadap orang yang baru dikenal serta mampu berkerjasama dengan orang lain (kedalaman dan keluasan).

Siklus I. Berdasarkan hasil observasi yang peneliti laksanakan bersama kolaborator yaitu terjadinya peningkatan siswa yang mampu bersikap terbuka ataupun berani mengungkapkan diri seperti berani berpendapat dan mengungkapkan perasaan yang dialaminya. Pada awalnya pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* siswa masih malu-malu,

groggi, gugup, jika ditanya diam dan kurang mampu mengemukakan pendapatnya, pada pelaksanaan siklus I siswa masih banyak menunjukkan reaksi tidak nyaman dan kurang akrab sehingga tidak menciptakan suasana seperti di rumah, menyenangkan dan bebas. Hal tersebut dibuktikan pada tindakan siklus I pada tanggal 02 Agustus 2022 tampak siswa kurang aktif dalam mengungkapkan diri yang dialaminya. Siswa juga terlihat pendiam dan bingung serta masih takut untuk mengikuti kegiatan.

Siklus II. Kemudian pada tindakan siklus II pada tanggal 09 Agustus 2022 siswa mulai aktif dalam mengungkapkan pendapat dan perasaan yang dialaminya meskipun memerlukan dorongan oleh pemimpin kelompok. Siswa sudah mulai mengerti tata cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* sehingga sudah mulai tampak beberapa siswa yang akrab dan juga siswa sudah mulai santai dalam mengikuti kegiatan. Namun pada tahap ini beberapa siswa masih terlihat ragu-ragu, main-main dan tidak serius dalam melaksanakan kegiatan. Beberapa siswa juga berani bertanya dan menyimpulkan serta memberikan kesannya dari kegiatan yang sudah dilaksanakan hal tersebut terlihat pada pengisian *laissez* yang telah diberikan.

Siklus III yang dilaksanakan pada 23 Agustus 2022 terlihat siswa sudah mengerti tatacara pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* . Siswa sudah tidak malu-malu, gugup dan groggi serta antusias dalam menyampaikan pendapat dan perasaan

yang dialaminya dalam dinamika kelompok. Kemudian siswa tampak sudah akrab satu sama lain, merasa nyaman, santai dan bebas dalam proses pelaksanaan kegiatan, sehingga siswa sudah mampu aktif secara terbuka dan mengungkapkan diri mereka kepada orang lain. Namun pada tahap ini ada beberapa siswa yang terlalu santai sehingga terkesan tidak serius dan main-main dalam melaksanakan kegiatan layanan.

Selain dari hasil pengamatan, selama proses bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dalam meningkatkan *self disclosure* siswa dapat juga dilihat dari perubahan persentase observasi keaktifan siswa yang dinilai pemimpin kelompok selama kegiatan siklus I hingga siklus ke III.

Tabel 1. Hasil presentase keaktifan siswa

No.	Kategori	Persentase	Keterangan
1.	Siklus I	41%	Sedang
2.	Siklus II	61%	Tinggi
3.	Siklus III	85%	Tinggi

Kemudian dilihat dari tabel kriteria keberhasilan proses layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self disclosure* siswa, yaitu sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil presentase kriteria keberhasilan pengungkapan diri siswa

No.	Kategori	Persentase	Keterangan
1.	Siklus I	49%	Sedang
2.	Siklus II	75%	Tinggi
3.	Siklus III	91%	Sangat tinggi

Dalam penelitian ini siklus dilakukan selama 3 kali pertemuan guna memperbaiki siklus sebelumnya dan memperoleh hasil yang diharapkan, yaitu meningkatkan pengungkapan diri (*self-disclosure*) siswa. Menurut (Sutja, dkk, 2017) pelaksanaan siklus PTL minimal 2 kali dan maksimal tidak terbatas, maka dalam hal ini peneliti melakukan 3 kali siklus untuk memperbaiki siklus 1 dan 2.

PEMBAHASAN

Dengan menerapkan teknik *homeroom* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan pengungkapan diri atau *self disclosure* siswa, dengan beberapa pihak yaitu Ibu Hayati guru bimbingan dan konseling SMP N 22 Kota Jambi sekaligus kolaborator. Peneliti menerapkan layanan bimbingan kelompok karena layanan BKP merupakan salah satu cara yang efektif dalam melatih siswa agar dapat meningkatkan pengungkapan diri (*self disclosure*) siswa kepada orang lain terkait pengungkapan pendapat, perasaan dan masalah pribadi yang ia alami, dengan kelompok kecil membuat siswa berlatih untuk dapat percaya diri untuk mengungkapkan diri dan saling timbal balik yang positif terhadap hal-hal yang mereka ungkapkan sehingga siswa berani untuk mengungkapkan diri. Sehingga Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok pada tahapannya kegiatan dengan topik tugas, diharapkan anggota kelompok mampu membahas masalah atau topik secara mendalam, sehingga anggota kelompok dapat mengambil peranan dan tanggung jawab dalam keterlibatan kelompok (Muniroh 2019).

Teknik *homeroom* merupakan suatu teknik yang efektif untuk melatih siswa dalam meningkatkan pengungkapan diri, dalam teknik tersebut siswa dituntut untuk mengikuti kegiatan dengan prinsip teknik *homeroom* yaitu dengan suasana seperti di rumah, suasana bebas dan santai, serta siswa dituntut untuk dapat berani dalam mengungkapkan pendapat, perasaan dan masalah tentang pribadinya di dalam dinamika kelompok baik secara langsung ataupun tidak langsung yakni dengan mengatakannya secara langsung ataupun dengan menuliskan pengungkapan diri tersebut dalam selembaran kertas.

Pada awalnya pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* siswa masih malu-malu, grogi, gugup, jika ditanya diam dan kurang mampu mengemukakan pendapatnya, pada pelaksanaan siklus I siswa masih banyak menunjukkan reaksi tidak nyaman dan kurang akrab sehingga tidak menciptakan suasana seperti di rumah, menyenangkan dan bebas. Hal tersebut dibuktikan pada tindakan siklus I pada tanggal 02 Agustus 2022 tampak siswa kurang aktif dalam mengungkapkan diri yang dialaminya. Siswa juga terlihat pendiam dan bingung serta masih takut untuk mengikuti kegiatan.

Kemudian pada tindakan siklus II pada tanggal 09 Agustus 2022 siswa mulai aktif dalam mengungkapkan pendapat dan perasaan yang dialaminya meskipun memerlukan dorongan oleh pemimpin kelompok. Siswa sudah mulai mengerti tata cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*

sehingga sudah mulai tampak beberapa siswa yang akrab dan juga siswa sudah mulai santai dalam mengikuti kegiatan. Namun pada tahap ini beberapa siswa masih terlihat ragu-ragu, main-main dan tidak serius dalam melaksanakan kegiatan. Beberapa siswa juga berani bertanya dan menyimpulkan serta memberikan kesannya dari kegiatan yang sudah dilaksanakan hal tersebut terlihat pada pengisian laiseg yang telah diberikan.

Selanjutnya pada tindakan siklus III yang dilaksanakan pada 23 Agustus 2022 terlihat siswa sudah mengerti tatacara pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom*. Siswa sudah tidak malu-malu, gugup dan grogi serta antusias dalam menyampaikan pendapat dan perasaan yang dialaminya dalam dinamika kelompok. Kemudian siswa tampak sudah akrab satu sama lain, merasa nyaman, santai dan bebas dalam proses pelaksanaan kegiatan, sehingga siswa sudah mampu aktif secara terbuka dan mengungkapkan diri mereka kepada orang lain. Namun pada tahap ini ada beberapa siswa yang terlalu santai sehingga terkesan tidak serius dan main-main dalam melaksanakan kegiatan layanan.

Berdasarkan temuan hasil penelitian mengenai penerapan teknik *homeroom* dalam layanan bimbingan kelompok untuk *meningkatkan self-disclosure* siswa. Peneliti menemukan bahwa ada perubahan yang dialami oleh anggota kelompok setelah dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* selama tiga siklus. Dari hasil

obsevasi yang telah dilakukan dari siklus satu sampai siklus 3 mengalami perubahan yang lebih baik. Dalam teori Sidney Jourard tentang pengungkapan diri (*self-disclosure*) mengasumsikan bahwa pengungkapan diri dilakukan untuk mencapai tujuan sosial individu dengan melibatkan yaitu dua orang atau lebih, dengan tingkat an komunikasi yang setara dalam percakapan, memiliki korelasi, dan mendorong pengungkapan diri secara timbal balik (Nurdin, 2020).

Sedangkan dalam teknik *homeroom* lebih mengutamakan suasana seperti dirumah, bebas, menyenangkan dan santai, serta didominasi dengan dialog terbuka. Dengan demikian teknik *homeroom* dapat digunakan dalam meningkatkan pengungkapan diri dan keterbukaan diri siswa kepada orang lain, terutama pada layanan bimbingan kelompok yang dapat menciptakan dinamika kelompok dengan baik ketika siswa sudah mampu untuk mengungkapkan diri secara terbuka. Dengan demikian, guru bimbingan konseling dapat menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* untuk meningkatkan pengungkapan diri siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang didapatkan setelah melakukan penelitian dengan menerapkan teknik *homeroom* sebanyak tiga kali, dapat dilihat bahwa pelaksanaan siklus satu memperoleh rata-rata keaktifan siswa 41% dan kriteria keberhasilan kemampuan *self-disclosure* siswa sebesar 49% masih tergolong sedang. Kemudian

pada siklus dua memperoleh nilai rata-rata keaktifan siswa meningkat sebesar 61% dan nilai rata-rata kriteria keberhasilan kemampuan *self-disclosure* siswa meningkat sebesar 75% sudah tergolong tinggi. Pada siklus tiga nilai rata-rata keaktifan siswa diperoleh sebesar 85% berjalan aktif dan memperoleh nilai rata-rata kriteria keberhasilan kemampuan *self-disclosure* siswa meningkat sebesar 94% menjadi tergolong sangat tinggi dan angka ini sudah memenuhi kriteria keberhasilan.

Prosedur dalam penerapan teknik *homeroom* yang diterapkan adalah dengan melakukan kegiatan tersebut di luar jam pelajaran, memunculkan suasana menyenangkan, bebas dan santai namun tetap pada ketentuan layanan bimbingan kelompok serta dialog yang terbuka antar sesama anggota kelompok. Pada siklus satu topik yang dibahas adalah mengenai pentingnya memahami diri, latihan yang digunakan adalah menuliskan pada selembaran kertas dan mengungkapkan tentang diri masing-masing siswa kepada orang lain. Pada siklus kedua topik yang dibahas mengenai pentingnya motivasi dalam diri, latihan yang dilaksanakan yakni dengan mengungkapkan kepada forum kelompok tentang motivasi yang mereka tanamkan dalam diri lalu menjelaskan maknanya. Dan siklus ketiga adalah pentingnya percaya diri, latihan yang digunakan yakni para anggota kelompok mengungkapkan 5 keinginan terbesar mereka dengan penuh percaya diri.

Dari ketiga siklus yang telah dilaksanakan, peneliti menyimpulkan

penerapan teknik *homeroom* mampu meningkatkan pengungkapan diri siswa. Dalam penelitian ini siklus yang dikategorikan efektif dalam meningkatkan pengungkapan diri siswa yaitu pada siklus ke 3. Hasil observasi juga mendukung bahwa dalam siklus ketiga ini anggota kelompok sudah mampu dan aktif dalam mengungkapkan dirinya kepada orang lain terutama teman dan guru yang ada dilingkungan sekitar. Dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik *homeroom* dalam layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan pengungkapan diri (*self-disclosure*) siswa.

Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian yang sudah diuraikan di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut: Peneliti Mampu mengimplementasikan kepada pihak yang membutuhkan bantuan, sesuai dengan permasalahan yang sesuai dengan teknik *homeroom*. Bagi jurusan Bimbingan dan Konseling Sebagai pengembangan ilmu untuk membantu siswa maupun masyarakat karena setting BK sendiri bukan hanya di sekolah melainkan juga dilembaga masyarakat

Bagi guru Bimbingan dan Konseling, Penelitian ini diharapkan sebagai penambah pengetahuan para Guru BK untuk membantu meningkatkan kemampuan siswa untuk mengungkapkan diri (*self-disclosure*) kepada orang lain baik di sekolah ataupun di luar sekolah. Bagi sekolah Hendaknya mendukung setiap kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah karena pelaksanaan kegiatan tersebut diharapkan dapat membantu

memecahkan berbagai permasalahan yang di alami siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldina, Fauzi. 2018. "Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik Empty Chair Dan Self Talk Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa." *Jurnal Edukasi Bimbingan Konseling* 4(1):1-16. doi: 2460-4917.
- Chalidaziah, W. (2019). Sasaran Dan Topik Pembahasan Self Disclosure Mahasiswa. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 112-121. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1363>
- Devito, A. Joseph. 2011. *Komunikasi Antarmanusia*. 5th ed. edited by L. dkk Saputra. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Fajar, Endah Nur, Awik Hidayati, Aldila Fitri, and Radite Nur Maynawati. 2019. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Terhadap Self Disclosure." *Pendidikan Dan Pembelajaran Iv*.
- Febriyanti Guru, Anik, and B. K. Sma. 2018. "Peningkatan Keterbukaan Diri (Self-Disclosure) Dengan Teknik Petak Johari Melalui Bimbingan Kelompok Di Sma Negeri 2 Di Kota Bengkulu Kelas X Mipa F." *Jurnal Psikodidaktika* 3(1). doi: 2615-3297.
- Gutji, Nelyahardi, and Hera Wahyuni. 2021. "Guru BK Perempuan Jawa-Melayu Dan Laki-Laki Batak Lebih Mempengaruhi Self-Disclosure Konseli." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 4(3):415-28. doi: 10.26539/teraputik.43543.
- Hanani, Silvia. 2017. *Komunikasi Antarpribadi Dan Praktik*. edited by R. KR. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hidayat, Farid, Edris Zamroni, and Universitas Muria Kudus. 2018. "Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Home Room Untuk Meningkatkan Sikap Anti Seks Bebas Info Artikel Abstract Sejarah Artikel." *Jurnal Prakarsa Paedagogia* 1(2):209.
- Ifdil Ifdil, and Zarian Ardi. 2013. "Self-Disclosure Is One Important Aspect of Interpersonal Communication , Which Needs to Have Counseling Students as Prospective Counselor . The Ability of the Students to Perform Self-Disclosure Has an Important Contribution in Achieving Academic Success." *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan XIII*(1):110-17..
- Muniroh, Muniroh. 2019. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perkembangan Perilaku Prosocial Siswa." *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)* 2(2):9296.doi: 10.32505/enlighten.v2i2.1347
- Nasyar, Alam, and Riska Ahmad. 2020. "Self-Disclosure Students Reveal Problem in Individual Counseling Services." *Jurnal Neo Konseling* 2(3):3. doi: 10.24036/00278kons2020.
- Nurdin, Ali. 2020. *Teori Komunikasi Interpersonal Disertai Contoh Fenomena Praktis*. 1st ed. edited by Witnasari. Jakarta: Kencana.
- Pranoto, Hadi. 2018. "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-." *Indonesian Journal of Educational Counseling* 2(1):87-112.
- Prayitno. 2017. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*. 1st ed. edited by Y. Sartika. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Rasimin. 2018. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. 1st ed. edited by B. Fatmawati. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rasimin, Rasimin, Affan Yusra, and Hera Wahyuni. 2021. "Efektivitas Layanan

- Bimbingan Kelompok Berbasis Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3(2):314–20. doi: 10.31004/edukatif.v3i2.261.
- Sutja, Akmal. 2017. *Penulisan Skripsi Untuk Prodi Bimbingan Konseling*. 1st ed. edited by Emosda. Yogyakarta: Whana Resolusi.
- Sutja, Akmal. 2021. *Penelitian Tindak Layanan*. 1st ed. Yogyakarta: Wahana Revolusi.
- Syafaruddin, Dkk. 2019. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep, Teori Dan Praktik*. 1st ed. edited by Asrul. Medan: Perdana Publishing.
- Yuliandita, Selvya. 2016. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa." *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 5(1).
- Yulianti, Yulianti, and Ria Hayati. 2021. "Komunikasi Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di STAI Ma'arif Jambi." *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2(2):5864. doi: 10.32505/syifaulqulub.v2i2.3777.