

LITERATURE REVIEW: UPAYA PENINGKATAN SELF-DISCLOSURE (KETERBUKAAN DIRI) SISWA DENGAN KONSELING KELOMPOK

Tsabitah Rizqi Atikasari¹⁾, Agungbudiprabowo²⁾
Universitas Ahmad Dahlan
tsabitah2000001042@webmail.uad.ac.id¹⁾

Abstrak

Siswa harus membentuk hubungan sosial yang positif, dan kemampuan untuk mengungkapkan informasi pribadi sangat penting dalam proses ini. *Self-disclosure* (keterbukaan diri) merujuk pada kemampuan untuk mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi layanan konseling kelompok yang dapat memfasilitasi peningkatan *self-disclosure* (keterbukaan diri) siswa. Peneliti mengumpulkan dan mengkaji sumber-sumber literatur yang dipublikasikan secara menyeluruh untuk mendapatkan informasi yang berkaitan dengan konseling kelompok untuk meningkatkan *self-disclosure* (keterbukaan diri) siswa, metode ini dikenal sebagai metode *literature review*. Temuan dari penelitian ini didapatkan bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan *self-disclosure* (keterbukaan diri) siswa.

Kata Kunci: *Self-disclosure (keterbukaan diri), Konseling Kelompok*

1. Pendahuluan

Manusia merupakan makhluk sosial, yang berarti harus hidup berdampingan dengan individu lainnya untuk menjalankan aktivitas sehari-hari (Hantono & Pramitasari, 2018). Sesuai dengan pendapat Aristoteles yang mengemukakan bahwa manusia memiliki sifat *zoon politicon* (hasrat untuk hidup bersama), diyakini bahwa manusia secara alamiah senantiasa berhubungan dan berasosiasi dengan orang lain. Manusia memerlukan orang lain untuk memenuhi kebutuhannya agar dapat bertahan hidup setiap hari, oleh karena itu manusia adalah makhluk yang tidak dapat hidup sendiri. Tidak ada manusia yang mampu bertahan hidup tanpa memerlukan orang lain. Maka dari itu, manusia membutuhkan interaksi sosial dengan orang lain. Manusia membangun ikatan sosial melalui keterlibatan, dialog, dan kolaborasi. Hubungan sosial dapat dilakukan dengan teman, tetangga, rekan kerja, atau anggota keluarga. Kemampuan seseorang untuk melakukan *self-disclosure* (keterbukaan diri) menentukan keberhasilan seseorang dalam membentuk hubungan sosial.

Menurut Jourard, *self-disclosure* (keterbukaan diri) melibatkan komunikasi dengan orang lain mengenai diri sendiri sehingga mereka mengetahui pikiran, perasaan, dan keinginan seseorang (Gamayanti dkk., 2018). Hubungan individu akan menjadi lebih intim dan dapat dipercaya sebagai hasil dari *self-disclosure* (keterbukaan diri). Selain itu, dengan bersikap terbuka kepada individu lainnya, individu tersebut akan merasa dihargai, diperhatikan, dan dipercaya, sehingga dapat memperkuat hubungan.

Menurut Pearson (1983), *self-disclosure* yang juga dikenal sebagai keterbukaan diri, adalah sebuah proses di mana seseorang yang memiliki integritas dan keinginan yang kuat untuk mengungkapkan diri mereka sendiri kepada orang lain (Gamayanti dkk., 2018). Sejalan dengan apa yang dikatakan Devito (2011), *self-disclosure* atau yang dikenal dengan istilah keterbukaan diri merupakan jenis komunikasi ketika seseorang memberikan informasi mengenai dirinya yang pada umumnya disimpan sendiri atau tidak dibagikan kepada orang lain (Zulkifli, 2018). *self-disclosure* (keterbukaan diri) dapat mencakup berbagai hal, termasuk perilaku, pandangan, emosi, harapan, motivasi, dan informasi ide seseorang yang akurat dan relevan yang ada dalam diri seseorang.

Self-disclosure (keterbukaan diri) remaja adalah kemampuan remaja untuk berbicara secara jujur tentang ide, perasaan, pengalaman, dan keyakinan terdalam mereka (Nisa, 2016). Hal ini dapat melibatkan keterbukaan tentang masalah-masalah seperti masalah remaja, persahabatan, cinta, keluarga, dan unit keluarga. Remaja yang mengungkapkan aspek-aspek positif dari diri mereka sendiri dapat mengembangkan jaringan sosial yang sehat dan menerima dukungan dari teman dan keluarga. *Self-disclosure* (keterbukaan diri) sangat penting bagi remaja karena memungkinkan mereka untuk memahami dan belajar lebih banyak tentang diri mereka sendiri, serta mengidentifikasi preferensi, kekurangan, dan bakat mereka. Remaja dapat menemukan lebih banyak tentang diri mereka sendiri, termasuk nilai-nilai, minat, dan keyakinan mereka, melalui berbagi pengalaman dan pemikiran pribadi (Nurhayati, 2016). *Self-disclosure* (keterbukaan diri) memungkinkan orang untuk mempelajari informasi tidak hanya tentang diri mereka sendiri tetapi juga mengenai orang lain. Informasi tentang diri sendiri dan orang lain dapat membantu orang menyeimbangkan kebutuhan internal

dan eksternal mereka dengan harapan masyarakat dan lingkungan sehingga mereka dapat terlibat dalam interaksi sosial dengan orang lain.

Self-disclosure (keterbukaan diri) dapat membantu remaja dalam meningkatkan kualitas hubungan interpersonal mereka. Ketika remaja terbuka tentang kehidupan pribadi dan perasaan mereka, hal ini dapat meningkatkan hubungan mereka dengan teman, keluarga, dan pasangan romantis. Remaja dapat merasa lebih terikat dan terhubung dengan orang-orang di sekitar mereka. Dalam banyak situasi, mengungkapkan perasaan khawatir atau cemas dapat membantu remaja merasa lebih baik secara kognitif dan emosional. *Self-disclosure* (keterbukaan diri) juga dapat meningkatkan kesehatan mental, Remaja dapat mengelola stres dan mengurangi kecemasan atau keputusasaan dengan membicarakan perasaan mereka (Gainau, 2015).

Masih banyak siswa yang memiliki tingkat pengungkapan diri yang rendah, sesuai dengan hasil wawancara yang peneliti lakukan selama PLP 1 di SMP Negeri 1 Sleman. Temuan ini didasarkan pada hasil wawancara. Hal ini dapat diamati melalui interaksi yang dilakukan siswa satu sama lain baik di dalam maupun di luar kelas ketika mereka terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Dalam kegiatan pembelajaran, masih banyak siswa yang masih pendiam dalam mengungkapkan pikirannya. Siswa juga pendiam jika disuruh maju ke depan kelas hanya untuk menjelaskan sesuatu atau mengerjakan soal di papan tulis. Siswa juga masih ragu-ragu jika disuruh maju ke depan kelas hanya untuk menjelaskan sesuatu. Masih banyak siswa yang lebih memilih untuk menutup diri dengan orang lain dan hanya berteman dengan hanya beberapa orang tertentu ketika mereka berpartisipasi dalam kegiatan yang berlangsung di luar kelas. Salah satu alasannya adalah karena para siswa tersebut kurang percaya diri dengan kemampuan mereka untuk bersosialisasi. Siswa akan menjadi lebih tertutup sebagai akibat dari hal ini, yang akan menghalangi mereka untuk dapat membuka diri terhadap orang lain dan menyebabkan kurangnya hubungan interpersonal.

Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Eka Sari Setianingsih, dkk terhadap siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sewon Bantul Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat 74% dari 286 siswa memiliki *self-disclosure* (keterbukaan diri) yang rendah dan 3% dari 286 siswa memiliki *self-disclosure* (keterbukaan diri) yang sangat rendah (Setianingsih dkk., 2014). Adapun penelitian lainnya yang dilakukan oleh Laela Nabita

F. Irawan, Sabar Lesmana, dan Dwi Endrasto Wibowo pada siswa SMK Tridaya Sakti Bekasi yang mengemukakan bahwa 60% siswa memiliki tingkat self-disclosure (keterbukaan diri) yang rendah (Irawan dkk., 2022).

Lingkungan seperti sekolah, keluarga, dan masyarakat memiliki dampak pada bagaimana siswa mengungkapkan diri mereka. Siswa dapat mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan orang lain di rumah, di sekolah, dan di masyarakat jika siswa tersebut memiliki self-disclosure (keterbukaan diri) yang rendah. Maka dari itu, layanan bimbingan dan konseling harus diberikan oleh guru bimbingan dan konseling, dengan fokus khusus untuk meningkatkan self-disclosure (keterbukaan diri) siswa. Self-disclosure (keterbukaan diri) di kalangan siswa dapat ditingkatkan melalui pemberian layanan konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok dirancang untuk memudahkan orang untuk berkembang dan tumbuh dalam suasana kelompok yang bersifat preventif dan kuratif (Mulkiyan, 2017). Berdasarkan hal tersebut, konseling kelompok dilakukan dalam suasana yang menumbuhkan dinamika kelompok sekaligus melakukan pemecahan masalah, sehingga dapat diberikan untuk meningkatkan self-disclosure (keterbukaan diri) siswa. Selain menyelesaikan masalah pribadi, konseli dapat memperoleh sumber belajar untuk pengembangan diri mulai dari konselor ataupun anggota kelompok lainnya. Layanan konseling kelompok ini juga akan membantu anggota kelompok dalam mengembangkan keterampilan sosial dan komunikasi mereka.

2. Metode

Artikel ini menggunakan metode Literature Review. Literature Review merupakan pertanyaan penelitian melalui pencarian sistematis dan analisis literatur yang revelan (Ridwan dkk., 2021). Artikel ini mencakup penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, buku-buku, jurnal-jurnal yang terkait atau relevan dengan topik upaya peningkatan self-disclosure (keterbukaan diri) menggunakan konseling kelompok pada siswa. Setelah mengumpulkan dan membaca dengan seksama penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, buku-buku, jurnal-jurnal yang terkait atau relevan, peneliti mengkaji, meringkas, dan mengevaluasi hasil penelitian tersebut berdasarkan tujuan penelitian yang ada.

Pada literature review ini, penelitian melakukan pencarian sistematis untuk menemukan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, buku-buku, jurnal-jurnal yang terkait atau relevan dengan topik upaya peningkatan self-disclosure (keterbukaan diri) menggunakan konseling kelompok pada siswa. Sumber-sumber literatur yang relevan terkumpul sebanyak 6 jurnal. Peneliti membaca dan mengkaji secara menyeluruh, mencari informasi yang berkaitan dengan upaya peningkatan self-disclosure (keterbukaan diri) menggunakan konseling kelompok pada siswa

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan literature review yang telah dilakukan oleh peneliti, ditemukan 2.610 penelitian dengan kata kunci “konseling kelompok, *self-disclosure* (keterbukaan diri)”, namun dari 2.610 penelitian yang ditemukan hanya terdapat 6 penelitian yang mendukung dan menjawab pertanyaan dalam penelitian ini. Penelitian tersebut terdapat dalam table dibawah ini:

Tabel 1. *Tabel Analisa Data Artikel yang Digunakan dalam Literature Review*

Penulis	Judul	Tujuan Penelitian	Desain dan Metode Pengumpulan Data	Temuan
(Hana dkk., 2020)	Konseling Kelompok <i>Solution Focused Brief Therapy</i> terhadap Peningkatan <i>Self-disclosure</i> (keterbukaan diri) Siswa	Melihat seberapa efektif konseling kelompok singkat berbasis solusi (TSBS) untuk meningkatkan <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri) siswa.	- Desain faktorial 2x2 - Skala <i>broken home</i> dan skala <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri).	<i>Self-disclosure</i> (keterbukaan diri) siswa yang berasal dari keluarga broken home dapat ditingkatkan dengan konseling kelompok TSBS teknik <i>miracle question</i> dan <i>problem free talk</i> .
(Andari, 2015)	Peningkatan Keterbukaan Diri (<i>Self-disclosure</i>) Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan	Mengidentifikasi peningkatan keterbukaan diri (<i>Self-disclosure</i>) siswa dengan konseling kelompok pendekatan <i>person centered</i> .	- Penelitian tindakan kelas - Skala, observasi, dan wawancara.	Konseling kelompok dengan pendekatan person centered meningkatkan keterbukaan diri (<i>self-disclosure</i>) siswa kelas VII

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

	<i>Person Centered</i> Pada Siswa Kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta			SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. Peningkatan <i>self-disclosure</i> siswa dapat dilihat dari perbedaan hasil <i>pre-test</i> dan <i>posttest</i> .
(Winarsih, 2018)	Upaya Meningkatkan Keterbukaan Diri (Self-disclosure) Siswa Kelas VIII melalui Konseling Kelompok di MTs Piyungan Bantu	Meningkatkan <i>self-disclosure</i> siswa kelas VIII MTs N Piyungan Bantul tahun pelajaran 2016/2017 menggunakan konseling kelompok pendekatan Realita.	<ul style="list-style-type: none"> - Penelitian tindakan kelas. - Angket, observasi, dan wawancara 	Terdapat peningkatan <i>self-disclosure</i> siswa, dilihat dari hasil <i>posttest</i> pada siklus I terhadap 3 siswa, dan 1 siswa masih tergolong sedang. Hasil <i>posttest</i> siklus II, terdapat peningkatan pada seluruh konseli dengan kategori <i>self-disclosure</i> tinggi dan bahkan 1 siswa dengan kategori sangat tinggi.
(Aksha, 2020)	Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Pangkah Kabupaten Tegal	Melihat keefektifan konseling kelompok untuk meningkatkan keterbukaan diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Pangkah.	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Quasi eksperimental design</i> dengan model <i>one-group pretest-posttest</i>. - Wawancara, observasi, dan skala keterbukaan diri. 	<i>Self-disclosure</i> siswa meningkat sebesar 13%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa konseling kelompok cukup efektif untuk meningkatkan <i>self-disclosure</i> siswa.
(Hamdiyah, 2018)	Konseling Kelompok Melalui Teknik <i>Expressive Writing</i> Untuk	Mengetahui bagaimana tingkat <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri) remaja sebelum dan	Desain penelitian <i>quasi eksperimental</i> terdiri dari <i>Time-Series Design</i> dan <i>Nonequivalent Control Group Design</i> . Desain	Ada peningkatan <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri) remaja

	Meningkatkan Self-disclosure (keterbukaan diri) Remaja	setelah dilakukan konseling kelompok melalui teknik <i>expressive writing</i> dan mengetahui bagaimana peningkatan <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri) remaja dengan konseling kelompok melalui teknik <i>expressive writing</i> .	yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>quasi experimental design</i> ini peneliti menggunakan model <i>nonequivalent control group design</i> . Pada penelitian ini menggunakan beberapa metode pengumpulan data yaitu metode <i>questionnaire</i> (angket).	dengan konseling kelompok melalui teknik <i>expressive writing</i> . Hal ini terbukti dari uji hipotesis bahwa H_a diterima yaitu “ada pengaruh konseling kelompok melalui teknik <i>expressive writing</i> untuk meningkatkan <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri) remaja”.
(Yunita, 2016)	Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan <i>Self-disclosure</i> (keterbukaan diri) Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2015/2016.	Melihat apakah <i>self-disclosure</i> siswa dapat ditingkatkan dengan layanan konseling kelompok pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Terbanggi Besar tahun ajaran 2015/2016.	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Pre-eksperimental</i> dengan <i>one group pretest-posttest design</i>. - Skala <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri). 	Meningkatkan <i>self-disclosure</i> (keterbukaan diri) dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok terbukti dari hasil analisis data menggunakan uji <i>wilcoxon</i> , yang dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh peneliti, pada jurnal yang ditulis oleh Hana, dkk (2020), menjelaskan *self-disclosure* (keterbukaan diri) sebagai jenis komunikasi yang bertujuan untuk mengungkapkan informasi diri secara sadar yang mencakup hal-hal yang bersifat umum hingga yang lebih pribadi. *Self-disclosure* (keterbukaan diri) merupakan bagian penting dalam komunikasi untuk membangun suatu hubungan sosial. Selain itu, remaja juga harus memiliki *self-disclosure*

(keterbukaan diri) agar dapat mencapai tugas perkembangannya yaitu mempunyai tanggung jawab sosial. Tugas perkembangan siswa yang harus dicapai remaja yaitu mencapai hubungan yang lebih baru dan lebih matang dengan teman sebayanya dan mencapai peran sosial (Hana dkk., 2020).

Menurut penelitian yang dipaparkan dalam artikel oleh Winarsih (2018), *self-disclosure* (keterbukaan diri) siswa sangat penting karena akan berpengaruh terhadap kesuksesan dirinya dalam bidang akademik maupun non akademik. Siswa yang mampu mengungkapkan dirinya secara penuh akan mampu memahami dirinya secara penuh dan kebutuhan-kebutuhannya, sehingga siswa akan terdorong untuk dapat mengajukan pertanyaan, berbagi pemikiran, dan menjelaskan kekhawatiran mereka kepada orang lain (Winarsih, 2018).

Pada skripsi yang dituliskan oleh Hamdiyah (2018), *self-disclosure* (keterbukaan diri) melibatkan lebih dari sekedar pikiran, keyakinan, atau cita-cita. *Self-disclosure* (keterbukaan diri) juga mencakup pengungkapan emosi internal seseorang, seperti kegembiraan, kesedihan, kesenangan, kekhawatiran, kekecewaan, harapan, dan kebanggaan. Dengan berbagi informasi tentang perasaan, pikiran, ide, harapan, dan peristiwa-peristiwa yang mereka alami kepada orang lain, siswa membuka diri mereka kepada orang lain. Kemampuan remaja untuk terbuka akan memungkinkan remaja untuk membina keakraban atau keharmonisan antar individu dan masyarakat (Hamdiyah, 2018).

Temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Yunita (2016), *self-disclosure* (keterbukaan diri) adalah tindakan mengungkapkan kepada orang lain informasi pribadi tentang diri sendiri, seperti perasaan, pengalaman, emosi, dan cita-cita. Hal ini membuat *self-disclosure* (keterbukaan diri) sangat penting bagi siswa karena akan berdampak pada keberhasilan akademik dan non-akademik siswa. Siswa yang mengungkapkan diri terbukti lebih mudah beradaptasi, percaya diri, kompeten, dapat diandalkan, mampu bersikap positif dan mempercayai orang lain, objektif, dan terbuka (Yunita, 2016). Menurut artikel jurnal oleh Aksha (2020), siswa yang membuka diri dapat berkembang baik secara akademis maupun di luar kelas. Prestasi siswa akan meningkat dan interaksi dengan lingkungannya akan lebih sehat jika memiliki *self-disclosure* (keterbukaan diri) yang baik (Aksha, 2020).

Menurut Yunita (2016), siswa yang memiliki tingkat pengungkapan diri yang rendah kurang mampu untuk jujur pada diri mereka sendiri. Siswa-siswa ini juga mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan situasi baru, kurangnya kepercayaan diri, emosi takut dan cemas, rasa rendah diri, dan mereka lebih suka mengisolasi diri dari orang lain (Yunita, 2016). Hal ini diperjelas oleh penelitian yang dilakukan oleh Aksha, yang menemukan bahwa siswa yang tidak dapat terbuka pada dirinya sendiri akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi, kurang percaya diri, tidak dapat diprediksi, tertutup, dan sulit untuk diandalkan (Aksha, 2020). Kesehatan mental siswa akan terkena dampak negatifnya jika mereka tidak berbagi informasi dengan orang lain, yang akan menyebabkan permasalahan psikologis (Andari, 2015). Berdasarkan temuan dari penelitian yang disebutkan di atas, kita dapat menarik kesimpulan bahwa pengungkapan diri memainkan peran penting dalam kehidupan sosial siswa, yang memungkinkan siswa untuk mencapai tujuan perkembangan mereka dengan cara yang paling efektif. Maka dari itu, layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling sangat diperlukan, terutama yang berkaitan dengan peningkatan pengungkapan diri siswa. Salah satu kemungkinan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan pengungkapan diri siswa adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok dirancang untuk memudahkan orang untuk tumbuh dan berkembang dalam setting kelompok yang bersifat preventif dan kuratif dan berorientasi pada pemberian bantuan dalam rangka tumbuh kembangnya (Mulkiyan, 2017). Pengembangan keterampilan pribadi, pencegahan, dan pemecahan masalah personal maupun interpersonal, dapat dibantu dengan konseling kelompok (Nuraini dkk., 2020).

Konseling kelompok dilakukan dalam lingkungan yang mendorong pengembangan dinamika kelompok sambil berfokus pada pemecahan masalah, konseling kelompok dapat digunakan untuk membantu siswa agar lebih jujur terhadap diri mereka sendiri. Selama proses pemecahan masalah secara individu, konseli berkesempatan untuk memperoleh manfaat serta sumber belajar untuk pengembangan diri dan pemecahan masalah dari konselor dan anggota kelompok lainnya. Layanan konseling kelompok dapat membantu anggota kelompok dalam meningkatkan

keterampilan sosial dan komunikasi mereka sebagai manfaat sampingan, karena setiap anggota kelompok menambahkan pemikiran dan pendapat mereka yang unik tentang topik yang sedang dibahas dalam kelompok.

Konseling kelompok dilaksanakan dalam suasana kelompok yang menghasilkan dinamika kelompok dalam pemecahan masalah, sehingga dapat digunakan untuk meningkatkan self-disclosure siswa. Dalam proses pemecahan masalah, konseli dapat memperoleh bahan pembelajaran untuk pengembangan diri dan pemecahan masalah baik dari konselor maupun anggota kelompok lainnya. Hal ini disebabkan karena konseling kelompok dilakukan dalam suasana kelompok, sehingga terjadi dinamika kelompok dalam pemecahan masalah. Selain itu, pemberian layanan konseling kelompok akan membantu pengembangan keterampilan komunikasi dan sosial di antara anggota kelompok. Hal ini disebabkan karena setiap anggota kelompok membawa perspektif dan ide unik mereka sendiri ke dalam diskusi.

4. Kesimpulan

Berdasarkan *Literature Review* pada beberapa penelitian yang dikaji peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan layanan konseling kelompok terbukti efektif sebagai upaya peningkatan *self-disclosure* (keterbukaan diri) siswa. Konseling kelompok membantu siswa menemukan penyelesaian masalah dalam dinamika kelompok, siswa tidak mendapatkan solusi penyelesaian masalah dari konselor saja tetapi bisa didapatkan dari teman-teman anggota kelompok lainnya. Layanan konseling kelompok akan membantu pengembangan keterampilan komunikasi dan sosial di antara anggota kelompok. Hal ini disebabkan karena setiap anggota kelompok membawa perspektif dan ide unik mereka sendiri ke dalam diskusi.

Daftar Pustaka

- Aksha, P. S. A. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Pangkah Kabupaten Tegal. *Jcose Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.24905/jcose.v3i1.69>
- Andari, A. (2015). Peningkatan Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Person Centered Pada Siswa Kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan*

Konseling,0,Article0.

<https://Journal.Student.Uny.Ac.Id/Index.Php/Fipbk/Article/View/219>

- Gainau, M. B. (T.T.). Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Dalam Perspektif Budaya Dan Implikasinya Bagi Konseling.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). *Self Disclosure* Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Hamdiyah, H. (2018). Konseling Kelompok Melalui Teknik *Expressive Writing* Untuk Meningkatkan Self Disclosure Remaja [Other, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan]. <https://repository.unugha.ac.id/997/>
- Hana, N., Sugiyo, S., & Wibowo, M. E. (2020). Konseling Kelompok Solution Focused Brief Therapy Terhadap Peningkatan Self Disclosure Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.52657/jfk.v6i2.1238>
- Hantono, D., & Pramitasari, D. (2018). Aspek Perilaku Manusia Sebagai Makhluk Individu Dan Sosial Pada Ruang Terbuka Publik. *Nature: National Academic Journal Of Architecture*, 5(2), 85. <https://doi.org/10.24252/nature.v5i2a1>
- Irawan, L. N., Lesmana, S., & Wibowo, D. E. (2022). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* Terhadap Peningkatan *Self Disclosure*. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 19(02), Article 02. <https://doi.org/10.34005/guidance.v19i02.2251>
- Mulkiyan, M. (2017). Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), Article 3. <https://doi.org/10.29210/120800>
- Nisa, W. C. (T.T.). *The Implementation Of Rational Emotive Behavior Counseling With Socrates Dialogue And Self-Disclosure Techniques To Increase Student's Self-Acceptance On Eleven Grade Student Of SMAN 1 Menganti*.
- Nuraini, R. S. R., Anwar, K., & Aminah, A. (2020). Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Di SMP Negeri 4 Murung Pudak. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 6(1), Article 1. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v6i1.2495>
- Nurhayati, T. (2016). Perkembangan Perilaku Psikososial Pada Masa Pubertas. *Edueksos Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*, 4(1), Article 1. <https://www.jurnal.syekhnrjati.ac.id/index.php/edueksos/article/view/69>
- Ridwan, M., Am, S., Ulum, B., & Muhammad, F. (2021). Pentingnya Penerapan Literature Review Pada Penelitian Ilmiah. *Jurnal Masohi*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.36339/jmas.v2i1.427>

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

- Setianingsih, E. S., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2014). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Teknik Pemecahan Masalah Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/jubk.v3i2.4610>
- Winarsih, W. (2018). Upaya Meningkatkan Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Kelompok Di Mts Piyungan Bantul. *Proceeding Annual Conference On Madrasah Teacher*, 1. <https://vicon.uin-suka.ac.id/index.php/acomt/article/view/1022>
- Yunita, R. (T.T.). Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Disclosure Pada Siswa Kelas Xi SMA Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2015/2016.
- Zulkifli, A. (2018). Self-Disclosure Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Dan Self-Esteem Pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Journal Of Psychological Science And Profession*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i2.21194>.