

## Penerapan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Keterbukaan Siswa Terhadap Orang Tua

Hesti Sulistyowati  
SMK Assa`idiyyah 2 Kudus  
Email: [hesti.suliz@gmail.com](mailto:hesti.suliz@gmail.com)

### Info Artikel

#### Riwayat Artikel

*Diterima:* 28 Agustus 2020

*Direvisi:* 19 Oktober 2020

*Disetujui:* 22 Nopember 2020

*Dipublikasikan:* Desember 2020

#### Keyword:

Kursi Kosong,  
Keterbukaan Siswa pada  
Orang Tua

### Abstract

Jenis penelitian adalah studi kasus. Pendekatan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dokumentasi, dan kunjungan rumah. Subjek penelitian adalah 3 (tiga) konseli, kelas X SMK Assa`idiyyah 2 Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020 yang memiliki masalah kurang terbuka terhadap orang tua. Setelah dilaksanakan tiga kali konseling dengan teknik kursi kosong, terjadi perubahan perilaku ditunjukkan oleh konseli yang awalnya konseli kurang mampu berkomunikasi untuk terbuka dengan orang tua sekarang memiliki keberanian berkomunikasi yang baik untuk membuka diri dengan orang tua. Berdasarkan kesimpulan di atas peneliti memberikan saran untuk: 1. Kepala sekolah mengadakan pertemuan secara periodik dengan para guru, di antaranya dengan guru kelas, guru mata pelajaran, dan konselor untuk membahas permasalahan siswa. 2. Wali kelas memantau perkembangan siswa baik perkembangan akademik maupun perkembangan tingkah lakunya. 3. Konselor sekolah membantu siswa untuk mengatasi masalah yang dihadapi, khususnya membantu siswa untuk mampu membuka dirinya dengan orang tua maupun orang lain. 4. Orang tua memberikan perhatian yang positif kepada anak, sehingga anak selalu terpantau perkembangannya baik di rumah maupun di sekolah. 5. Peneliti selanjutnya digunakan sebagai bahan rujukan atau referensi untuk mengembangkan penerapan teknik kursi kosong untuk meningkatkan keterbukaan siswa terhadap orang tua.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY



 <https://doi.org/10.24176/jkg.v6i2.6362>

### Pendahuluan

Keterbukaan diri adalah individu dapat membagi informasi yang dimiliki dengan orang lain dan menanggapi informasi yang dimiliki orang lain secara tatap muka dan saling memberikan respon satu sama lain (Sari, 2013: 9). Keterbukaan diri yang baik adalah ketika seseorang dapat bersikap jujur tanpa ada yang ditutup-tutupi. Sikap jujur diawali dengan penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain, kemudian individu mampu menilai yang benar dan yang salah. Penerapan sikap terbuka terlebih dahulu diawali dengan adanya sikap saling percaya antara pihak yang satu dengan yang lain. Proses keterbukaan diri akan memungkinkan orang untuk mengenal satu sama lain dalam satu hubungan. Keterbukaan diri perlu melibatkan hubungan individu dengan individu yang lain. Oleh karena itu penting

bagi seseorang untuk terbuka agar dapat mempertahankan hubungan dengan orang lain.

Keterbukaan diri dapat dilakukan dengan cara mengungkapkan ide, gagasan dan pendapat terhadap informasi kepada orang lain. Sebaliknya jika seseorang dalam kehidupan tidak terbuka, maka berakibat sulit tercapainya komunikasi atau informasi yang diperlukan. Apabila keterbukaan diri tidak dilakukan maka seseorang tidak dapat dikenali lebih dekat dengan orang lain. Dengan demikian orang lain yang dipilih untuk mencurahkan perasaan adalah orang tua, di mana orang tua adalah sebagai figur pemimpin di rumah yang pertama kali mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan karakter dan perilaku anaknya dalam kehidupan sehari-hari.

Pada saat berinteraksi dengan orang tua dibutuhkan adanya sikap saling terbuka agar terjadi komunikasi yang efektif. Komunikasi efektif antara orang tua dan anak sangat penting untuk menumbuhkan keakraban. Ketika orang tua mendengarkan secara aktif, kemampuan anak untuk mengungkapkan perasaan dan isi hatinya dirangsang dan semakin meningkat. Kebutuhan komunikasi merupakan kebutuhan vital dalam hubungan orang tua dan anak. Orang tualah yang diharapkan anak sebagai teman untuk berkomunikasi karena hanya orang tualah yang dekat dan dapat mendengar dengan penuh perhatian, menerima dan menanggapi segala bentuk perasaan yang dikemukakan anak sehingga anak tidak lari mencari orang lain yang dapat mendengar keluh kesah dan ungkapan perasaan hatinya. Adanya komunikasi efektif bertujuan agar pikiran anak dan orang tua tidak mengalami kesenjangan yang drastis dan anak lama kelamaan akan lebih terbuka dan leluasa membicarakan masalah yang dihadapi.

Hurlock (1950, dalam Yusuf, 2009: 48) menjelaskan bahwa individu pada usia 13-18 tahun masih dalam kategori individu yang sedang membangun konformitas dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Siswa usia SMA yang rata-rata berusia 14-17 tahun juga memiliki karakteristik yang sama. Mereka cenderung membangun konformitas dengan orang lain yang dianggap mampu merespon positif hubungan yang dijalinnya. Tidak menutup kemungkinan orang itu adalah orang tuanya sendiri. Hal itu akan lebih menguntungkan bagi siswa itu sendiri karena dengan kedekatan hubungan dengan orang tuanya, siswa justru akan mendapatkan dukungan yang lebih baik pada setiap langkah yang diambil dalam kehidupan sehari-harinya khususnya dalam kegiatan belajarnya di sekolah.

Semakin padatnya kegiatan dan tuntutan kurikulum yang dikembangkan di SMA menuntut siswa memenuhi berbagai tugas yang dibebankan. Kegiatan itu bisa jadi akan menyita waktu siswa diluar jam sekolah. Selain itu, beban tugas yang harus dilaksanakan oleh seorang siswa untuk memenuhi berbagai standar kompetensi juga belum tentu bisa dipenuhi oleh siswa. Bagi siswa yang tumbuh dan berkembang di lingkungan yang cenderung "otoriter" ijin untuk mengikuti kegiatan di luar jam

sekolah terkadang sulit didapatkan. Selain itu, siswa juga sulit untuk bersikap terbuka dan jujur jika dalam memenuhi tugas-tugas di sekolahnya belum tentu bisa dikerjakan dengan baik sehingga terkadang mendapatkan nilai yang kurang baik. Hal ini justru akan menutup terbukanya pintu kemungkinan dukungan dari orang tua dalam membantunya meraih hasil optimal dalam kegiatan pembelajaran. Konsentrasi siswa justru akan terpecah untuk belajar dan untuk menutupi atau merahasiakan kegiatan atau nilai yang di dapat. Gejala tersebut justru akan menghambat proses belajar siswa.

Siswa kelas X SMA adalah siswa pada tingkat pertama yang sedang beradaptasi dengan tuntutan kegiatan pembelajaran serta program yang dijalankan oleh sekolah. Pada tahun pertama ini, siswa juga akan membangun kebiasaan-kebiasaan yang akan mempengaruhi dalam kegiatan belajar siswa. Jika siswa membangun kebiasaan baik, maka akan berpengaruh baik dalam kegiatan belajar berikutnya. Akan tetapi, jika di awal saja siswa sudah menunjukkan gejala yang kurang baik justru akan membangun kebiasaan lebih buruk pada tingkat berikutnya. Untuk itu, siswa harus dibiasakan untuk bersikap baik, beradaptasi dengan baik dengan kegiatan di sekolah, serta mampu mencari dukungan agar proses pembelajarannya di sekolah dapat meraih hasil optimal.

Salah satu dukungan yang harus didapatkan oleh siswa adalah dukungan dari orang tua siswa sendiri. Untuk itu siswa harus jujur dan terbuka dalam mengemukakan berbagai hal agar orang tua merasa dihargai oleh anaknya. Keterbukaan siswa akan membuat orang tua paham akan kebutuhan siswa yang sebenarnya. Sehingga, orang tua tahu apa yang seharusnya dilakukan agar siswa mendapatkan hasil optimal dalam kegiatan belajarnya. Oleh karena itu, siswa harus benar-benar terbuka mengenai masalah yang dihadapi, apa yang dibutuhkan, apa yang tidak bisa siswa lakukan sampai pada membuka diri untuk jujur bahwa dalam ineteraksinya di rumah ada hal-hal yang justru mengganggu dan menghambat kegiatan belajarnya. Sehingga, oarng tua bisa membantu sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK serta pengamatan peneliti saat melakukan praktek pengalaman lapangan pada bulan September-November bahwa kondisi siswa kelas X SMK Assa`idiyyah 2 Kudus Kudus Tahun Ajaran 2019/2020 berkaitan dengan permasalahan yang terjadi di sekolah diketahui bahwa siswa mengalami masalah berkaitan dengan izin orang tua serta dukungan orang tua pada kegiatan non akademik maupun akademik di sekolah. Masalah tersebut disebabkan oleh kurangnya keterbukaan siswa kepada orang tua. Misalnya dalam kegiatan ekstrakurikuler di mana siswa tidak terbuka terhadap orang tua mengenai kegiatan yang sedang diikutinya, dengan alasan takut apabila orang tua marah dan tidak mengizinkan karena dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan mengganggu

kegiatan akademik. Permasalahan lain yang berhubungan dengan kurang terbukanya siswa terhadap orang tua juga diperlihatkan dalam hasil belajar siswa. Pada saat siswa mendapatkan nilai yang rendah, siswa cenderung menyembunyikan hal tersebut kepada orang tuanya karena takut dimarahi. Hal ini justru menyebabkan siswa semakin tertekan dan berdampak lebih buruk dalam proses pembelajaran. Dari wawancara tersebut diketahui juga permasalahan yang sedang dihadapi beberapa siswa saat ini adalah siswa sering menyendiri, diam, memendam permasalahannya sendiri bahkan sampai berakibat sakit pada fisiknya.

Dari hasil observasi awal yang dilakukan di SMK Assa`idiyyah 2 Kudus pada tanggal 20 Pebruari 2014, ditemukan 3 siswa yang memiliki kecenderungan tertutup pada orang tuanya. Hasil wawancara sekaligus observasi mengungkap data bahwa 3 siswa tersebut menilai pesan berdasarkan motif-motif pribadi tanpa mempertimbangkan motif orang tua dalam memberi masukan, cenderung berpikir simplistis atas perasaan dan masalah yang dihadapi tanpa menakar berbagai kemungkinan dengan orang tua, hanya bersandar lebih banyak pada siapa yang memberi (orang tua) pesan dari pada isi pesan dan cenderung mengabaikan apa yang disampaikan oleh orang tua, mencari informasi tentang kepercayaan orang lain dari sumbernya sendiri dan mengabaikan kemungkinan masukan dari orang tua mengenai kebenaran tentang orang lain, kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaannya, dan menolak, mengabaikan, mendistorsi dan menolak pesan yang tidak konsisten dengan sistem kepercayaannya.

Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dyastuti (2012) dengan judul "Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku Bullying Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong", hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan perilaku agresif pada diri konseli dan berkurangnya tingkat keagresifitasan pada konseli. Disimpulkan bahwa perilaku agresif siswa pelaku bullying dapat diatasi menggunakan konseling gestalt teknik kursi kosong. Penelitian berikutnya yang dilakukan oleh Hanifia (2013) dengan judul "Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window Pada Siswa Kelas XI IS 1 SMA Walisongo Pecangaan Jepara Tahun Ajaran 2011/2012" berhasil meningkatkan keterbukaan diri dalam komunikasi antar teman sebaya. Pada penelitian tersebut keterbukaan diri menjadi fokus penanganan melalui bimbingan kelompok dengan teknik johari window. Teknik johari window memungkinkan siswa memahami sisi-sisi dirinya yang tidak dipahami orang lain. Relevansi dengan penelitian ini adalah dibutuhkannya pemahaman pada aspek tertentu dari pihak yang diajak komunikasi agar konseli dapat menyusun strategi dalam meningkatkan keterbukaan dengan orang lain. Kedua penelitian ini dianggap relevan karena perilaku bullying memiliki kemiripan dengan keterbukaan diri dengan teman sebaya, serta keterbukaan diri

terhadap orang tua. Kemiripannya terletak pada adanya pola komunikasi antara dua orang atau lebih di mana dalam komunikasi tersebut ada salah satu pihak yang menjadi pihak tersudut karena mendapatkan bullying, merasa terancam, dan kecemasan berlebihan sehingga sulit untuk terbuka baik dengan teman sebaya maupun dengan orang tua. Atas dasar kedua penelitian tersebut, kemudian peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan penerapan teknik kursi kosong untuk meningkatkan keterbukaan siswa terhadap orang tua.

Dengan adanya fenomena yang terjadi di SMK Assa`idiyyah 2 Kudus Kudus di atas, maka peneliti mencoba untuk mengadakan penelitian dengan memberikan keterampilan meningkatkan keterbukaan siswa dengan orang tua. Sehingga, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul "Penerapan Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Keterbukaan Siswa terhadap Orang tua Siswa Kelas X SMK Assa`idiyyah 2 Kudus Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020".

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini membantu siswa yang mengalami permasalahan kurang terbuka terhadap orang tua. Sedangkan dalam mengatasinya digunakan layanan konseling individual dengan teknik kursi kosong, di mana siswa dibantu dalam mengungkapkan perasaan yang dipendam karena ketakutan dan kecemasan untuk terbuka dengan orang tua. Jenis penelitiannya adalah penelitian kualitatif. Kegiatan penelitian dilaksanakan di SMK Assa`idiyyah 2 Kudus Kudus.

Pendekatan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif menurut Moleong (2010: 6) adalah penelitian yang menghasilkan prosedur analisis yang tidak menggunakan prosedur analisis statistik atau cara kuantifikasi lainnya. Jelas bahwa pengertian ini mempertentangkan penelitian kualitatif dengan pengertian bernuansa kuantitatif yaitu dengan menonjolkan bahwa kuantifikasi apapun tidak perlu digunakan pada penelitian kualitatif.

Pandangan lain tentang penelitian kualitatif dikemukakan oleh Munandir (dalam Rahardjo, 2012) yang mengemukakan bahwa: "Dalam penelitian kualitatif boleh menggunakan data kuantitatif, tetapi data kuantitatif misalnya angka dalam tabel, angka dalam papan data murid di ruang BK dipandang sebagai jembatan untuk melakukan analisis kualitatif". Pemaparan tersebut memberikan pembenaran bahwa ada kemungkinan digunakannya data kuantitatif berupa angka untuk dianalisa dan dijabarkan secara kualitatif untuk mengungkap kebenaran data hasil penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2013: 15) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen), di mana peneliti adalah sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data



dilakukan secara *purposive* dan *snowball*, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan, Sugiyono (2013: 308). Dari uraian tersebut, maka teknik pengumpulan dan penelitian ini menggunakan metode pokok, yaitu metode wawancara. Selain itu juga didukung dengan observasi, dokumentasi, dan kunjungan rumah sebagai metode penunjang.

### **Hasil dan Pembahasan**

Sebelum dilaksanakan konseling dengan menggunakan teknik kursi kosong, konseli FO mengaku bahwa dia selama ini tidak berani mengungkapkan keinginannya untuk meminta ijin mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini disebabkan karena FO merasa takut dengan sikap ayahnya yang terlalu otoriter dan cenderung temperamental jika keinginan orang tua tidak dituruti oleh FO, sehingga keterbukaan antara FO dengan orang tuanya kurang terjalin dengan baik. Peristiwa yang sering terjadi, ketika FO diminta bantuan oleh orang tuanya tetapi menunda pekerjaan itu dengan alasan harus mengerjakan tugas, FO kemudian dibentak sehingga menimbulkan ketakutan. Tidak jarang, FO juga mendapat perlakuan kekerasan fisik jika FO mencoba membantah apa yang disampaikan oleh ayahnya.

Menurut Sugiyo (2005: 88-89) ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri yaitu keterbukaan orang lain, ukuran audiens, topik, valensi, gender dan lawan bicara. Dalam konteks permasalahan yang dialami oleh FO, kurang terbukanya FO pada ayahnya, lebih condong dianalisis dari bagaimana lawan bicara merespon FO dalam membuka komunikasi dengan ayahnya. Lawan bicara FO cenderung menyebabkan suasana psikologis yang kurang nyaman sehingga membuat FO lebih suka mengurungkan keinginannya meminta ijin kepada ayahnya agar tidak dimarahi atau mendapatkan kekerasan fisik yang menyebabkan ketidaknyamanan. Kurang muncul keakraban antara FO dan ayahnya dalam berinteraksi di rumah, hal ini turut andil dalam masalah tersebut. Ketidakharmonisan hubungan orang tua dan anak justru karena rendahnya perhatian dan tingkat interaksi antara orang tua dan anak.

Tujuan awal pelaksanaan konseling dengan teknik kursi kosong adalah membantu FO untuk membuka diri kepada ayahnya. Terutama berkaitan dengan keberanian untuk meminta ijin mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Fauzan (2009) teknik kursi kosong bermanfaat dalam membantu konseli agar menyelesaikan unfinished business. Yang dimaksud unfinished business dalam permasalahan yang

dialami oleh FO adalah belum terselesaikannya permasalahan perijinan untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Melalui teknik kursi kosong dalam konseling siwa dilatih untuk memunculkan keberanian dalam menjalin komunikasi dengan orang tuanya. FO juga dilatih untuk menghilangkan ketakutan kepada orang tuanya serta mencari teman untuk berbagi. Melalui peranan sebagai top dog dan under dog dalam penerapan teknik kursi kosong, FO dapat memvisualisasikan kondisi yang semirip mungkin dengan kondisi nyata. Tujuannya adalah agar FO mampu membuka diri dengan orang tuanya. Jalinan komunikasi yang terhubung antara FO dan ayahnya akan membuka wawasan dan pengetahuan FO yang dulunya cenderung berorientasi pada dirinya sendiri menjadi membuka kemungkinan untuk melibatkan pihak lain dalam menyelesaikan masalah. Selain itu, FO juga belajar memahami situasi dan kondisi secara objektif yang menyebabkan ayahnya mungkin saja tidak mengizinkan dia untuk ikut kegiatan ekstrakurikuler.

Hasil penerapan teknik ini terlihat menunjukkan perubahan pada diri FO. FO mulai mampu terlihat pada awalnya konseli merasa takut untuk mengungkapkan keinginannya meminta ijin kepada orang tua untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler setelah diberikan layanan konseling individu melalui teknik kursi kosong dengan cara konseli menyeimbangkan pemikirannya dengan berperan sebagai top dog yaitu pihak orang tua yang otoriter tidak memberikan ijin mengikuti ekstrakurikuler serta berperan sebagai under dog yaitu pihak diri konseli sendiri yang merasa takut dalam meminta ijin mengikuti ekstrakurikuler. Dari pelaksanaan konseling teknik kursi kosong konseli mampu meningkatkan keterbukaan diri dengan orang tuanya yaitu mengungkapkan keinginannya meminta ijin mengikuti ekstrakurikuler.

Sebelum dilaksanakan konseling dengan menggunakan teknik kursi kosong, konseli MS mengaku bahwa dia selama ini tidak berani mengungkapkan keinginannya menolak keinginan ayahnya untuk pindah sekolah. Hal ini disebabkan karena MS merasa takut dengan sikap ayahnya yang terlalu otoriter dan cenderung temperamental jika keinginan orang tua tidak dituruti oleh MS, sehingga keterbukaan antara MS dengan orang tuanya kurang terjalin dengan baik. Peristiwa yang sering terjadi, ketika MS pulang sekolah tidak tepat waktu, dengan alasan mengerjakan tugas kelompok. MS kemudian dibentak sehingga menimbulkan ketakutan. Tidak jarang, MS juga mendapat perlakuan kekerasan fisik jika MS mencoba membantah apa yang disampaikan oleh ayahnya.

Menurut Devito (1997, dalam Djunaidi 2010) beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri yaitu efek diadik, ukuran khalayak, topik bahasan, valensi, jenis kelamin ras, nasionalitas, dan usia, mitra dalam hubungan. Dalam konteks permasalahan yang dialami oleh MS, kurang terbukanya MS pada ayahnya, lebih condong dianalisis dari bagaimana lawan bicara merespon MS dalam membuka

komunikasi dengan ayahnya. Menurut MS selama ini ketika berkomunikasi dengan ayahnya topik bahasan yang dibicarakan cenderung membosankan dan justru membuat MS semakin tertekan sehingga dia lebih suka untuk menutup diri dengan ayahnya disbanding harus berkomunikasi dengan ayahnya. Lawan bicara MS cenderung menyebabkan suasana psikologis yang kurang nyaman sehingga membuat MS lebih suka mengurungkan keinginannya menolak pindah sekolah kepada ayahnya agar tidak dimarahi atau mendapatkan kekerasan fisik yang menyebabkan ketidaknyamanan. Kurang muncul keakraban antara MS dan ayahnya dalam berinteraksi di rumah, hal ini turut andil dalam masalah tersebut. Ketidak harmonisan hubungan orang tua dan anak justru karena rendahnya perhatian dan tingkat interaksi antara orang tua dan anak.

Tujuan awal pelaksanaan konseling dengan teknik kursi kosong adalah membantu MS untuk membuka diri kepada ayahnya. Terutama berkaitan dengan keberanian untuk menolak pindah sekolah. Menurut Fauzan (2009) teknik kursi kosong bermanfaat dalam memberikan kesempatan pada konseli untuk menyatakan perasaan-perasaan, dan sikap-sikap yang sebenarnya ingin diungkapkannya. Perasaan-perasaan dan sikap yang ingin disampaikan MS kepada ayahnya adalah tidak setujunya MS untuk pindah sekolah. MS sudah merasa nyaman dan mampu menyesuaikan diri baik dengan lingkungan sekolah, warga sekolah, maupun situasi di sekolah yang sekarang. MS juga ingin menyampaikan kepada ayahnya mengenai pergaulan dengan teman-temannya di sekolah maupun di rumah baik, tidak seperti apa yang selama ini ayahnya kira.

Melalui teknik kursi kosong dalam konseling siswa dilatih untuk memunculkan keberanian dalam menjalin komunikasi dengan orang tuanya. MS juga dilatih untuk menghilangkan ketakutan kepada orang tuanya serta mencari teman untuk berbagi. Melalui peranan sebagai top dog dan under dog dalam penerapan teknik kursi kosong, MS dapat memvisualisasikan kondisi yang semirip mungkin dengan kondisi nyata. Tujuannya adalah agar MS mampu membuka diri dengan orang tuanya. Jalinan komunikasi yang terhubung antara MS dan ayahnya akan membuka wawasan dan pengetahuan MS yang dulunya cenderung berorientasi pada dirinya sendiri menjadi membuka kemungkinan untuk melibatkan pihak lain dalam menyelesaikan masalah. Selain itu, MS juga belajar memahami situasi dan kondisi secara objektif yang menyebabkan ayahnya menginginkan MS untuk pindah sekolah.

Hasil penerapan teknik ini terlihat menunjukkan perubahan pada diri MS. MS mulai mampu terlihat pada awalnya konseli merasa takut untuk mengungkapkan penolakan kepada orang tua untuk dipindahkan ke sekolah lain, setelah diberikan layanan konseling individu melalui teknik kursi kosong dengan cara konseli menyeimbangkan pemikirannya dengan berperan sebagai top dog yaitu pihak orang tua yang otoriter memaksakan kehendak untuk memindahkan konseli ke sekolah lain



serta berperan sebagai under dog yaitu pihak diri konseli sendiri yang merasa takut dalam menolak keinginan dari orang tua. Dari pelaksanaan konseling teknik kursi kosong konseli mampu meningkatkan keterbukaan diri dengan orang tuanya yaitu mampu mengungkapkan keinginannya untuk menolak di pindahkan ke sekolah lain.

Sebelum dilakukan konseling siswa mengungkapkan kebingungannya dalam menentukan pilihan jurusan di kelas XI antara di IPA dan di IPS. Di satu sisi dia merasa saat ini kemampuan yang paling menonjol dalam dirinya adalah mata pelajaran dalam bidang studi IPS. Akan tetapi ayahnya menghendaki dia untuk memilih program studi IPA. Hasil psiko tes juga menunjukkan bahwa dia paling berpeluang berhasil dalam bidang studi IPA. Kemampuan akademik yang diketahui berdasarkan nilai raport semester satu juga diketahui dia berada di program studi IPS. Hal ini menyebabkan dia semakin bingung untuk menentukan pilihan. Dia belum memahami apa maksud ayahnya memilih jurusan IPA untuk dirinya.

Menurut Johnson (1981, dalam Supratiknya, 1995: 15) bahwa pembukaan diri memiliki dua sisi yaitu sikap terbuka kepada yang lain dan bersikap terbuka bagi yang lain. Dalam masalah yang dihadapi FM, dia cenderung sulit membuka diri bagi yang lain. FM cenderung berorientasi pribadi atas berbagai motif yang ditunjukkan oleh orang lain kepada dirinya. Jika merujuk pada teori Brook dan Emmert (1977, dalam Rakhmat, 2011: 134-135) sikap yang ditunjukkan oleh FM lebih cenderung menunjukkan karakteristik sikap tertutup seseorang yang cenderung berpikir simplistik dan secara kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaannya yaitu merasa lebih mudah berada pada program studi IPS.

Teknik kursi kosong dapat digunakan dalam membantu siswa untuk meningkatkan keterbukaan terhadap orang tua siswa kelas X SMK Assa`idiyyah 2 Kudus Kudus Tahun Pelajaran 2019/2020. Penerapan teknik kursi kosong digunakan oleh peneliti untuk membantu mengatasi permasalahan konseli FO, MS, dan FM yang berkaitan dengan masalah kurang terbuka dengan orang tua. Pada dasarnya teknik ini merupakan teknik permainan peran di mana semua bagian dimainkan oleh konseli sendiri. Menurut Komalasari, Eka dan Karsih (2011: 318) teknik kursi kosong digunakan untuk menyelesaikan unfinished business dengan orang yang dicintai. Unfinished business yang dimaksud adalah memahami urusan-urusan yang tak selesai dalam kehidupan konseli dengan orang tua yang selama ini membebani dan menghambat kehidupan konseli secara sehat, yang menyebabkan konseli kurang mampu terbuka dengan orang tua.

Hal ini didasari oleh pendapat Corey (2003: 135) yang menjelaskan bahwa teknik kursi kosong dapat membantu konseli/siswa untuk mengeksternalisasi gejala yang dipendam dalam diri mereka. Dalam penerapannya konseli akan dibantu dalam mengungkapkan perasaan yang dipendam karena ketakutan dan kecemasan mendapat respon negatif dari orang tua. Dalam permainan dialog kursi

kosong konseli memiliki kesempatan untuk menyusun strategi yang tepat agar kecemasan dan ketakutan dalam menyampaikan perasaan kepada orang tua dapat dikurangi. Selain itu, konseli juga dapat membantu dirinya sendiri dalam mengatasi hambatan-hambatan yang menghalangi dan menyebabkan kecemasan saat konseli ingin menyampaikan perasaannya kepada orang tua. Dalam pelaksanaan konseling individu konseli diinstruksikan untuk duduk pada sebuah kursi yang berperan penuh sebagai "top dog" konselor menginstruksikan kepada konseli untuk berpikir ingin melawan sikap otoritas orang tua yang menyebabkan konseli tidak terbuka dan kemudian berganti pada kursi yang lain dengan peran sebagai "under dog" di mana konseli diarahkan untuk berpikir akan ketakutan melawan orang tua, padahal sebenarnya hal itu ingin dilakukan konseli. Dari teknik bermain peran itulah konseli mampu menyeimbangkan pikirannya sehingga mampu untuk lebih terbuka lagi dengan orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gejala ketertutupan siswa kepada orang tuanya lebih diakibatkan ketidakmampuan mereka mengkesternalisasikan apa yang ada di dalam hati mereka kepada orang tuanya. Melalui pelayanan konseling dengan teknik kursi kosong, siswa dibantu untuk melatih diri mengkesternalisasikan gejala tersebut. Siswa juga dibantu untuk bisa menilai konten pesan secara objektif yang menyebabkan kecemasan pada diri siswa sehingga menutup diri dengan orang tuanya. Setelah mampu menilai pesan secara objektif siswa diharapkan mampu menerima dan memahami situasi orang tua yang "membuat kecemasan dan ketakutan" pada anak semata-mata demi kebaikan dan masa depan siswa sendiri.

### **Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian Penerapan Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Keterbukaan Siswa terhadap Orang Tua Siswa Kelas X SMK Assa'idiyah 2 Kudus Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab kurang terbukanya siswa dengan orang tua yang dialami oleh ketiga konseli tersebut adalah konseli merasa takut kepada orang tua untuk mengungkapkan keinginannya, konseli jarang berkomunikasi dengan orang tua, konseli kurang memahami alasan orang tuanya, konseli sulit mengkomunikasikan dan mengklarifikasi apa yang disampaikan oleh orang tua. Dari beberapa faktor penyebab kurang terbukanya konseli dengan orang tua, dapat dibantu melalui konseling individu melalui teknik kursi kosong. Konseling individual dengan teknik kursi kosong sangat dibutuhkan untuk membantu mengatasi masalah siswa yang kurang terbuka kepada orang tua. Tentu saja sebelum melakukan konseling perlu adanya pengamatan kepada siswa pada tingkah laku siswa sehari-hari.

**Daftar Pustaka**

- Arikunto, S. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, G. 2003. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- \_\_\_\_\_. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Dayaksini, T. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press
- Depdikbud. 1997. *Studi Kasus*. Jakarta: Depdikbud.
- Dyastuti, S. 2012. *Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku Bullying Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Gainau, M.B. 2009. Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*. [Online]. Tersedia di: ([puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php](http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php) diakses tanggal 4 Juli 2014).
- Hadi, S. 2002. *Metodologi Research Jilid I*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hanifia, S.N. 2013. *Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Antar Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Johari Window Pada Siswa Kelas XI IS 1 SMA Walisongo Pecangaan Jepara Tahun Ajaran 2011/2012*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Hendrarno, E. 1988. *Pendekatan Gestalt dalam Konseling*. Jepara: Silas Press.
- Herdiansyah, H. 2013. *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Komalasari, G., Eka W, dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Moleong, L.J. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Morissan. 2010. *Psikologi Komunikasi*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Prayitno. 2012. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Padang: Universitas Padang.
- Purnamasari, L.R. 2012. *Teknik-teknik Konseling (Buku Ajar)*. Semarang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Purwoko, B. dan T.I. Pratiwi. 2007. *Pemahaman Individu Melalui Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rahardjo, S. 2012. *Data Kuantitatif dalam Penelitian Kualitatif*. [Online]. Tersedia di: (<http://bk-fkip.umk.ac.id/2012/08/data-kuantitatif-dalam-penelitian.html> diakses tanggal 14 Maret 2014).
- Rahardjo, S. dan Gudnanto. 2011. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Enterprise.
- Rakhmad, J. 2011. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Safaria, T. 2004. *Terapi dan Konseling Gestalt*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Sari, A. 2013. *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavior dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Kelas VIII SMP N 27 Semarang Tahun 2013/2014*. Skripsi. Semarang: IKIP PGRI Semarang.
- Sugiyono. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES PRESS.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukiman. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Walgito, B. 2005. *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Widoyoko, E. P. 2012. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yusuf, S. 2009. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.